La santé en bref

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Générations**

Band (Jahr): **- (2016)**

Heft 80

PDF erstellt am: **28.05.2024**

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

LA SANTÉ EN BREF

Tonicité On n'oublie pas les pieds

Ils nous portent, assurent notre marche et garantissent notre équilibre. Bref, ils sont précieux et il faut s'en occuper, surtout quand leur musculature vacille avec les années. Un exercice tout simple, au quotidien: debout ou assis, pieds posés à plat, on ramène les orteils en arrière tout en les gardant droits. Cela permet de renforcer la tonicité de la voûte plantaire.

Cancers Pas de preuves contre le portable

On se souvient de la polémique sur les micro-ondes. Aujourd'hui figurent, au banc des accusés, les téléphones portables, suspectés par certains de provoquer des cancers au cerveau. Mais voilà, trente ans après leur apparition, une étude australienne dément cette rumeur. L'augmentation redoutée n'apparaît pas. La seule augmentation significative observée l'a été chez les plus de 70 ans, mais elle a débuté bien avant l'apparition des portables. Elle est donc plutôt à mettre sur le compte de l'amélioration du diagnostic.

Satiété S'écouter mastiquer pour manger moins

Lors d'une étude, les scientifiques ont fait écouter à des femmes le bruit de leur mastication. Résultat, cela a provoqué une diminution de la nourriture ingérée par chacune. Pour maigrir, il ne vous reste donc qu'à être attentifs à vos bruits de bouche.

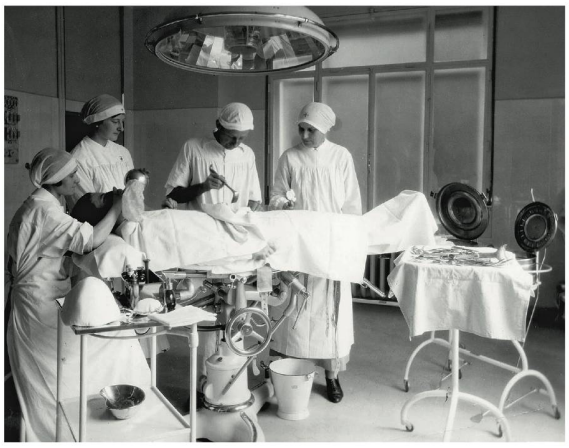
Envie d'une meilleure qualité de vie ?

Toute l'information sur une meilleure audition – dans un coffret compact.

Dés maintenant dans votre centre auditif : notre audiobox avec appareils auditifs factices de Phonak

NEUROTH
Entendre mieux · Vivre mieux

NEUROTH centre auditif • Plus de 65 centres en Suisse et au Liechtenstein
www.neuroth.ch



Wall et Artem Furman

Anniversaire
La Source, 125 ans déjà !

Première école laïque du monde, l'Ecole normale évangélique de gardes-malades indépendantes fut créée par la comtesse Valérie de Gasparin et son époux le comte Agénor. Et, 125 ans plus tard, la Clinique de La Source, à Lausanne, est l'un des acteurs de santé de premier ordre en Suisse romande. Une exposition revient sur son histoire, documents, photos et témoignages à l'appui.

