

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2013)  
**Heft:** 45

## Inhaltsverzeichnis

### 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:** 17.02.2026

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

**Air du temps****10 CONFIDENCES**

Brillant intellectuel et fidèle interprète du dalaï-lama qui sera à Fribourg puis Lausanne prochainement, Matthieu Ricard nous parle de la vieillesse avec une sagesse toute bouddhiste.

**16 DOSSIER**

La transition est souvent délicate lorsqu'un des conjoints prend sa retraite avant l'autre. Nouvelle répartition des tâches ménagères et de l'espace vital de chacun, gestion des envies personnelles: tout est à revoir.

**20 NOSTALGIE**

Le Magnifique fête ses 80 ans ce mois. Retour sur la carrière exceptionnelle de Jean-Paul Belmondo, l'acteur le plus populaire de l'époque, avec Delon et Funès.

**22 SOCIÉTÉ**

C'est tendance: aujourd'hui, on fabrique ses propres cosmétiques à la maison et, s'il vous plaît, avec des produits naturels. En prime: une recette de Gabrielle Favre.

**Bien dans son âge****28 BIEN DANS SON CORPS**

Simple et efficace! Essayez l'automassage contre les petits maux du quotidien, tels que mal de tête, digestion difficile ou coup de barre.

**30 SANTÉ**

Tout sur le zona, cette affection due à une réactivation du virus de la varicelle et qui touche davantage les 50 ans ou plus.

**32 BIEN DANS SA TÊTE**

Difficile de retrouver une vie intime dans le couple après un cancer du sein ou de la prostate. Il faut du temps et beaucoup de tendresse.



p. 16



p. 22



p. 28



p. 32

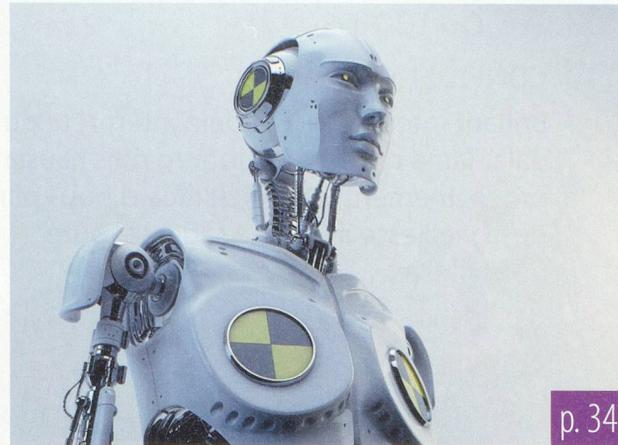


# SOMMAIRE

## Bien dans son âge

### 34 ROBOTIQUE

Jusqu'ici spécialisée dans l'aide aux handicapés, la Fondation suisse pour les téléthèses, à Neuchâtel, planche désormais sur l'amélioration du quotidien des seniors.



Wolodja Jentsch

## Envie d'évasion

### 49 THÉÂTRE

Quand la BD japonaise s'invite sur les planches, cela donne *Quartier lointain*, une pièce qui a triomphé à Paris et qui revient en Suisse. A ne pas manquer.

### 50 VOYAGE

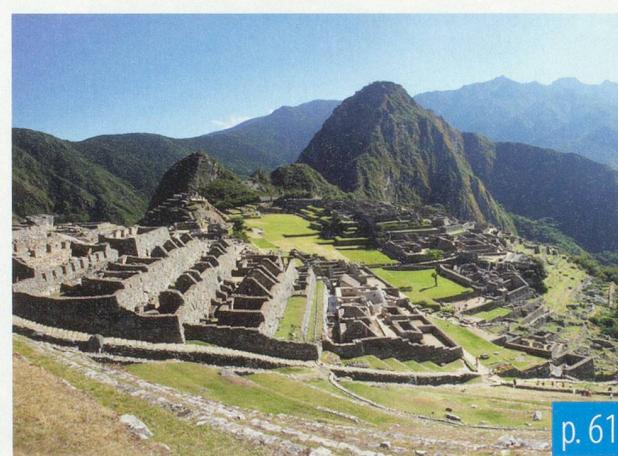
Pékin est à l'image de la Chine, cet immense empire qui avance à marche forcée vers la modernité, sans renier son passé plusieurs fois millénaire.



Kesu

### 54 BALADE

Un jardin extraordinaire à découvrir par vous-même, à La Conversion, près de Lausanne. Mieux encore, les propriétaires invitent les lecteurs de *Générations Plus* à visiter ce coin de paradis.



Dominique Dods

### 61 DESTINATION

Après avoir fait rêver les conquistadors, le Pérou est aujourd'hui l'eldorado des touristes. Machu Picchu, lac Titicaca, Cuzco: la légende vous attend.

## Fiches

### pratiques

- 38 Vos droits
- 39 Votre argent
- 41 Diététique
- 42 Beauté Des cosmétiques naturels à faire chez soi
- 43 Informatique
- 44 Pro Senectute
- 46 Sexualité



## Les rubriques

- |    |                  |    |                     |
|----|------------------|----|---------------------|
| 04 | Les Raymondises  | 47 | TV-ciné-DVD         |
| 05 | Courrier         |    | Le zapping          |
|    | des lecteurs     | 59 | Livres              |
| 14 | Panorama planète |    | Mathilde Fontanet   |
| 24 | Les fantaisies   | 64 | Les jeux            |
|    | de Jean-François | 72 | Les annonces        |
|    | Duval            | 76 | Le Club             |
| 26 | Panorama santé   |    | 470 billets offerts |
| 36 | Le regard        | 82 | Les balades         |
|    | de Salomé        |    | de Félix            |

Couverture: Wolodja Jentsch