

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2015)  
**Heft:** 73

## 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](#)

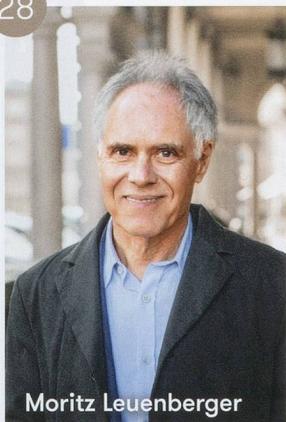
### Terms of use

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:** 12.01.2026

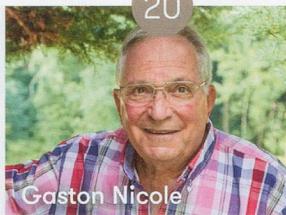
**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

28



Moritz Leuenberger

20



Gaston Nicole

38



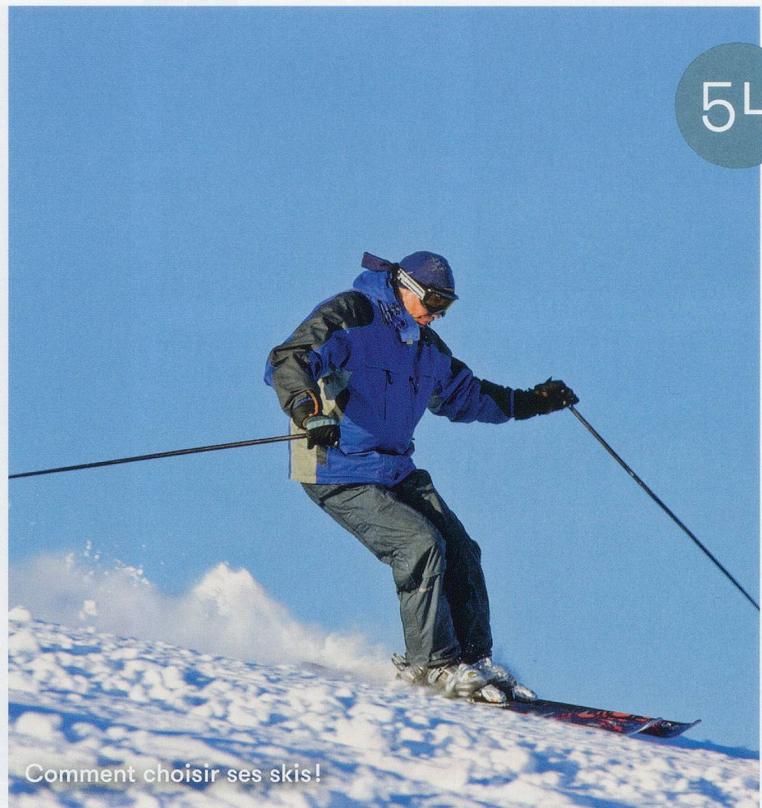
Fruits secs

24



Les gares mal adaptées de Suisse Romande

54



Comment choisir ses skis!

## EN COUVERTURE

## 12 PARFUM

Il nous définit tout en nous rappelant des souvenirs précieux. Comment le choisir et faut-il l'adapter à son âge?



## L'ACTU

## 18 LE DÉFI

A distance, mère et fille ont écrit un polar à quatre mains.

## 20 QUE SONT-ILS DEVENUS?

Nul n'a oublié Gaston Nicole, l'ancien présentateur de la RTS. Il coule des jours heureux à Nyon, mais aussi sur les routes avec son épouse.

## 22 LE DÉBAT

Faut-il être plus sévère envers les cyclistes?

## 24 GARES MAL ADAPTÉES

Trop d'aménagements rendent la vie impossible aux personnes qui ont de la peine à se déplacer. Coup de gueule!

28

## MORITZ LEUENBERGER

Le socialiste zurichois n'a pas changé. Il revient, toujours aussi amusé et lucide, sur l'actualité d'hier et d'aujourd'hui. Interview.

33

## SANTÉ &amp; BIEN-ÊTRE

Témoignage d'une Valaisanne souffrant de sclérose en plaques, Stéphanie, dont «la vie a changé» grâce à un spray à base de cannabis.

36

## SOINS À DOMICILE

Face au vieillissement de la population, le maintien des personnes âgées chez elles apparaît de plus en plus comme la bonne solution.

38

## FRUITS SECS

Une solution qui permet de faire le plein d'énergie même dans la grisaille.

