Lu pour vous

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **BookReview**

Zeitschrift: **Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse**

Band (Jahr): **20 (1990)**

Heft 4

PDF erstellt am: **26.05.2024**

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.

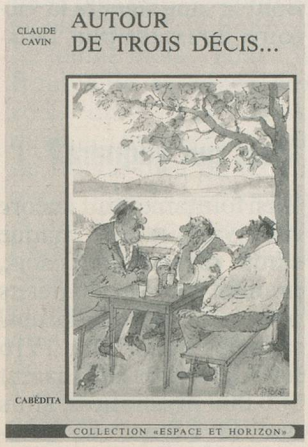
Haftungsausschluss

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.e-periodica.ch

LU POUR VOUS

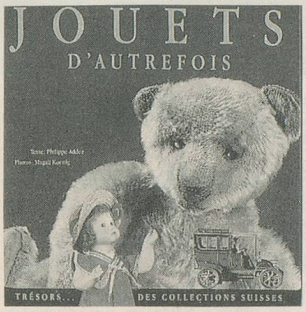


Claude Cavin

Autour de trois décis...

Collection Espace et Horizons Editions Cabélits, Morges

Ce petit fascicule en contient de bien bonnes. Ce sont des récits tels qu'on entendait à la pinte d'autrefois, et qui mettent en scène les gens de chez nous, ceux qui nous entourent dans la vie de tous les jours. Ce sont d'excellents petits récits, qui apportent un peu de détente à tous ceux qui la rechercheront dans la lecture. Des récits sympathiques, attachants, mais bien présentés. Le seul regret que l'on puisse lui accorder: les pages défilent trop vite et l'on souhaiterait trouver encore une suite. Peut-être à la prochaine édition?

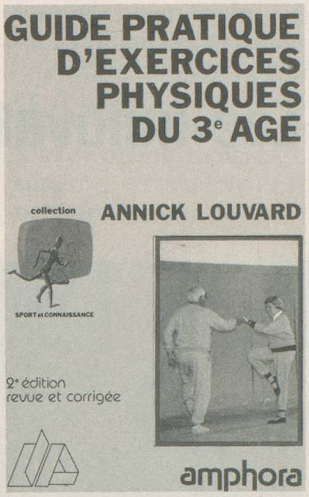


Texte: Philippe Addor
Photos: Magali Koenig

Jouets d'autrefois

Editions Mondo

De la maison de poupées aux anciens trains électriques, en passant par les soldats de plomb et par l'antique lampe de projection, rien n'a été laissé au hasard dans cette rétrospective des jouets d'autrefois, qui ont vu le jour entre le début de ce siècle et la fin de la Seconde Guerre mondiale. Des images qui, pour beaucoup, ne sont plus que des souvenirs, et un texte évocateur font de cet ouvrage un document saisissant d'un monde que beaucoup de nos lecteurs ont sans aucun doute connu. A la vue de ces illustrations, nul doute qu'ils revivront dans le souvenir les meilleurs moments de leur enfance.



Dr Guillemette Isnard

Tout savoir sur la mémoire

Editions Favre, Lausanne

On ne peut élaborer un concept qu'à partir de son vécu: c'est en faisant des rapprochements entre les différentes facettes de sa personnalité que Guillemette Isnard est arrivée à nous proposer une approche avant tout humaine de la mémoire. Nous apprivoisons notre mémoire, ou plutôt nos mémoires, par la découverte de nos sens, de notre cerveau, de notre émotivité. Dans ce livre remarquable, l'auteur affirme: «On peut améliorer sa mémoire à tout âge.» C'est un livre que certains estimeront quelque peu technique, mais qui a l'avantage d'être compréhensible pour tout le monde parce que l'auteur a veillé à respecter une certaine vulgarisation, tant dans les termes que dans les exemples donnés. C'est avant tout une explication de notre sens de la mémoire, qui nous donne une référence utile pour que nous le contrôlions mieux et que nous tentions, pourquoi pas, de le développer.

Annick Louvard

Guide pratique d'exercices physiques du 3e âge

Collection Sport et Connaissance Editions Amphora Diffusion Payot

A l'heure où l'activité physique constitue pour beaucoup une découverte ou une redécouverte, où le paysage traditionnel et traditionnaliste du sport se modifie par la pratique sauvage et individuelle, ce livre présente un maintien en forme du corps hors du cadre de la confrontation avec quelqu'un d'autre.
Le danger serait d'y trouver les motifs et les prétextes d'une compétition avec soi-même, avec tous les dangers qu'elle implique si elle est mal conduite. Mais l'avantage est qu'il s'adresse à un double public:
les animateurs de séances organisées, qui y trouveront matière à réflexion sur leur pédagogie et idées pour renouveler leurs exercices et l'éventail de ces derniers,
les retraités, qui pourront y puiser de quoi nourrir leur maintien en forme personnel, donc leur mieux-être, en utilisant chez eux des objets quotidiens (balais, annuaires téléphoniques, bouteilles en plastique, chaises, etc.).
Mais ce livre a une autre qualité, celle d'être un «éveilleur», la liste des exercices et des loisirs sportifs qu'il présente n'est pas limitative. Il ne donne pas de recettes, mais des exemples et des conseils de base qui permettront à l'imagination de chacune et de chacun de prendre le pouvoir, d'inventer, de créer, dans le cadre d'une pratique adaptée à son propre corps et à son propre tempérament, en évitant d'aller trop loin.