Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2013)
Heft: 51

Rubrik: Les balades de Félix : on en fait un peu trop

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: 29.06.2025

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

LES BALADES DE FÉLIX

par Nicole Métral

On en fait **un peu trop**

Sous les doigts de fée de ma réflexologue, je suis aux anges. Etendue sur une table de massage, livrée au papillonnement de ses mains qui travaillent en douceur, je me défais peu à peu de mes tensions, de ce stress que, malgré la retraite, j'accumule au fil des jours.

Il ne faut pas croire que, parce qu'on ne part plus travailler tous les matins, on se la coule forcément douce tout au long de la journée. Pour prouver qu'on est encore utile, on en fait même parfois un peu trop, d'autant plus quand on est une femme, donc une «ménagère» à vie! Pour ne pas s'appesantir sur ses petits maux, sur les renoncements qu'il faut peu à peu faire et sans doute aussi pour chasser l'angoisse du temps qui rétrécit, on a tendance à multiplier les tâches. Ici, il y a un parent ou un conjoint plus âgé dont il faut s'occuper; là, des petits-enfants qu'on a choisi de garder, mais qui vous laissent sur les rotules quand on les ramène le soir chez eux. Ajoutez à cet emploi du temps un engagement bénévole à honorer, le chien à promener, le frigo à remplir, les coings ramassés au jardin à transformer en gelée.

Mais revenons à ce massage. Après m'avoir massé le dos, la professionnelle me prend une main et se met à la masser doucement. Ce geste, en apparence anodin, me bouleverse. Je sens les larmes me brouiller les yeux. Il a fait resurgir d'un coup la petite fille que j'étais, qui donnait la main à sa maman tant aimée, et qui la serrait fort, comme pour la retenir de prendre la poudre d'escampette. Cette petite fille-là est encore si vivante en moi, je ne le réalisais pas vraiment. Le pouvoir du toucher a des effets magiques. Félix le chien le sait bien, lui qui ne va jamais se coucher dans son panier pour la nuit sans quémander son lot de caresses et de massages.

SOLUTIONS JEUX D'OCTOBRE

La solution du concours était: VALSER

Mots croisés

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

Buzz

1. FACILE

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

2. MOYEN

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

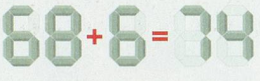
3. DIFFICILE

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

Ronde des mots

Ligne 1 : BÉGUIN, CIRAGE, MÉHARI, FLÈCHE, ISOREL, COSMOS.
Ligne 2 : UNITÉS, ALADIN, AMORAL, CRÉNOM, RONGER, MÉCANO.
Ligne 3 : TERTIO, DESIRÉ, RECASÉ, NÉGOCE, GARAGE, ANGORA.

Digimath



Sudoku

1. FACILE

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

2. MOYEN

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

3. DIFFICILE

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

4. DIABOLIQUE

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

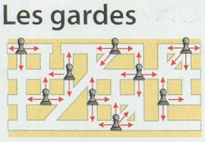
Mots mélangés

Le mot à trouver est : ILLICO.

Mots coupés

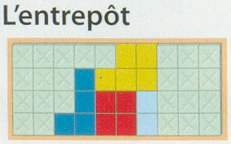
MARBRE - MARCHE - BRÈCHE - CALMAR - CALQUE - MARQUE - CHÈQUE - QUÉRIR - BARRIR - BARQUE - LOUBAR - LOUCHE - CROBAR - CROCHE - CROSSE - BRASSE - BRAQUE - BRADER - MANQUE - MANCHE - MANDER - BARMAN - CHAMAN - CHAQUE - CHASSE - CHACAL - CHAIRE - CROIRE - BRAIRE - TRAIRE - TRAQUE.

Les gardes



Signes

L'entrepôt



Fubuki

1. FACILE

4	7	1	12
8	5	3	16
6	9	2	17
18	21	6	

2. MOYEN

6	4	9	19
7	5	8	20
3	2	1	6
16	11	18	

3. DIFFICILE

2	3	1	6
8	5	6	19
7	4	9	20
17	12	16	