

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2011)
Heft: 28

Rubrik: Notre concours

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 16.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Ma recette **DE FAMILLE**

Générations Plus met les petits plats dans les grands. Pour cette rentrée, c'est le lancement de notre concours de cuisine. Sans chichis, il est dédié à des plats simples, pourquoi pas du terroir, qui ont été transmis de génération en génération. Des recettes écrites le plus souvent à la main, que l'on a recopiées au fil du temps parce qu'elles sentent bon le savoir-faire maison.



Shutterstock Bitt24



Shutterstock Schankz

C'est un secret jalousement gardé ou du moins qui ne se divulgue pas si facilement que ça. On le tient généralement de sa mère qui avait elle-même été initiée par sa maman. La recette de famille, celle qu'on fait pour les amis, les proches. Pas forcément compliquée, mais éprouvée au fil des générations. Elle ne déçoit jamais. A table, les convives se régalaient toujours et n'en laissent pas une miette. Des tomates farcies, une poêlée de champignons, un risotto aux légumes, une bonne soupe à la courge, voire une tarte inimitable qui vous replonge immédiatement dans les saveurs de votre enfance...

Et vous? Vous avez une recette de famille qui fait votre fierté? Alors, pourquoi ne pas la partager avec les lecteurs de *Générations Plus*. Qui sait: vous serez peut-être sélection-

né pour voir votre recette présentée dans votre magazine. Avec, à la clé, une invitation pour une soirée d'exception à *Ma Colombie*.

Comment participer? Tout simplement en nous envoyant votre recette par écrit, avec la **liste complète des ingrédients**, la **procédure étape par étape**, le **temps de cuisson** et la **température**, sans oublier le **petit truc personnel** qui fait toute la différence et, bien sûr, **vos coordonnées**.

POUR PARTICIPER, ENVOYEZ VOTRE RECETTE À:

Générations Plus

Ma recette de famille

Rue des Fontenailles 16,

1007 Lausanne

Délai d'inscription: 30 novembre 2011



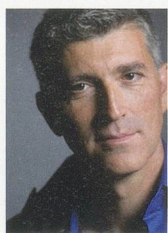
Shutterstock J. Hera

VOTRE AVIS NOUS INTÉRESSE

Participez à notre enquête et gagnez 100 cadeaux

Chers lectrices et lecteurs,

Nous aimerions connaître votre sentiment sur notre magazine *Générations Plus*. Faites-nous part de ce qui vous intéresse particulièrement, ce qui vous plaît moins et ce qui vous manque pour faire de *Générations Plus* le magazine le plus proche de vos attentes.



Jean-A. Luque
Directeur,
rédacteur
en chef

Encore «**Plus belle ma vie**»!

Au lancement de sa nouvelle formule – il y a plus de deux ans déjà –, *Générations Plus* a pris le parti d'aborder des thématiques rédactionnelles résolument positives, originales et proches de vous, de nous. Nous avons surtout décidé de donner la parole à tous ces Romands qui sont passionnés et rêvent de partager leur savoir, leur expérience.

Ecrire pour vous, capter votre attention, satisfaire votre curiosité exige de comprendre vos envies et besoins actuels. Mais cela demande également d'anticiper les nouveaux défis de notre société.

C'est ainsi que vous découvrez chaque mois, au fil des pages, un regard neuf et curieux sur le bien-être, la santé, vos droits, vos finances et des idées pour vous évader.

Vous êtes de plus en plus nombreux à nous rejoindre et à faire vôtre la devise «**Plus belle ma vie**» et nous vous en remercions.

Si l'on ne change pas une formule qui gagne, nous souhaitons encore mieux vous connaître en vous invitant à répondre à notre sondage. Car seul votre avis nous permettra de continuer à avancer pour vous séduire encore davantage.

Nous nous réjouissons d'ores et déjà de vos réponses sincères et constructives et vous remercions de votre participation.

Pour répondre, cochez la case correspondante à votre choix.

1. Pour quelles raisons avez-vous acheté ce numéro de *Générations Plus*? (Plusieurs réponses possibles)

- ☐ Vous êtes abonné(e) ou l'achetez tous les mois ou presque
- ☐ La photo en couverture vous a attiré(e)
- ☐ Les titres de la couverture vous ont intéressé(e)
- ☐ Après l'avoir découvert grâce à un tiers ou suite à une recommandation

2. Quel type de lecteur de *Générations Plus* êtes-vous ? (Une seule réponse)

- ☐ Abonné (e)
- ☐ Acheteur (se) occasionnel(le) en kiosque (1 à 4 fois par an)
- ☐ Acheteur (se) régulier (ère) en kiosque (5 à 11 fois par an)
- ☐ Lecteur (trice) occasionnel(le) d'un exemplaire d'un tiers (famille, proches, salon de coiffure, café, cabinet médical, etc.)

