

Le quatre-heures : l'importance des rituels

Objektyp: **Group**

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

Band (Jahr): - **(2012)**

Heft 32

PDF erstellt am: **17.08.2024**

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.



LE QUATRE-HEURES

par Nicole Métral

L'importance des rituels

Les rituels, ça rassure, ça structure le temps, ça permet de trouver des repères, de gérer l'inconnu. Même mon chien a ses rituels. Lila, deux ans, aussi: quand elle vient chez nous, elle a toujours un peu peur du chien justement, alors elle se réfugie dans mes bras pour que je la protège puis elle se précipite vers la table du salon, qui est juste à sa hauteur et montre du doigt la mallette contenant crayons de couleur, craies grasses et godets de gouache. «Peinture», dit-elle. Je lui apporte un verre d'eau et elle y trempe délicatement son pinceau, l'essuie comme je le lui ai appris et se met à peindre sur la feuille blanche des traits et des formes.

C'est sa façon à elle de retrouver sa place chez nous, d'appriivoiser sa peur du chien. Ce dernier, qui sait que la petite fille va accaparer toute notre attention, rejoint son panier et s'y pelotonne, résigné. Ce qui rassure Lila. Elle va pouvoir commencer à circuler à sa guise dans la maison. Elle a un autre rituel: il faut qu'on la porte et qu'on lui montre l'une après l'autre les statuettes qui trônent sur la cheminée. L'autre jour, elle en a pris deux petites, l'une indienne, l'autre sénégalaise. «Elles se donnent la main», a-t-elle commenté en les rapprochant l'une de l'autre.

Je l'ai serrée un peu plus fort contre moi, émue par sa remarque. Mes yeux se sont embués. Je l'adore, cette petite fille qui me repère dès qu'elle me voit arriver à la garderie où je vais la chercher et qui se met à me sourire en agitant son doudou, celui-là même que je lui ai offert: la réplique fidèle d'un ours blanc, en voie de disparition. Il a fallu lui en acheter un deuxième, pour remplacer le premier quand celui-ci a besoin d'un sérieux lavage.

Mais revenons aux rituels: j'étais récemment avec Damien dans un avion qui revenait de New York. Au bout d'une bonne heure de vol sans jamais vraiment s'élever dans les airs, il a fait demi-tour, s'est délesté de son trop-plein de carburant et a rejoint l'aéroport de départ. Ennui technique, incident grave? Dans la cabine, nous avions tous très peur. J'ai fermé les yeux et j'ai prié.

«Mon Dieu, sors-nous de là!» Prière magique qui m'a permis de me décriper. Nous avons fini par atterrir sains et saufs. Damien peut se vanter aujourd'hui d'avoir été deux fois à New York. Moi, je remercie le ciel de me sentir bien vivante chaque fois que je me promène avec mon chien dans la nature. Un rituel de reconnaissance qui me tient à cœur.

SOLUTIONS JEUX DE JANVIER

La solution du concours était: ACTEUR

Mots croisés

P	O	I	N	T	I	L	L	E	S	E	C	H	E
R	U	D	O	I	E	M	E	N	T	P	I	E	U
I	T	O	N	N	S	A	U	N	I	E	R		
M	I	L	A	N	A	I	S	B	U	L	L	E	S
A	L	E	N	E	D	I	V	I	S	E	S	T	
U	L	S	T	E	R	V	I	S	E	P	I	E	
T	A	E	I	N	E	P	T	E	S	E	R		
E	G	O	A	V	I	S	E	T	A	N			
E	P	A	T	E	E	G	R	A	N	C	E		
E	S	T	A	T	T	A	R	D	E	E	A		
N	I	L	L	E	G	E	O	D	O	P	A		
T	O	Q	U	A	D	E	L	I	B	E	R	E	S
I	R	U	N	M	A	N	E	G	E	N	E	T	
T	I	E	D	I	E	C	E	T	A	N	E	R	
E	N	I	S	S	U	E	S	T	A	R	T	E	

Buzz

1. FACILE

5	3	4	1	2
4	1	2	3	5
2	4	1	5	3
3	2	5	4	1
1	5	3	2	4

2. MOYEN

1	2	3	5	4
4	5	1	2	3
5	1	4	3	2
3	4	2	1	5
2	3	5	4	1

3. DIFFICILE

2	3	5	4	1
4	1	2	3	5
5	2	4	1	3
1	5	3	2	4
3	4	1	5	2

Ronde des mots

Ligne 1: BREVET, FERLER, FEUTRE, FESSUE, DÉESSE, NIMBÉE.

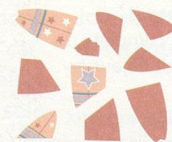
Ligne 2: VERDIR, LÉGÈRE, TRIAGE, SENTIR, STERNE, BASSET.

Ligne 3: DÉGELS, ÉTIAGE, ADROIT, TÊTARD, RÉPÊTE, STOPPÉ.

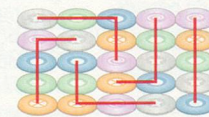
Mots mélangés

Le mot à trouver était: VERRE.

Surf en kit



Les frisbees



Laby-chiffres

14 - 13 - 3 - 7 - 8 - 6 - 10.

Cubix

Horizontalement:

- ① SÉISME
- ② COSMOS
- ③ LANGER
- ④ EXQUIS
- ⑤ RINCER
- ⑥ ULTIME

Verticalement:

- ① SACRISTIE
- ② CHANCELER
- ③ LOUVETEAU
- ④ ENTREMETS
- ⑤ SOULIGNER
- ⑥ RISTOURNE.