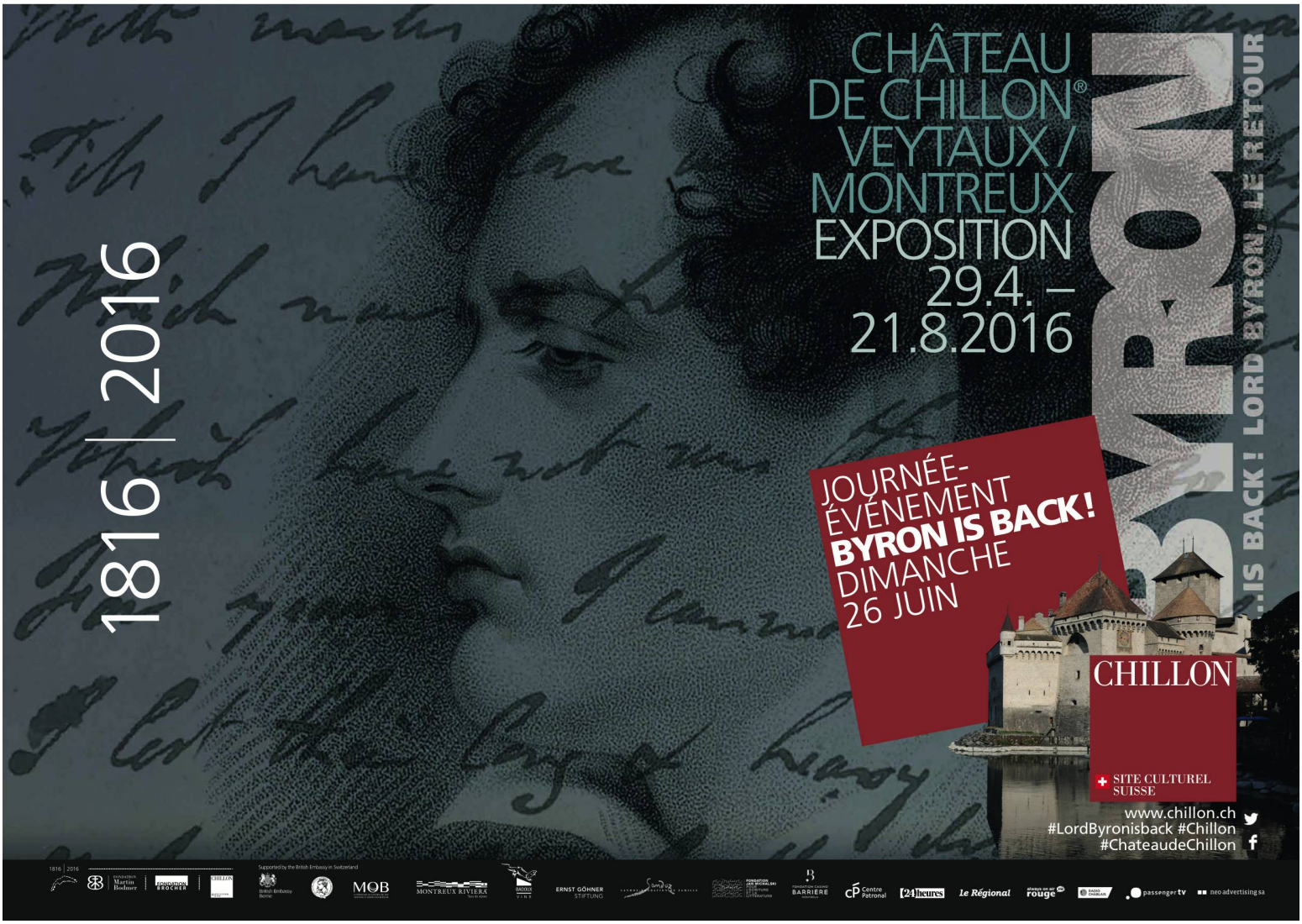
125 ans au cœur de votre santé, *Clinique de La Source, Lausanne, jusqu'au 31 janvier 2017.*

Anti-âge Les escaliers, il n'y a rien de mieux

Deux étages par jour sans prendre l'ascenseur, c'est ce qui est recommandé au quotidien pour garder non seulement son corps en forme, mais aussi lutter contre le vieillissement du cerveau. Grimper les escaliers diminuerait, selon des scientifiques, de plusieurs mois le vieillissement annuel.

80 %

C'EST L'AUGMENTATION DU NOMBRE DE NAISSANCES DE JUMEAUX DEPUIS 40 ANS

Table ronde *générations* à Sion

Une table ronde accueillera le magazine *générations* et son rédacteur en chef, Blaise Willa, à la Médiathèque de Sion, à 18 h, le 9 juin prochain, avec la projection en avant-première du film *Récits d'espoir* en lien avec le thème *Bien vieillir*. L'entrée est libre et le débat sera suivi d'un apéritif.