44

## CHEVEUX GRIS

Il est tendance d'arborer une crinière argentée. Comment l'entretenir? Nos conseils.

## DROIT &amp; ARGENT

## 47 LOGEMENT

Dix mesures pour économiser durant l'hiver.

49

## MAISON À VENDRE

La vente d'un logement vital pour la famille doit avoir l'aval des deux conjoints.

50

## PLACEMENTS

Où investir sans prendre de gros risques?

54

## CHOISIR SES SKIS

Vous avez envie de rechausser les lattes. Mais lesquelles choisir?

## MULTIMÉDIA

56

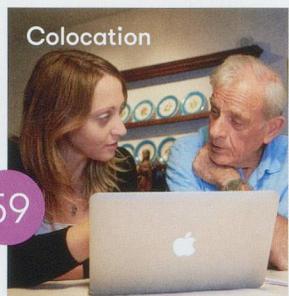
## FAITES VOS LISTES!

Il existe une série d'applications sympas pour faire ses listes sur son smartphone.

57

## PHOTOS OU VIDÉOS

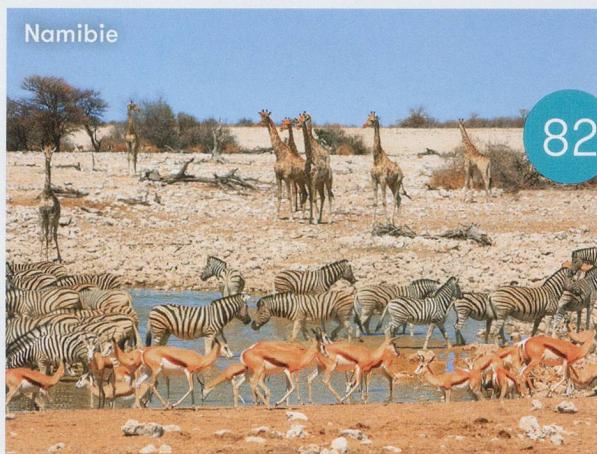
Comment envoyer de gros fichiers... gratuitement.



59



65



82



72

Yann Lambiel

## LOISIRS &amp; MAISON

59 **COLOCATION**

Des seniors partagent leur logement avec des jeunes en échange de divers services.

62 **TV-DVD**

Sur RTS2. Dominique Warluzel frappé en 2013 par un AVC.

64 **L'ARBRE GÉNÉALOGIQUE**

Les racines de Bernard Pichon

65 **ANIMAUX BRANCHÉS**

De nombreux gadgets électroniques facilitent la vie des maîtres.

66 **BALADES**

Six promenades automnales toujours agrémentées de la présence d'un bistrot sympa.

68 **NICHOIR MAISON**

Les oiseaux ont aussi besoin de se mettre au chaud. Pourquoi ne pas leur construire un abri?

71 **EXPLO DU MONDE**

Découverte des peuplades qui vivent dans des conditions très rudes au pied de l'Himalaya.

72 **YANN LAMBIEL**

Avant la première de son nouveau spectacle, l'humoriste a reçu générations et ses lecteurs.

74 **UN PEU D'HUMOUR**

Kaya Güner et Frédéric Gérard tentent d'expliquer leur prochaine création à Lausanne.

76 **JAZZ POUR TOUJOURS**

Le clarinettiste Jacky Milliet revient sur sa longue carrière.

77 **DOMINIQUE A.**

Après 25 ans de carrière, l'auteur-compositeur-interprète français promet du rock à Monthey.

## LES VOYAGES

80 **CAMBODGE**

Les temples d'Angkor sont encore plus beaux vus du ciel.

82 **NAMIBIE**

Les grands fauves, rhinocéros et éléphants se laissent admirer dans des décors somptueux.

## LES RENDEZ-VOUS

08 **La chronique**

d'Isabelle Guisan

09 **La Suisse en bref**

**Le courrier**  
des lecteurs

23 **Le monde en bref**

**Sur notre site web**

32 **Les Fantaisies**

de Jean-François Duval

40 **La santé en bref**

**Notre infographie**

46 **A cœur ouvert**

par Rosette Poletti

52 **Pro Senectute**

**La recette d' Annick**

63 **Les coups de cœur**

du libraire

79 **Parfum de nature**

par Julien Perrot

85 **Les bons plans**

**Le club**

87 **Les Jeux**

**Petites annonces**

101 **La photo**

Notre histoire en images