

# Point final

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Généralions : aînés**

Band (Jahr): **38 (2008)**

Heft 11

PDF erstellt am: **24.09.2024**

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*  
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, [www.library.ethz.ch](http://www.library.ethz.ch)

<http://www.e-periodica.ch>

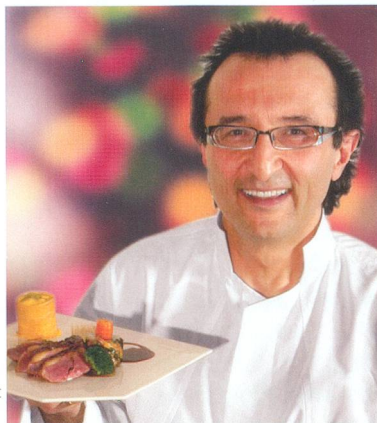
## Les quatre-heures

PAR NICOLE MÉTRAL

### Fort comme un panda

On me demande souvent si j'ai des projets pour ma retraite. Je me sens perplexe. Faut-il absolument avoir des projets, ne suffit-il pas de prendre enfin le temps de savourer la vie? A l'ère des papy-boomers gonflés à bloc lors de la retraite, dire qu'on souhaite passer plus de temps avec ses petits-enfants, ça fait ringard. Pourtant, accompagner Damien dans sa découverte du monde et de ses relations aux autres, lui donner quelques souvenirs de petits bonheurs précieux à mes yeux, voilà un projet qui me porte et qui arrive à dissiper la sourde inquiétude qui m'envahit parfois quand je pense à l'avenir qui s'amenuise inexorablement. Alors, je réponds au hasard que je vais compter les baleines dans l'Atlantique-Nord, adopter un saint-bernard ou encore prendre des cours de claquettes. Je dis n'importe quoi, pourvu qu'il ne s'agisse pas de passer l'hiver à Ibiza ou en Floride. Quoique passer quelques semaines sur l'île de Sanibel, au large de Fort-Myers en Floride, me tente énormément, avec ses pélicans, ses aigrettes, ses ibis, ses marées qui abandonnent des trésors de coquillages mauves et roses sur des plages presque désertes, et son silence. Revenons-en à Damien. J'envisageais, pour ses six ans, de lui offrir un cours de judo. On en avait parlé ensemble, lui et moi. Mais voilà. Entre-temps, il a vu le film *Kung Fu Panda* et il n'a eu de cesse de vouloir faire tout de suite du Kung Fu comme le petit héros du film. Il a déjà trois leçons d'initiation à son actif, dont il ressort à chaque fois enthousiaste et... lessivé. Mais à la réflexion, je trouve que ce cours lui donne de l'assurance. Lui qui n'a rien d'un bagarreur, se fait parfois agresser par des camarades de son collège sans riposter, ni se défendre. L'autre jour, un gamin lui a tordu le pied sans raison. Damien est rentré à la maison en boitillant. Avec ses leçons de kung fu, j'ai l'impression qu'il apprend à utiliser la force de l'autre pour le déséquilibrer, ce qui va lui donner le sentiment qu'il est au moins aussi fort que son agresseur. Et l'assurance, qui se sent, ça peut avoir un effet dissuasif!

## Au sommaire de décembre



Philippe Dutoit

### Personnalité Carlo Crisci

La cuisine de ce grand chef est placée sous le signe de l'équilibre. Il raconte sa passion et propose ses meilleures recettes pour les fêtes de fin d'année.

### Point fort Seniors et pèlerins

Sur la route de Saint-Jacques-de-Compostelle, le flot des pèlerins augmente chaque année. Parmi eux de nombreux seniors.

### Exposition L'âge sous la loupe

La Fondation Verdan à Lausanne propose une analyse complète de l'âge sous différents aspects.

### Enquête La TV du futur

Oubliés, les postes de télévision énormes qui diffusaient des images aux contours approximatifs. Place aux écrans plats et à la définition idéale.

### Régions Thonon en décembre

Pas besoin d'aller au bout du monde pour trouver le dépaysement. A quelques tours de roue à aubes, vous découvrirez la charmante cité de Thonon.

### Supplément Santé & Bien-être

#### Tout sur le couple

Au fur et à mesure du temps qui passe, la routine s'installe au sein du couple. Comment retrouver le sens de l'écoute et du partage pour vivre à deux une vieillesse harmonieuse.

#### Solution du mot caché (p. 57)

Jura  
Solution du miniquiz (p. 57)  
1. B; 2. C; 3. A; 4. B; 5. A.

## Visitez notre site internet!

- Dernières nouvelles
- Archives
- Services
- Abonnements
- Adresses utiles
- Publicité

[www.magazinegenerations.ch](http://www.magazinegenerations.ch)

