Trucs et astuces

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Générations : aînés**

Band (Jahr): **39 (2009)**

Heft 2

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.

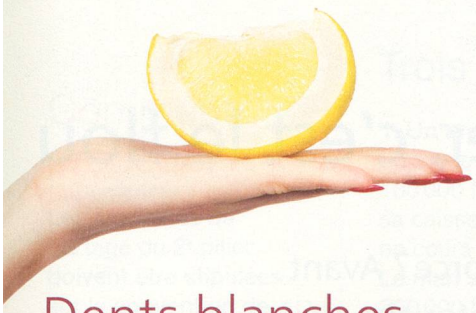
Haftungsausschluss

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

PAR JEAN-ROBERT PROBST



Dents blanches

Vous voulez arborer un sourire digne des vedettes de Hollywood? Il suffit de tremper votre brosse à dents dans de l'argile verte, puis de la saupoudrer de bicarbonate de soude. Ajoutez quelques gouttes de citron et frottez. Résultat garanti.

Sus au calcaire!

Sous l'effet du calcaire, les trous des pommes de douche ont tendance à se boucher. Pour venir à bout de ce calcaire qui dévie le jet de la douche et arrose parfois toute la salle de bains, il suffit de plonger la pomme de douche dans de l'eau chaude abondamment vinaigrée.

Crampes au mollet

Elles surgissent la nuit et peuvent être très douloureuses. Dès que vous sentez le début d'une crampe, appuyez fortement le talon sur une surface dure. Anny, de Sierre, qui nous a conseillé cette technique, précise qu'il faut agir rapidement pour que le résultat soit bon.

Contre les entorses

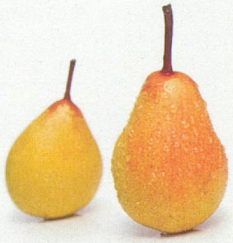
Pour soulager les entorses et les foulures, on appliquera des compresses chaudes à base d'infusion d'hysope. Un bain a le même effet. Compter 100 g d'hysope par litre d'infusion et faire bouillir 10 minutes.

Combattre la fatigue!

Les baies de cassis, très riches en vitamine C, permettent de lutter contre la fatigue et se révèlent un excellent anti-infectieux. On peut les consommer en tisane. Pour retrouver un peu d'allant, il faut masser le front, les tempes et la nuque avec un mélange d'huiles essentielles composé de cannelle, de clou de girofle et de sauge. On recommande de diluer ces huiles dans un volume équivalent d'huile d'amande douce. Vous retrouverez rapidement votre tonus.

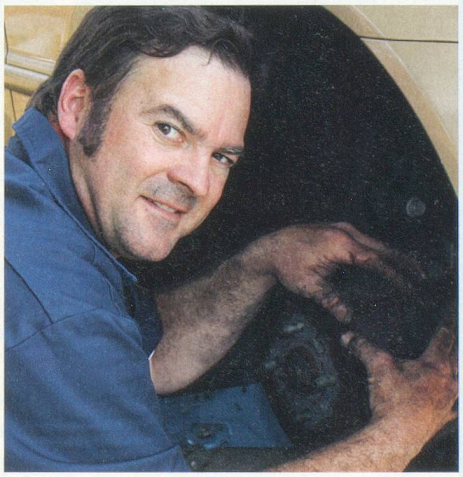
Crise de goutte

Contre les méfaits de la goutte, il est recommandé d'absorber des poires, fraîches ou séchées, en fin de repas. Il faut les consommer avec leur peau. En guise de prévention ou en cas de crise, il est aussi conseillé de consommer plusieurs tasses de thé vert dans la journée.



Taches de cambouis

Votre mari a décidé de plonger ses mains dans le moteur de la voiture. Malheureusement, les manches de sa chemise ont également profité de l'opération. Pour enlever les taches de cambouis sur un tissu, il faut tout d'abord les racler, puis les frotter avec du beurre et laisser agir. On nettoyera ensuite les taches à la térébenthine. Pour les mains, c'est plus facile: de l'huile, puis du shampoing pour cheveux gras ou du produit à vaisselle et on frotte!



Shutterstock: Lisa F. Young/Khomulo Anna/Amlet/Perov Stanislav/Quayside

VOS BONS TRUCS!

Vous connaissez des trucs ou des astuces pour venir à bout des petits désagréments qui gâchent la vie quotidienne? Ecrivez à la rédaction de *Générations*, Fontenailles 16, 1007 Lausanne. Ou téléphonez au 021 321 14 21.