

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2013)
Heft: 43

Rubrik: Les balades de Félix : et si l'on s'arrêtait de courir?

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: 11.01.2026

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



LES BALADES DE FÉLIX par Nicole Métral

Et si l'on s'arrêtait de courir?

Quand le soir tombe, Félix le chien monte à l'étage se coucher dans son panier, comme mû par une horloge interne. Au jardin, deux merles et une tourterelle grise profitent des dernières lueurs du jour pour picorer quelques graines, avant de se réfugier dans leur cachette pour la nuit. Le chat, lui, sort pour de mystérieuses déambulations nocturnes. A observer les animaux qui m'entourent, je me dis que nous sommes bien fous de ne pas ralentir l'emballement de notre temps, de ne pas vivre au rythme des saisons. Et si l'on s'arrêtait de courir et de consommer toujours plus? Et si nous profitions des longues soirées pour réfléchir à l'avenir de notre terre, généreuse mais pas extensible, ni corvéable à merci, si nous profitions aussi de ce temps pour rêver une vie moins stressante, pour apprivoiser les émotions de la journée, accumulées tout au fond de soi plutôt que de se jeter sur une plaque de chocolat ou grignoter à tout bout de champ? Et si nous nous retrouvions en

toute simplicité entre amis ou voisins autour d'un repas? Et si nous faisons du troc: je cuisine pour la dame toute seule à deux pas de chez moi, et elle, en habile couturière, raccourcit mon pantalon neuf. Et si nous redécouvrons le plaisir de lire des histoires à nos enfants et petits-enfants, plutôt que de les renvoyer à leur console de jeu ou à l'écran de télévision familial? Et si nous observions avec eux le ciel d'hiver constellé d'étoiles? «Le ciel, écrit Julien Perrot fondateur de *La Salamandre*, attachante revue romande sur la nature, est un bel antidote à la terrible arrogance de notre époque.» L'avenir de notre planète dépend plus que jamais du respect que nous avons à son égard, et ce respect, ou plutôt l'attachement à la nature peut s'apprendre à travers toutes sortes d'activités simples et d'échanges plus porteurs de bonheur que la frustrante frénésie de consommation, génératrice de montagnes de déchets, dont certains nous survivront pendant des... siècles!

SOLUTIONS JEUX DE JANVIER

Mots croisés

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

Mots mélangés

Le mot à trouver est : INDIGO.

Mots coupés

MOUFLE	CHOPER	COUPER	TORDRE
MOUCHE	PERCHE	COUPON	MENTOR
FLÈCHE	PERLER	COULER	MÉNAGE
MOULER	FRICHE	COUDRE	ROUAGE
LERCHE	FRIPER	MOUDRE	ROULER
GAULER	FRIPON	DRÈCHE	ROULIS
GAUCHE	PONCHO	PONDRE	COULIS.
GAUCHO	COUCHE	TORCHE	

Buzz

1. FACILE

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

2. MOYEN

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

3. DIFFICILE

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

Ronde des mots

Ligne 1 : DESTIN, TSÉTSÉ, VILLES, ANOBLI, PERRON, OINDRE.

Ligne 2 : TRÉPAS, TERSER, LEURRE, BERLUE, RÉPARE, DÉRAPE.

Ligne 3 : PRÊTER, SEVRER, RELAVE, LÉTALE, ASCÈTE, AJONCS.

Mots en croix

Horizontalement : FOURCHE - ABSURDE - MEETING.

Verticalement : AMUSEUR - SCRUTIN - ESCRIME.

Mots en ligne

Horizontalement : ENCAS - FRISE - TONNE.

Verticalement : EFFET - CHIEN - SIÈGE.

Diagonales : ÉPINE - SAINT.

Mathématiques

$$16 \times 4 : 8 : 2 + 15 = 19$$

$$22 - 12 : 5 \times 11 - 13 = 9$$

Connexions

1/ CAMBRÉ - BRÈCHE - CHEVAL - VALSER - SÉRAIL - AILIER

2/ GRIGOU - GOUPIL - PILORI - ORIGAN - GANGUE - GUEUZE

3/ GAUCHO - CHORUS - RUSTRE - TRÉPAS - PASTIS - TISANE.

Sudoku

1. FACILE

7	2	3	8	1	9	4	6	5
9	1	5	3	6	4	2	7	8
4	6	8	7	5	2	9	1	3
2	7	4	1	3	8	5	9	6
3	8	9	5	4	6	1	2	7
6	5	1	9	2	7	3	8	4
1	3	2	6	8	5	7	4	9
5	9	6	4	7	1	8	3	2
8	4	7	2	9	3	6	5	1

2. MOYEN

7	8	4	9	1	5	3	6	2
5	1	3	4	2	6	7	9	8
6	2	9	3	7	8	4	1	5
4	3	8	6	9	7	2	5	1
1	5	7	8	4	2	9	3	6
2	9	6	5	3	1	8	4	7
3	6	5	2	8	4	1	7	9
8	4	1	7	5	9	6	2	3
9	7	2	1	6	3	5	8	4

3. DIFFICILE

6	3	2	5	4	8	1	7	9
8	9	5	7	1	3	4	6	2
1	4	7	2	9	6	5	8	3
4	5	8	1	7	2	3	9	6
3	7	1	9	6	5	8	2	4
2	6	9	3	8	4	7	5	1
7	2	6	4	5	1	9	3	8
9	8	4	6	3	7	2	1	5
5	1	3	8	2	9	6	4	7

4. DIABOLIQUE

4	5	1	2	8	6	7	9	3
6	9	7	4	3	1	8	2	5
8	3	2	7	5	9	4	6	1
1	2	3	5	9	7	6	8	4
7	6	5	3	4	8	9	1	2
9	8	4	1	6	2	3	5	7
2	1	8	6	7	4	5	3	9
5	4	6	9	2	3	1	7	8
3	7	9	8	1	5	2	4	6

Fubuki

1. FACILE

5	2	6	13
9	8	3	20
4	7	1	12
18	17	10	

2. MOYEN

5	2	7	14
8	1	4	13
9	3	6	18
22	6	17	

3. DIFFICILE

5	6	4	15
3	2	7	12
8	1	9	18
16	9	20	