3. Depuis quand lisez-vous *Générations Plus*?

- ☐ Moins de 1 an
- ☐ De 1 à 2 ans
- ☐ De 3 à 5 ans
- ☐ Plus de 5 ans

4. La couverture de ce numéro vous a-t-elle paru?

- ☐ Très attrayante
- ☐ Moyennement attrayante
- ☐ Peu attrayante

5. Dans l'ensemble, diriez-vous de *Générations Plus* que vous êtes..

- ☐ Très satisfait(e)
- ☐ Assez satisfait(e)
- ☐ Peu satisfait(e)
- ☐ Pas du tout satisfait(e)

6. Avez-vous le sentiment que *Générations Plus* vous plaît depuis quelques mois...

- ☐ Plutôt davantage
- ☐ Plutôt moins
- ☐ Autant, ni plus ni moins

7. Comment avez-vous apprécié les articles ou rubriques de ce numéro de *Générations Plus*?

	Beaucoup	Assez	Peu	Pas du tout	Pas lu
Page 6 – CONFIDENCES – Nicole Niquille	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Page 10 – MAMETTE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Page 13 – PANORAMA – Le monde en bref	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Page 14 – DOSSIER – Sida: les quinquas...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Page 18 – PASSION – Fous de Tintin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Page 26 – NOSTALGIE – Michel Delpech	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Page 28 – PANORAMA – Santé	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Page 30 – BIEN DANS SON CORPS – Coup(e) de jeune	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Page 33 – BIEN DANS SA TÊTE – Les détails qui tuent	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Page 36 – SANTÉ – Pour un sommeil de tout repos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Page 38 – JACQUES SALOMÉ – Perdre sa mère	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Page 39 – FICHES PRATIQUES	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Page 53 – ÉMOTIONS – En chair et en pixels	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Page 54 – ESCAPADE – Laos, l'envoûtement...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Page 58 – DÉCOUVERTE – Un voyage de noces...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Page 61 – SPECTACLES – Séchaye, Lavoir, Mains sales	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Page 67 – LIVRES – Labonté, Coups de cœur	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Page 74 – JEUX	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Page 80 – PETITES ANNONCES	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Page 86 – LE CLUB	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

8. Considérez-vous que *Générations Plus* accorde «trop de place», «la place qu'il faut» ou «pas assez de place» à ces rubriques:

	Trop de place	La place qu'il faut	Pas assez de place
Animaux, nature	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Art & culture	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Beauté & bien-être	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Célébrités	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Couple et sexualité	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cuisine et gastronomie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Décoration	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Divertissement, humour	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Education et famille	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Environnement, écologie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeux, concours	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Littérature, philosophie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mode	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Politique et économie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Psychologie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Santé	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sujets de société	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Témoignages	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tourisme, voyages	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sport	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

9. Concernant le magazine *Générations Plus*, êtes-vous d'accord avec les phrases suivantes:

	Tout à fait d'accord	Assez d'accord	Peu d'accord	Pas du tout d'accord
<i>Générations Plus</i> est complet, il aborde tous les domaines de la vie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>Générations Plus</i> est proche de moi, de mes préoccupations	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>Générations Plus</i> me donne envie de me faire plaisir, de m'évader et de m'occuper de moi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>Générations Plus</i> est moderne, dans l'air du temps	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>Générations Plus</i> me rend curieux (se) de ce qui se passe autour de moi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Avec <i>Générations Plus</i> , je partage la vie des gens comme moi, cela me rassure	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

10. D'habitude, achetez-vous les magazines suivants?

	Régulièrement/abonné(e)	Occasionnellement	Jamais
Art & Décoration	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Avantages	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bon à savoir	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Femina	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Femme Actuelle	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gala	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
GEO	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hebdo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Illustré	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
La Salamandre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Marie Claire	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Modes & Travaux	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Paris Match	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Psychologies Magazine	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Reader's Digest	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

11. Regardez-vous la publicité dans *Générations Plus*?

- ☐ Très volontiers
- ☐ Assez volontiers
- ☐ Peu volontiers
- ☐ Pas du tout volontiers

12. Laquelle des catégories suivantes décrit le mieux votre occupation?

- ☐ Employé(e)
- ☐ Cadre et entrepreneur
- ☐ Retraité(e)
- ☐ N'exerce pas de profession

13. Si vous avez des enfants dans votre foyer, quel âge ont-ils?

- ☐ Moins de 15 ans
- ☐ 15 ans et plus
- ☐ Pas d'enfant dans le foyer

14. A quelle fréquence vous connectez-vous à internet?

- ☐ Tous les jours
- ☐ Plusieurs fois par semaine
- ☐ Plusieurs fois par mois
- ☐ Moins souvent
- ☐ Jamais

15. Êtes-vous?

- ☐ Un homme
- ☐ Une femme

16. Quelle est votre année de naissance?

.....

17. Comment vivez-vous actuellement?

- ☐ En couple
- ☐ Seul(e)

Vos coordonnées resteront strictement confidentielles
et ne seront exploitées que pour le tirage au sort des cadeaux.

Nom:

Prénom:

Adresse:

Code postal:

Localité:

Tél.:

E-mail:

Merci de renvoyer ce questionnaire **avant le 25 octobre** à **Générations Plus**, rue des Fontenailles 16, 1007 Lausanne