

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2014)  
**Heft:** 61

## 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:** 06.02.2026

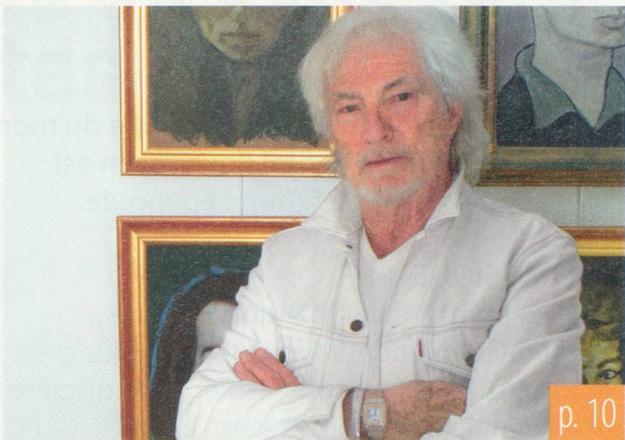
**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

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

**10** Nul n'a oublié *Santiano*, *Céline* ou... Hugues Aufray! A 85 ans, l'homme a conservé le même regard bleu et la même silhouette juvénile que dans sa jeunesse.

**16 DOSSIER**

A l'automne, les factures tombent comme les feuilles mortes. Nos conseils pour économiser en douze points.



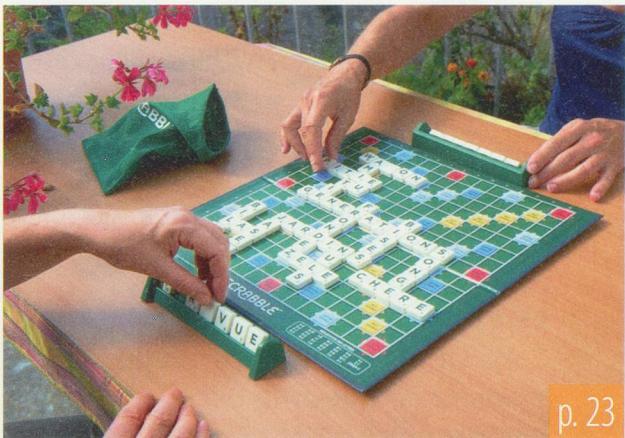
p. 10

**20 LE DÉFI**

Monique Fivaz a installé son havre de paix pour y accueillir des marcheurs.

**23 SOCIÉTÉ**

Le scrabble n'est pas un jeu de vieux. C'est le champion du monde 2014 qui le dit, du haut de ses 25 ans: Hugo Delafontaine.



p. 23

**25 PATRIMOINE**

En seulement cinq ans, le site [notrehistoire.ch](#) a déjà recueilli près de 500 000 documents, dont 450 000 photos accessibles librement.



p. 28

**26 TABLEAUX EN PÉRIL**

Une fondation se bat pour préserver l'héritage pictural de nombreux artistes méconnus, mais néanmoins talentueux.

**28 RECHERCHE DAMES SEULES**

Les réalisatrices Stéphanie Chuat et Véronique Reymond lancent un appel pour réaliser leur documentaire.

**30 SOLIDAIRE**

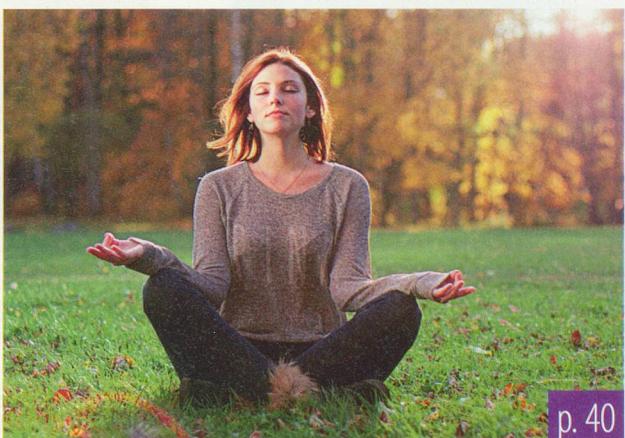
Pascal Auberson s'engage en faveur des personnes âgées démunies.

**Bien dans son âge****36 SANTÉ**

Varices: une bonne hygiène de vie permet d'en réduire le risque ou les conséquences.

**40 BIEN-ÊTRE**

La méditation compte de plus en plus d'adeptes. Et vous y songez: mais comment faire et avec qui?



p. 40

# SOMMAIRE

## Envie d'évasion

### 54 QUE DEVIENNENT-ILS?

Ancienne gagnante de la Coupe du monde de descente, Chantal Bournissen est aujourd'hui une femme épanouie.



p. 54

Corinne Cuendet

### 57 MUSIQUE

Le nom d'Alain Chamfort évoque inévitablement *Manureva*, son plus gros tube. Mais ce dandy à l'élégance discrète a bien d'autres cordes à son arc.

### 59 THÉÂTRE

La compagnie Le Magnifique Théâtre reprend sur scène le mythique *Douze hommes en colère*.

### 61 SPECTACLE

Marthe Keller ne sera pas sur scène à Vidy, mais on entendra sa voix. Interview.

### 62 VOYAGE

Cuba vit une nouvelle révolution. C'est un moment unique pour découvrir ce pays, partagé entre nostalgie et modernisation.



p. 62

Roxana Gonzalez

### 65 TÉLÉVISION

Les seniors seront à l'honneur du 16 au 26 octobre sur la RTS, à travers une semaine thématique: *Vieillir demain*.

### 66 DÉCOUVERTE

Un paradis pour tous les amoureux de la nature, avec une faune qui semble sortie du fond des âges. Découvrez les Galápagos!



p. 66

Boyd Hendrikse

### 71 NATURE

Le moment est idéal pour observer ce seigneur des airs qu'est le milan royal.

## Fiches pratiques

- 44 Vos droits
- 45 Votre argent
- 47 La recette d'Annick  
Saumon en papillote de blette à la gremolata
- 48 Pro Senectute  
Bientôt la Journée des proches aidants
- 50 Croix-Rouge
- 51 Sexualité

The image shows the front cover of a booklet titled "FICHES PRATIQUES". It features several small photographs: a man holding a box, a hand holding a pen, a salmon dish, butterflies, and a landscape. Below the title, it says "SOMMAIRE" and lists page numbers 44, 45, 47, 48, 50, and 51. At the bottom, there is fine print about rights and a question-and-answer section.

## Les rubriques

- |  |   |
|--|---|
| 08 La chronique<br>d'Isabelle Guisan           | 42 Le regard<br>de Jacques Salomé       |
| 09 Courrier<br>des lecteurs                    | 53 TV-Ciné-DVD                          |
| 14 Panorama Planète                            | 69 Découvrir<br>Billie Bird             |
| 32 Sur le web                                  | 72 Les jeux                             |
| 33 Les fantaisies<br>de Jean-François<br>Duval | 78 Les annonces                         |
| 34 Panorama Santé                              | 85 Le Club                              |
|  | 90 Nous, les femmes<br>de Nicole Métral |

Couverte:Shutterstock.com