



PHOTO: SHUTTERSTOCK

Rien ne va plus pour Rex

VOTRE SÉPARATION
LE DÉPRIME

La séparation ou le divorce d'un couple entraînent souvent des modifications du mode de vie de son animal. Voici quelques conseils pour aider celui-ci à passer le cap.

1 Acceptez sa préférence

La séparation de ses maîtres et le changement de domicile qui s'ensuit peuvent être très mal vécus par le chien et provoquer sa névrose car, contrairement au chat, le lien affectif qui l'unit à ses maîtres est très fort. En fait, le chien a toujours un maître auquel il est plus attaché. Si cette préférence est marquée, acceptez qu'il suive celui qu'il considère comme le «chef de sa meute». Dans le cas contraire, vous risquez de vivre avec un animal triste et amorphe.

2 Donnez-lui plus d'attention

Redoublez d'attention à son égard, car il peut, par incompréhension de la situation, devenir agressif envers l'un ou l'autre ou carrément dépressif. Se partager sa garde est la meilleure des solutions pour ne pas lui faire subir l'angoisse de la séparation, quelque chose de très difficile à vivre pour lui.

3 Surveillez son comportement

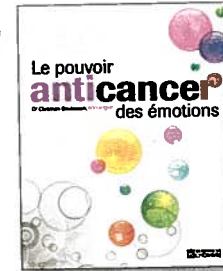
C'est votre attitude et, bien sûr, votre présence, qui seront déterminantes dans votre lutte contre son anxiété. Soyez très attentif à son comportement. Pour exprimer son mécontentement face aux tensions, au départ de votre partenaire et à ce changement soudain de mode de vie, il peut devenir caractériel, apathique et même aller jusqu'à refuser de manger. Le remède à ces troubles est de lui prodiguer autant de soins et de câlins qu'il en réclame.

4 Jouez, marchez, détendez-vous ensemble

Plus vous aurez d'interactions avec votre chien, mieux il se sentira. Vous pouvez ensemble devenir de grands complices!

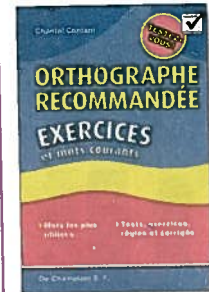
Le pouvoir anticancer des émotions,
D' Christian Boukaram,
Les Éditions de l'Homme, 22,95 \$

Enfin, un livre qui confirme que non, l'hérédité n'est pas une condamnation au cancer. Enfin, un livre affirme, preuves scientifiques à l'appui, que l'environnement social et les émotions sont des joueurs importants dans la préservation de la santé globale. Un nombre impressionnant de gens atteints de cancers incurables ont recouvré la santé après avoir combiné des traitements de médecine traditionnelle avec des séances de psychothérapie et d'hypnose. *Le pouvoir anticancer des émotions* est un livre de prise de conscience que tous devraient avoir en main pour activer leurs mécanismes de santé.



Orthographe recommandée,
Chantal Contant,
De Champlain
S.F., 8,95 \$

Un vrai bon petit guide très pratique que tous peuvent garder en poche!



Pour tester nos connaissances en français et, surtout, pour remédier à nos lacunes, on y trouve 750 questions et réponses sur l'orthographe. Qui peut s'en passer?



Je mange avec ma tête,
Élise Desaulniers, Stanké, 29,95 \$

Êtes-vous vraiment conscient de ce que vous mettez dans votre assiette? Quelles conséquences votre façon de vous alimenter a-t-elle sur l'environnement? L'auteure de ce livre ne vous fait pas «les gros yeux», elle veut juste vous éclairer sur les liens qu'ont vos choix alimentaires avec le gaspillage de la nourriture, les OGM, l'usage des pesticides, etc. Élise Desaulniers croit qu'il faut, aujourd'hui

plus que jamais, être sensible aux conditions de vie des animaux qui composent nos menus.

Acoustic café, Putuyamo World Music

Les amoureux de guitare acoustique et d'ambiance folk seront charmés par *Acoustic Café*, une collection captivante de chansons d'auteurs-compositeurs issus des États-Unis, du Canada, d'Afrique du Sud et de l'Australie. Ce CD est un enchantement pour l'oreille, un moment de grâce qui nous régénère quand on sort du bureau et que les mauvaises nouvelles nous assaillent. *Acoustic Café* est une petite merveille à écouter en solo ou autour d'un bon café entre amis. C'est aussi une bonne suggestion de cadeau pour découvrir la richesse de la guitare acoustique! Chez tous les disquaires.

