Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2014)
Heft: 57

Rubrik: Panorama : santé

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

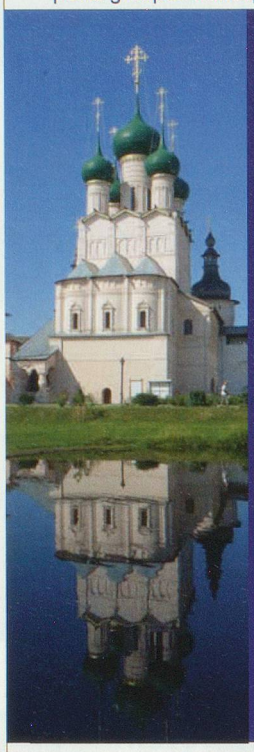
Download PDF: 13.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

PUB

GEO-DECOUVERTE voyages

Découvrez avec nous
petits groupes francophones guidés au départ de Genève



MOSCOU & L'ANNEAU D'OR
27 mai - 4 juin
4'270 fr. ttc*

ARMÉNIE
Entre Orient & Occident
5 - 17 juin
3'570 fr. ttc*

MONGOLIE
2 - 17 août
5'580 fr. ttc*

PAYS BALTES
18 - 29 août
3'620 fr. ttc*

MALTE - escapade
6 - 13 septembre
2'540 fr. ttc*

* Vol, taxes, ch. double, pension selon prog, car ou véhicule 4x4, entrées, guide

www.geo-decouverte.com

Rue du Cendrier 12-14
1211 GENEVE 1
Tél.: +41 22 716 30 00

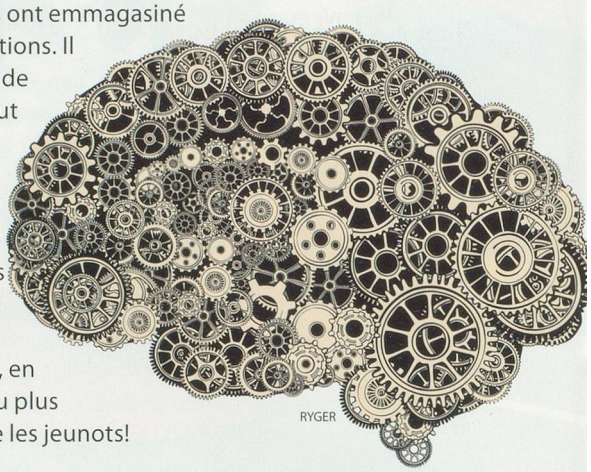
Av. de la Gare 6
1003 LAUSANNE
Tél.: +41 21 321 47 37

60%

des hommes ronflent après 50 ans

Plus d'infos **dans le cerveau!**

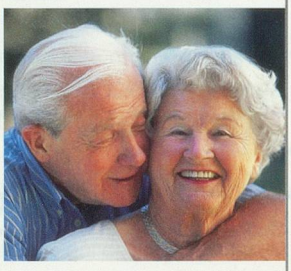
Une vraie fausse vérité de plus à qui les scientifiques tordent le cou. Non, les personnes âgées n'auraient pas une moins bonne mémoire que les jeunes. Si leur cerveau semble plus lent, c'est tout simplement parce que les seniors ont emmagasiné plus d'informations. Il faut donc plus de temps pour tout remettre en place et avoir les idées claires. Mieux: des chercheurs allemands affirment que les seniors ont, en fait, un cerveau plus «puissant» que les jeunots!



PUB

www.novavita.com

NOVA VITA
Residenz Montreux



Une nouvelle vie au cœur de Montreux!

NOVA VITA, la première résidence bilingue (fr./all.) pour seniors offre une nouvelle forme de vie sous le signe de l'indépendance et de la sécurité. Nous proposons également des séjours de convalescence et de vacances.

Appelez-nous! Nous vous soumettrons une offre personnalisée.
Tél. 021 / 965 90 90

Place de la Paix • CP 256 • CH-1820 Montreux • Fax 021/965 99 99 • montreux@novavita.com

L'effet zen
des aquariums

C'est un constat fait par plusieurs équipes hospitalières. L'observation d'un aquarium a un effet apaisant sur les patients. D'où l'idée d'en avoir un à domicile. Le simple fait de contempler les évolutions des petits poissons pendant vingt minutes ferait chuter la tension artérielle. Un effet zen qui se prolongerait durant plusieurs heures.

Deux petits noirs
bons pour la mémoire

A chaque mois, de nouvelles révélations sur les bienfaits du café! Selon une étude parue dans *Nature neuroscience,* la consommation de 2,5 expressos par jour stimulerait la mémoire. Deux groupes de cobayes humains ont servi à l'expérience, le premier ayant eu droit à sa dose de caféine, le deuxième à un placebo. Verdict: les personnes avec café embarqué se souvenaient beaucoup mieux d'images vues la veille.

Une plateforme
pour 200 000 personnes

c.byatt-norman

Avec les années, nos sens perdent en acuité. Généralement, les lunettes de lecture, les appareils auditifs et la compensation d'un sens par l'autre permettent d'atténuer ces désagréments inévitables. Le hic, c'est quand ceux-ci s'altèrent simultanément, comme l'ouïe et la vision. Un problème que connaissent 200 000 personnes âgées en Suisse, selon une estimation de l'Union centrale suisse pour le bien des aveugles (UCBA). Le handicap devient alors lourd au quotidien. Pour venir en aide aux personnes concernées, l'UCBA vient de lancer une plateforme en ligne afin de dispenser des conseils et de l'aide. www.sensus-60plus.ch

PUB

Arkopharma

Cys-control®

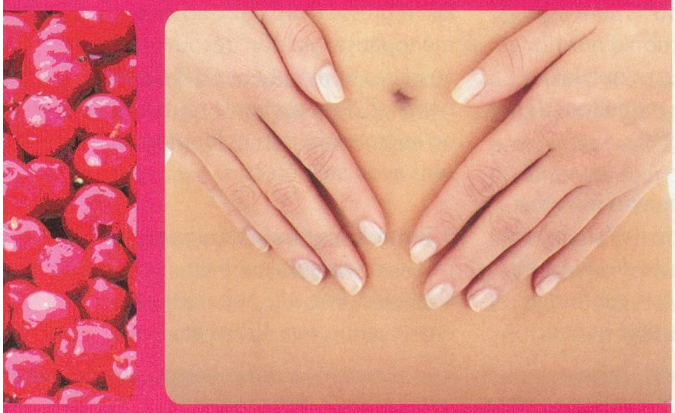
Les PAC de la cranberry peuvent contribuer au maintien du fonctionnement normal des voies urinaires

LA JUSTE DOSE POUR UNE AIDE EFFICACE

36 mg PAC A* DMAC par jour

*ProAnthoCyanidines de type A

Les bienfaits de la baie de CRANBERRY pour votre CONFORT URINAIRE



Cys-Control® Gélules

Boîtes de 20 et 60 gélules,

Existe également: en boîtes de 20 sachets, 20 gélules + ferments lactiques ou flacon de 280 ml.

CRANBERRY (*Vaccinium macrocarpon*), origine Amérique du Nord

Distribué par : ARKO DIFFUSION S.A www.arkopharma.ch