

Objektyp: **FrontMatter**

Zeitschrift: **Généralions : aînés**

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

Heft 7-8

PDF erstellt am: **09.08.2024**

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.

V CAHIER

VIE PRATIQUE

GÉNÉRATIONS



HUILES, LE RETOUR EN GRÂCE

Bannies des tables, il n'y a pas si longtemps encore, les huiles reviennent en force dans nos assiettes. Pour le plaisir du goût, mais surtout parce qu'elles sont indispensables à notre métabolisme. Fini le temps de la bouteille unique qui servait aussi bien à rôtir une viande qu'à assaisonner une salade. Aujourd'hui, les nutritionnistes recommandent de varier et de marier les huiles pour assurer un bon apport en acides gras polyinsaturés, ces fameux oméga 3, 6 et 9, si bénéfiques à notre santé.

Ce mois... dans Vie pratique

44 Enquête
Huiles,
le retour en grâce

46 Info seniors
Frais médicaux
à l'étranger

47 Assurances
A quoi servent
les bonifications?

48 Cantons

50 Pro Senectute
De l'argile entre
toutes les mains

52 Agenda