Nouveautés

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Générations : aînés**

Band (Jahr): **36 (2006)**

Heft 1

PDF erstellt am: **25.05.2024**

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

D.R.

Pour être en forme malgré le froid

Maux de dos, fatigue, peau sèche, coup de blues... Si l'hiver vous déprime, prenez soin de vous. Revue de détail des produits à utiliser au cœur de l'hiver ou en toute saison.

Infrarouges contre douleur

La chaleur a un effet bienfaisant sur les douleurs articulaires ou musculaires, c'est bien connu. Lorsqu'on a «mal partout», il y a fort à parier qu'il s'agit d'un refroidissement. Dans ce cas, une source de chaleur peut apporter un soulagement. La maison Philips a développé des lampes à infrarouges dont les rayons pénètrent profondément dans la peau, apportant une sensation rapide de bien-être. La chaleur détend, active l'irrigation sanguine, stimule la circulation et assouplit la musculature. Ainsi les crispations disparaissent. Cette nouvelle génération de lampes à infrarouges peut s'avérer efficace en cas de refroidissement, de toux et de rhume.

››› InfraCare de Philips, plusieurs modèles disponibles, de Fr. 75.– à Fr. 285.–. En vente dans les commerces spécialisés.

Protection des lèvres

Non seulement, ils sont disgracieux, mais en plus ils sont douloureux. Les boutons de fièvre nous empoisonnent la vie. Le stick de Valverde prévient leur apparition tout en offrant une excellente protection solaire, particulièrement utile en période de ski. Les effets protecteurs sont obtenus grâce à des substances naturelles, notamment des extraits concentrés de mélisse.

››› Valverde Lip-Protector, en vente en droguerie et pharmacie, Fr. 9.80.

Produits anti-peau sèche

Flora Press

Le dessèchement de l'épiderme est un phénomène qui apparaît souvent en hiver. Pour que la peau retrouve son équilibre lipidique, il ne suffit pas toujours d'appliquer une crème. Une peau sèche et desquamée a besoin d'un apport en sels minéraux, notamment en magnésium. La gamme de soins MaVena associe les vertus particulières de la mer Morte à une combinaison de sels minéraux et oligo-éléments, sans oublier une forte teneur en magnésium. Ces soins naturels, à utiliser quotidiennement, vont du shampoing jusqu'aux sels de bain, en passant par le gel douche et la lotion hydratante. **MMS**

››› MaVena Derma Line disponible en pharmacie et droguerie.

Que la lumière soit!

Baisse d'énergie, fatigue, manque d'appétit ou au contraire envie irrépressible de grignoter, irritabilité, problèmes de sommeil? Si ces symptômes apparaissent en automne et disparaissent avec l'arrivée des beaux jours, il pourrait bien s'agir de dépression saisonnière. Le manque de lumière en est le principal responsable. En effet, en hiver le niveau de luminosité passe à peine 500 lux, alors qu'il atteint 50 000 lux en été. La luminothérapie, cette thérapie par la lumière, permet de combler le déficit. Il suffit d'une exposition quotidienne de 30 minutes à bonne distance d'une lampe de 10 000 lux pour retrouver tonus et sourire. Différents modèles existent, certains sont même partiellement remboursés par les caisses maladie sur prescription médicale.

››› Medi-Furst Sarl, 5, av. Alfred-Bertrand, 1206 Genève, tél. 022 789 57 60; www.luminotherapie.com

D.R.