

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2013)  
**Heft:** 48

## 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:** 18.02.2026

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

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

Star de la littérature française, Amélie Nothomb retourne au Japon. *La nostalgie heureuse* devrait être un best-seller, comme d'habitude. Elle viendra à la rencontre de ses admirateurs suisses à Morges.



p. 10

**16 DOSSIER**

Les vacances, c'est super... pour les enfants. Pour les parents, il faut trouver des solutions de garde, dont les grands-parents évidemment. Corvée ou plaisir?

**20 PRATIQUE**

*Générations Plus* a sélectionné cinq sorties de rêve pour vous et vos petits-enfants. Testez-les cet été et profitez de ces moments privilégiés!



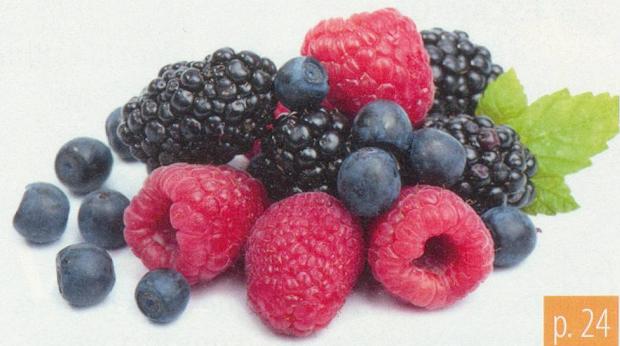
p. 20

**23 PASSION**

Ils nous l'avaient promis, ils ont tenu parole. Sponsorisés par *Générations Plus*, six fringants sexagénaires fribourgeois ont rallié Paris à la force du mollet depuis Londres.

**24 DÉCOUVERTE**

Framboises, mûres et autres baies sauvages: les conseils de spécialistes pour aller dénicher les bons petits coins pour remplir son panier.



p. 24

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

C'est la nouvelle tendance: la gym ou le sport pratiqués dans l'eau. Amusant, efficace, mais pas toujours facile. Notre journaliste a testé pour vous.



p. 32

**32 BIEN DANS SES SANDALES**

Ils ont été oubliés tout l'hiver et voilà qu'il faut les ressortir à l'air libre avec l'arrivée des beaux jours. Comment soigner et rendre jolis vos pieds avant d'enfiler vos sandalettes.

# SOMMAIRE

## Bien dans son âge

### 34 SANTÉ

Spécialiste mondialement reconnu, Kurt Hostettmann partage son savoir sur les plantes anti-âge dans son dernier ouvrage.



p. 52

DR

## Envie d'évasion

### 49 BALADE

Notre couple de randonneurs vous invite à vous promener en famille en faisant le tour du crêt de la Neuve.

## 52 VOS ANIMAUX EN VEDETTE

Une double page pour clore cette série en beauté.

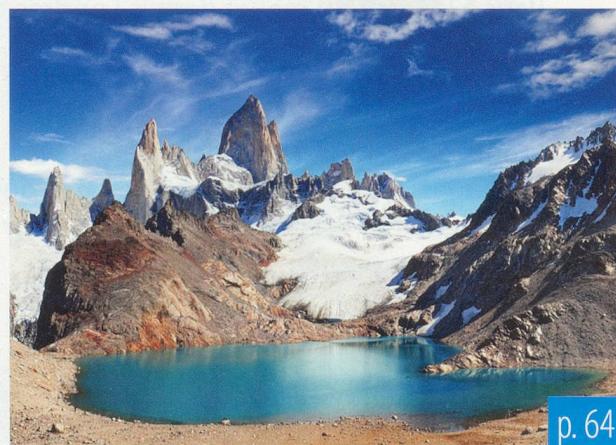


p. 55

DR

## 55 NOSTALGIE

Les rockers du Beau Lac de Bâle ont privilégié l'amitié aux propositions du show-biz. Avec raison puisqu'ils écument la Suisse romande depuis trente-sept ans.



p. 64

Putsk

## 64 VOYAGE

Des étendues désertiques, des glaciers préservés et des lacs d'une incroyable pureté, la Patagonie est une ode à la nature.

## Fiches pratiques

### 38 Consommation

Ma valise a disparu à l'aéroport

### 39 Votre argent

### 41 Informatique

### 42 Diététique

### 43 Pro Senectute

Deux femmes à l'honneur

### 45 Sexualité



## Les rubriques

08	Les Raymondises	36	Le regard
09	Courrier		de Salomé
	des lecteurs	46	TV-ciné-DVD
14	Panorama	62	Livres
	Planète		Philippe Noth
26	Les fantaisies de	71	Les annonces
	Jean-François	78	Le Club
	Duval		180 billets offerts
27	Panorama	82	Les balades
	Santé		de Félix