

Objekttyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Génération plus : bien vivre son âge**

Band (Jahr): - **(2010)**

Heft 10

PDF erstellt am: **27.09.2024**

### **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.library.ethz.ch)

<http://www.e-periodica.ch>

**Air** du temps

6

**CONFIDENCES****Johnny, un dur de dur**

L'annulation de sa tournée d'adieux a provoqué une énorme déception. Mais le rocker a accumulé les pépins durant toute sa vie. Et il est toujours remonté sur scène.

20

**GRAND ANGLE****Les sacrifiés de la modernité**

A Lausanne, la rue de l'Ale 9 est une maison mythique. Mais les promoteurs immobiliers veulent rayer ce témoignage du passé. Reportage.

**Bien** dans son âge

28

**BIEN DANS SA TÊTE****Des jeux parfois dangereux**

Ils nous aideraient à vaincre des défis personnels et plus simplement à nous épanouir. Mais ces fameux jeux dits de développement ont des effets pervers.

34

**SANTÉ****Il faut dénouer nos muscles**

Maux de tête, de dos, de genoux: beaucoup de douleurs seraient dues à des simples points de crispation. La méthode trigger promet d'alléger nos souffrances.

**Envie** d'évasion

56

**PORTRAIT****Le roi des marcheurs**

Ancien militaire, Roger Droz est un guide hors pair et un fin gastronome qui emmène ses groupes dans les meilleurs bistrotts lors de ses voyages.

64

**VOYAGE****Cap au Nord, l'extrême Nord**

Quelques jours par an, le soleil refuse de se coucher et rebondit sur la mer. Découvrez la Norvège sous son meilleur jour.

**Le cahier** futé

- 38 Vos droits
- 39 Votre argent
- 41 Vétérinaire
- 42 Santé: les bienfaits de chaque vitamine
- 44 Le jardin de Jacky
- 45 Pro Senectute: des cours de gym à la maison entre amies
- 47 Sexualité



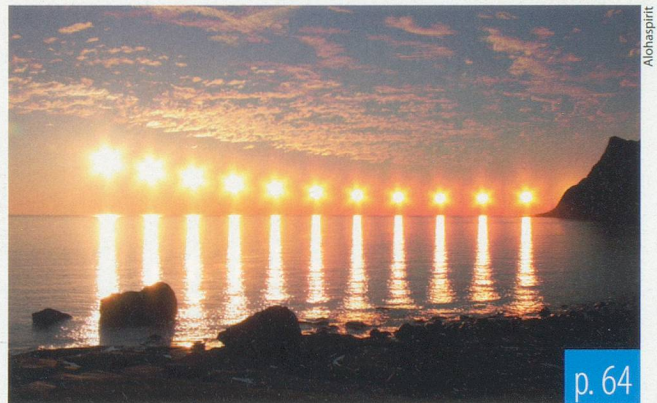
Wololoja Jentsch

p. 20



Yanick Chauvin

p. 34



Alohaspirit

p. 64

**Les** rubriques

- 61 Livres
- 63 Gastronomie  
Sauté d'agneau aux poivrons doux.
- 68 Les Jeux  
4 pages de réflexion et d'amusement.
- 74 Les Annonces  
Pratiques et efficaces.
- 78 Le Club  
174 billets gratuits. Voyage à Carcassonne, dans l'Aude.
- 82 Le quatre-heures  
En compagnie de Nicole Métral et sa tribu.

Couverture: Photo Alberto Bertl/Marika