

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge

Herausgeber: Générations

Band: - (2013)

Heft: 50

Rubrik: Panorama : santé

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>



Creative Travel Projects

Le champagne, bon pour la mémoire?

Bonne nouvelle pour les amateurs de Veuve Clicquot et autres vins mousseux: cette boisson pourrait contribuer à garder la mémoire, selon une étude de l'Université de Reading (Royaume-Uni). «Le champagne est plus riche en composés phénoliques que le vin blanc, en raison des propriétés des deux cépages dont il est issu», précise Jeremy Spencer, professeur en sciences de la nutrition. Il semble qu'une consommation modérée (deux ou trois coupes par semaine) prévient les pertes cognitives. Toutefois, l'étude n'a été menée que sur des souris. Mieux vaut donc attendre la confirmation de ses bienfaits pour l'homme, avant de dévaliser votre caviste!

Les réseaux sociaux améliorent la qualité de vie des seniors

Les réseaux sociaux permettent aux plus de 60 ans d'entretenir leurs relations sociales, en particulier après la retraite ou en cas de mobilité réduite. C'est la conclusion d'une étude menée par des chercheurs suisses, néerlandais et allemands. Pourtant, beaucoup de communautés en ligne, comme Facebook, ne font pas comprendre suffisamment aux seniors ce qu'ils pourraient

gagner à en devenir membres, regrettent-ils aussi. «Les problèmes techniques ne font pas pencher la balance», a expliqué Karen Torben-Nielsen, coauteure de l'étude. Pour les personnes âgées, les médias en ligne deviennent intéressants s'ils s'intègrent dans leur vie, par exemple parce qu'ils leur permettent de voir des photos familiales ou de s'informer sur leurs hobbies.



Un T-shirt pour améliorer sa posture

Vous avez tendance à vous avachir? Pas de souci, l'entreprise française Upcouture vient de lancer un T-shirt qui vous incite à redresser les épaules, donc à embellir sa silhouette. L'astuce? Des renforts élastiques incorporés dans le tissu, à la hauteur des bras et des épaules. Seul hic: son prix (157 fr. env.), mais ne dit-on pas que lorsqu'on aime, on ne compte pas?

DR

La camomille Une alliée contre le cancer?

Des chercheurs de l'Université de l'Ohio (Etats-Unis) ont reconnu l'action anticancer de l'apigénine, un composé chimique que l'on trouve dans la camomille. L'apigénine permettrait de ralentir la propagation des cellules cancéreuses en les rendant plus sensibles aux médicaments. Ce serait particulièrement vrai pour les cellules du cancer du sein. Ce composé naturel se trouve aussi dans d'autres plantes, telles que le persil, le céleri, la menthe, l'origan, et dans de nombreux fruits comme la pomme et l'orange.

Sacs à main: sus aux bactéries!

On le sait: les poignées de caddies sont un nid à bactéries. Mais elles ne sont pas les seules. Les sacs à main peuvent aussi se transformer en foyers de germes. Selon Peter Barratt, de l'Initial Washroom Hygiene au Royaume-Uni, un sac sur cinq (surtout en cuir) contiendrait des bactéries nocives, dues aux tubes de crème pour les mains, de rouge à lèvres et de mascara mal fermés.



M. Unal Ozmen

5 minutes

par jour, c'est le temps que l'on consacre à rire, soit quatre fois moins qu'en 1950