

Les balades de Félix : remède contre le spleen

Objektyp: **Group**

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

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

Heft 38

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>



LES BALADES DE FÉLIX
par Nicole Métral

Remède contre le spleen

Quand, à la maison, le ton monte, que le climat est à la dispute, je connais une solution efficace pour calmer le jeu et éviter la scène de ménage ravageuse. Je prends le large avec Félix qui a toujours envie d'aller se balader, à moins que ce ne soit mon conjoint qui décide de sortir avec notre compagnon à quatre pattes.

Cette tactique de diversion est très efficace pour éviter d'envenimer la situation par des propos lancés sous le coup de la colère. Faute de combattants, la querelle tombe à plat. La promenade avec le chien permet à chacun de s'apaiser. Très content de l'aubaine, la truffe au vent, Félix hume toutes sortes d'odeurs affolantes: celle d'un hérisson qui a traversé le sentier aux aurores, d'un écureuil téméraire qui s'arrête au milieu de la route, d'un chat tapi sous un buisson ou celle d'un merle affairé à picorer un ver. Il n'y a rien de mieux qu'un chien pour prendre du recul. De plus, avec lui, on ne se sent jamais seul quand le moral ca-

pote. Il n'y a pas meilleur remède contre le spleen que son regard attentif et tendre, sa truffe humide qui quémante une caresse, son pelage chaud et doux sous la main, sa présence attentive.

Bien sûr, un chien entraîne des contraintes. Mais l'attention et les soins qu'on lui porte rythment les journées et donnent le sentiment d'être utile. Son affection fait vite oublier les trous qu'il a creusés au jardin, le livre oublié sur la table du salon dont il a grignoté les coins, la pantoufle qu'il a déchiquetée et les promenades obligées sous la pluie. Le soir, quand Félix le chien va se coucher dans sa corbeille, il guette le moment où je viens le caresser. Je m'assieds par terre, tout près de lui, pour lui faire des câlins. C'est un rituel que nous ne voudrions manquer ni l'un ni l'autre: je masse ses longues pattes, je le gratte derrière les oreilles, je caresse son encolure et masse lentement son échine. Il ferme progressivement les yeux. Une paix bienfaisante nous envahit.

PUB

Nouveau

**APPLIQUER TOUTES LES 12 HEURES POUR
ATTÉNUER LES DOULEURS LIÉES À L'ARTHROSE.**



Articulations qui craquent, doigts douloureux et raides – c'est ainsi qu'un phénomène d'usure croissante du cartilage (arthrose) peut se faire sentir. A partir de 40 ans, malheureusement, presque tout le monde souffre d'une usure du cartilage – souvent sans la reconnaître en tant que telle.

Depuis mai 2012, Voltaren Dolo forte Emulgel est désormais disponible sans ordonnance en cas de douleurs arthrosiques et articulaires aiguës. Voltaren Dolo forte Emulgel n'est à administrer que toutes les 12 heures et a un effet analgésique et anti-inflammatoire. Ainsi, les mouvements quotidiens peuvent redevenir plus supportables.

Voltaren Dolo forte Emulgel soutient l'engagement contre l'arthrose de la Ligue suisse contre le rhumatisme.

Plus d'informations sous www.voltaren-dolo.ch

**Voltaren Dolo®
forte Emulgel®**

MOINS DE DOULEUR, PLUS DE PLAISIR À BO

Novartis Consumer Health Suisse SA

Veillez lire la notice d'emball