

La santé en bref

Objektyp: **Group**

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

Band (Jahr): - **(2015)**

Heft 74

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.e-periodica.ch>

Votre don facilite la vie de Marlène.



Cerebral

Aider rapproche

Fondation suisse en faveur de l'enfant infirme
moteur cérébral www.cerebral.ch

Nous remercions la maison d'édition pour son aide lors de la réalisation
de cette annonce.

Compte postal: 80-48-4



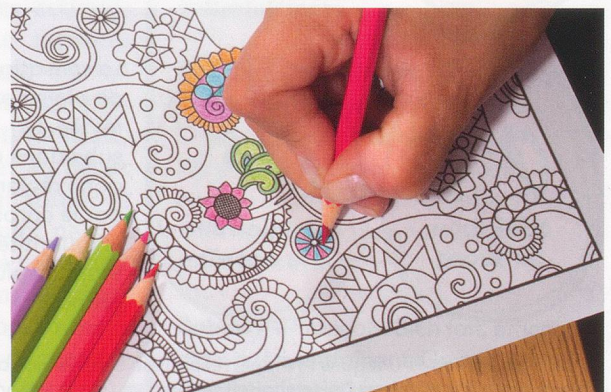
**MINUTES,
C'EST LE TEMPS
QU'ON PASSE
CHAQUE JOUR À
S'INQUIÉTER.**

Dermatologie Mangez bien!

La beauté, c'est aussi dans l'assiette. A savoir que ce que nous mangeons influe fortement sur l'état de notre peau. Une dermatologue et une styliste culinaire se sont associées pour écrire *Mon cahier beautyfood* (éditions Marabout), un concentré de conseils nutritionnels illustrés. Premières leçons, le travail est de longue haleine (quatre à six semaines) et l'alimentation adaptée à la saison. En hiver, il ne sert à rien de boire plus d'eau pour lutter contre la sécheresse de la peau. On privilégie un régime en « bon gras ». Pour cela, il faut piocher dans le top 5 des aliments antifroid: potiron, mâche, saumon, huiles d'assaisonnement mélangées, noix et œuf. Et pour les soupes, pissenlit, épinards, citrouille, panais sont aussi les bienvenus.

Détente On colorie en musique

On n'arrête pas le progrès. Depuis quelque temps, les adultes se sont remis à colorier. Mettre des mandalas en couleurs permet de se détendre et de diminuer son stress. Mais voilà qu'on a trouvé mieux encore, à savoir user ses crayons en écoutant de la belle musique. C'est ce que propose Silvana di Martino dans *Bonheur du mandala musical* (éditions La Source Vive). Avec chacun de ses coloriage, elle suggère un morceau tiré du répertoire classique à écouter tout en remplissant les espaces blancs. Mieux, elle donne le lien internet qui donne accès gratuitement à Debussy, Rachmaninov, Schubert et tous les autres grands compositeurs conseillés. Elle est pas belle la vie?



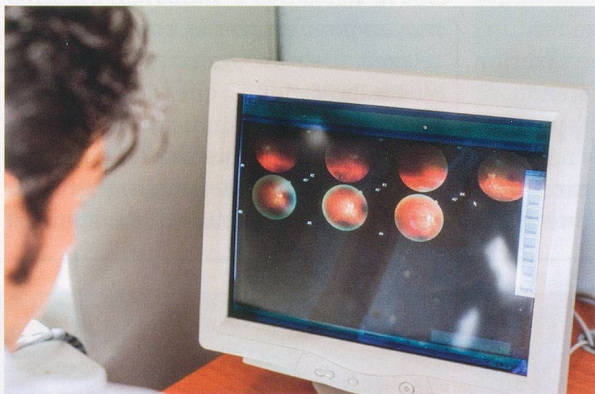
Alzheimer Buvez du champagne!

Voilà une nouvelle qui tombe à pic avant les Fêtes. Boire trois verres de champagne par semaine serait bon pour ne pas perdre la tête ou, plus précisément, aiderait à préserver ses fonctions cognitives ainsi qu'à lutter contre l'alzheimer, selon une étude de l'Université de Reading, en Angleterre. En fait, le constat est simple. Il s'agit de booster votre mémoire grâce à un composant que l'on retrouve dans le Pinot noir et le Pinot meunier, deux cépages utilisés pour fabriquer du champagne.

Stress Eh bien, lisez maintenant!

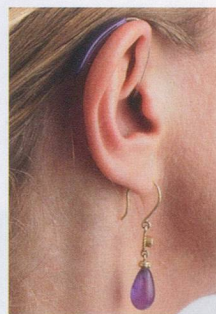
Avis à ceux qui boudent les joies de la lecture. En dehors du plaisir dont ils se privent, celle-ci est aussi bénéfique pour la santé! A en croire une étude de l'Université de Liverpool, les lecteurs réguliers souffrent en effet moins souvent de stress et de déprime que les gens qui lisent rarement ou jamais. L'effort n'est pas intense puisqu'il suffirait de trente minutes par semaine pour bénéficier de ce bienfait.

Diabète Un traitement contre l'œdème maculaire



Les personnes diabétiques sont particulièrement exposées à des risques de complications oculaires qui peuvent aboutir à une diminution irréversible de la vision. Un nouveau médicament permettant de traiter l'une d'entre elles, l'œdème maculaire diabétique, est désormais pris en charge par la LAMa: l'implant corticostéroïdien Ozurdex®. Il consiste en un «minicomprimé» de cortisone. Livré avec un applicateur qui permet de l'injecter directement au centre de l'œil, il se dégrade lentement en libérant durant 3 à 6 mois le principe actif directement à la rétine. Il neutralise ainsi les réactions inflammatoires, réduit le gonflement de la macula et améliore l'acuité visuelle.

AUDISON Retrouvez l'assurance de bien entendre



L'aide auditive presque invisible.

Si petite, performante et confortable...

Portez-la et oubliez-la!

NOUVEAUTÉS automne 2015 pour vos oreilles

Vous pouvez dès à présent les tester et les comparer chez AUDISON, spécialisé dans l'appareillage de l'adulte et de l'enfant malentendants.

- > Bilan gratuit professionnel de l'audition.
- > Essai 30 jours des appareils auditifs de toutes les marques.
- > Démarches pour la contribution de l'AI/AVS/AM/SUVA.

1800 VEVEY

Av. Paul-Ceresole 5
TÉL. 021 922 15 22

1870 MONTHEY

Av. de la Gare 15
TÉL. 024 471 45 90

1860 AIGLE

Place du Marché 3
TÉL. 024 466 68 13



Certains modèles sont conçus pour être réglés par iPhone



Bon de Réduction jusqu'à

CHF 300.-

A valoir selon l'appareillage auditif



acoustique médicale
audison@bluewin.ch

Bon non cumulable et non remboursable. Voir modalités en magasin.