

Objekttyp: **TableOfContent**

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

Band (Jahr): - **(2011)**

Heft 21

PDF erstellt am: **17.07.2024**

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>

Air du temps**6 CONFIDENCES**
Une BD pour les 8 à 88 ans

Découvrez les aventures de *Mamette*, une grand-maman pétillante et optimiste. Interview de son créateur et une planche à lire.

14 ENQUÊTE
L'expérience n'a pas de prix

Dans plusieurs secteurs économiques, les employeurs sont contraints de faire appel à des retraités et à leur précieux savoir-faire.

Bien dans son âge**32 BIEN DANS SA TÊTE**
Une danse qui stimule la joie de vivre

Pas de figure imposée avec la Biodanza, ni de jugement sur soi et autrui. Objectif? Gagner en harmonie intérieure.

34 APAISANT
Détendez-vous grâce au cœur

La cohérence cardiaque, une technique simple pour mieux respirer et chasser le stress. Notre journaliste l'a testée pour vous.

Envie d'évasion**53 THÉÂTRE**
Un deuxième acte enthousiasmant

Coup de projecteur sur des théâtres romands qui allient audace, qualité et accessibilité dans leur programmation.

64 VOYAGE
Cette Sicile si chaleureuse

Des temples grecs à l'Etna en passant par des paysages de rêve faits de plages de sable blanc et d'oliveraies, la plus grande île de Méditerranée est enchantresse.



K. Chagnin

p. 14



Wolodja Jentsch

p. 32



B. Hassan

p. 64

Le cahier futé

- 38 **Le jardin de Jacky**
Des plantes qui soulagent la rhinite allergique
- 39 **Votre argent** Divorcer avant la retraite, quelles conséquences?
- 41 **Pro Senectute** A voir au festival intergénérationnel Visages
- 43 **Sexualité** La douleur ne doit pas gâcher le plaisir

**Les rubriques**

- 49 **Les Raymondises**
- 61 **Livres**
Denis Alber
- 63 **Gastronomie**
Filet de renne de Bernard Ravet
- 68 **Les Jeux**
4 pages de réflexion et d'amusement
- 73 **Les Annonces**
Pratiques et efficaces
- 60-77 **Le Club**
340 billets gratuits
- 82 **Le quatre-heures**
En compagnie de Nicole Métral et sa tribu

Couverture: Nob