

**Zeitschrift:** Générations  
**Herausgeber:** Générations, société coopérative, sans but lucratif  
**Band:** - (2018)  
**Heft:** 104

## 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:** 13.01.2026

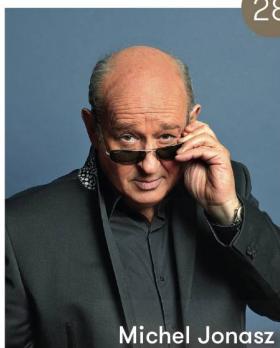
**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

34



Le défi

28



Michel Jonasz

54



Sylvothérapie

40



Les dames

## EN COUVERTURE

## 12 SANTÉ

Chiens, chats, chevaux et même poissons ont des vertus prouvées sur le bien-être des humains. Qu'elles soient physiques, mentales ou sociales.



## L'ACTU

## 23 LE DÉBAT

Faut-il supprimer la première classe des CFF ?

## 24 QUE SONT-ILS DEVENUS ?

A 80 ans, Isabelle Aubret a entamé une tournée d'adieu.

## 28 MICHEL JONASZ

Le chanteur de *Super nana* sera, cet automne, en concert à Montréal. Rencontre avec l'artiste.

## 34 LE DÉFI

A 66 ans, le Vaudois Daniel Perler a déjà gravi les sept sommets les plus hauts de chaque continent, dont l'Everest. Et ce n'est pas fini !

37

## ASSURANCE MALADIE

L'automne arrive et, avec lui, se profile une fois encore une hausse des primes. Résultat, les Suisses sont chaque année plus nombreux à bénéficier de sub-sides. Témoignages.

40

## LES DAMES

Le documentaire réalisé par Stéphanie Chuat et Véronique Reymond évoque avec sensibilité la solitude des femmes, passée l'âge de 60 ans.

## SANTÉ &amp; BIEN-ÊTRE

45

## DON D'ORGANES

Il n'est jamais trop tard pour sauver des vies. Explications et témoignage.

48

## RIGIDITÉ ARTICULAIRE

Se sentir rouillé, le matin en sortant de son lit, ne traduit pas le début de la fin. Solutions.

52

## GRAINES GERMÉES

Très tendance, ces petites bombes nutritionnelles sont-elles aussi bonnes pour notre santé qu'on veut bien le dire ?

54

## BRANCHÉ

Connectez-vous à un arbre ! La sylvothérapie est non seulement tendance, elle fait du bien, assurent des spécialistes.

## DROIT &amp; ARGENT

57

## UN TRÉSOR À LA MAISON ?

Timbres, monnaies, livres, meubles, peut-être ignorez-vous posséder des biens de grande valeur chez vous ou dans votre grenier.

60

## CURATEUR

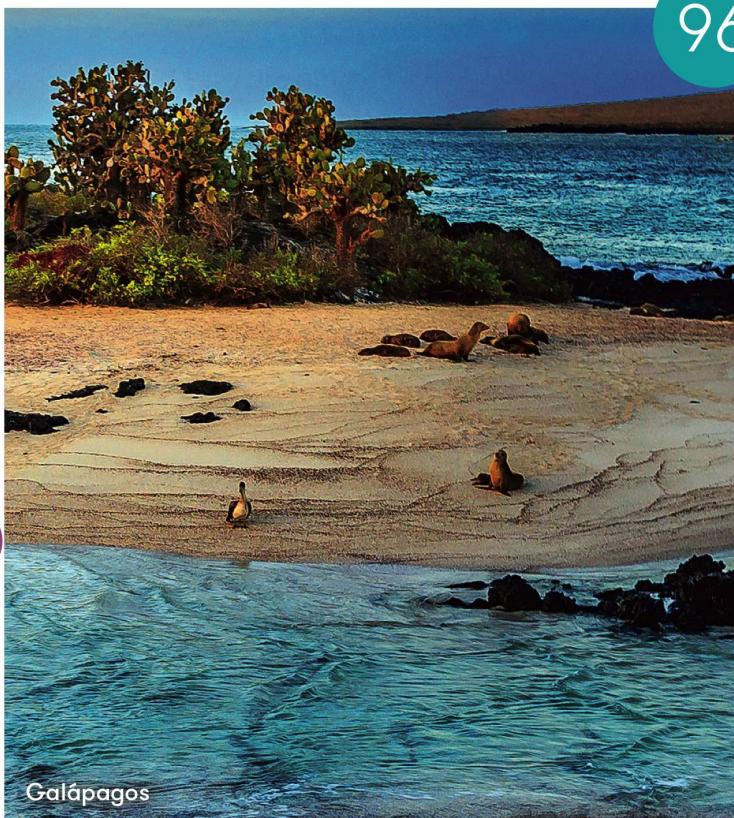
Quelles compétences sont nécessaires ?

62

## PRO SENECTUTE

Les boulanger solidaire contre les maladies liées à la démence.

71



96

79



Recette



La biographie

89

## DROIT &amp; ARGENT

64 **SUCCESSION**

Donner sa maison à ses enfants, pas toujours un bon plan.

67 **INVENTION**

Ne perdez plus vos lunettes grâce à Francesca !

## MULTIMÉDIA

69 **CLASSEMENT**

Des applications pour répertorier vos livres ou tout autre collection.

71 **PHOTOS**

Améliorez vos souvenirs de vacances !

## LOISIRS &amp; MAISON

73 **C'EST LA RENTRÉE**

Des personnalités évoquent leurs souvenirs, parfois douloreux, notamment pour les cancres.

79

**RECETTE**

Wok d'agneau aux légumes croquants.

81

**MON ANIMAL**

Valérie, Coubertin et Bagan.

82

**TV-DVD**

La Muraille de Chine.

84

**THÉÂTRE**

Un spectacle qui fleure bon les barricades et Mai 68.

89

**LA BIOGRAPHIE**

Bartali, le champion cycliste qui a sauvé 800 Juifs.

## LES VOYAGES

95

**JAPON**

Là-bas, la floraison des cerisiers revêt une dimension quasi spirituelle.

96

**GALÁPAGOS**

Un archipel au bout du monde qui fascine les voyageurs avides de nature sauvage.

## LES RENDEZ-VOUS

8 **La chronique**

d'Isabelle Guisan

9 **La Suisse en bref**

**Le courrier** des lecteurs

11 **Le monde en bref**32 **Sur notre site web**43 **Les Fantaisies**

de Jean-François Duval

50 **La santé en bref**56 **A cœur ouvert**

par Rosette Poletti

72 **Je me souviens**

par Brigitte Rosset

85 **Métamorphoses**

par Véronique Emmenegger

86 **Panorama culturel**91 **Les coups de cœur**

du libraire

92 **Nous, les femmes**

par Nicole Métral

99 **Les bons plans**101 **Le Club**102 **Les jeux**111 **Les petites annonces**118 **Notre histoire**