Le Vieux Chat Gris et le Jeune Chat Foufou

Une histoire sur les choix qui mènent au vrai bonheur

Un conte qui fait du bien au corps et au cœur

Bien dans ses pattes, bien dans sa vie !

Club des
Chats Seniors
JARDINS
PLACE DU VILLAGE
CLUB DES
CHATS SENIORS
Aujourd'hui :
Jeu de mémoire
et bonne humeur !
SENIOR
MAIS
ACTIF !

Le vieux chat gris et Le jeune chat Foufou

Dans un petit village entouré de jardins fleuris vivait un vieux chat au poil grisonnant nommé Mistigri.
Son museau était un peu blanc, ses moustaches légèrement courbées par les années, mais son regard restait vif et malicieux.
Chaque matin, Mistigri partait retrouver ses amis au club des chats seniors.
Là, ils se promenaient, jouaient à des jeux de mémoire, faisaient quelques exercices de souplesse et partageaient de grands moments de convivialité.

OLANGERIE
PLACE
DU VILLAGE

Un jour, alors qu'il traversait la place du village, il aperçut un jeune chat roux nommé Filou.
- Bonjour, jeune ami ! lança Mistigri.
Mais Filou ne l'écoutait guère. Il courait après tout ce qui bougeait, grimpait aux arbres les plus hauts, sautait sur les toits, mangeait n'importe quoi et passait ses nuits à faire la fête avec une bande de jeunes chats turbulents.
- Tu devrais parfois ralentir un peu, conseilla gentiment Mistigri.
- Moi ? ralentir ? Jamais ! répondit Filou en riant. La vie est faite pour s'amuser !

PLACE
DU VILLAGE

Les années passèrent.
Filou continua ses excès. Il négligeait son sommeil, mangeait mal, ne prenait jamais le temps de prendre soin de lui et pensait que sa jeunesse durerait toujours.
Peu à peu, les conséquences apparurent. Son corps devint moins agile. Il se fatiguait rapidement. Sa mémoire lui jouait des tours. Certains de ses compagnons de fête s'éloignèrent lorsqu'il ne put plus suivre leur rythme.
Un matin, alors qu'il se promenait seul, il croisa de nouveau Mistigri.

Club
Seniors
Retraite
Sportive
Retraite
Sportive
Fédération Française
ACTIVITÉS
Gym douce
Marche
Équilibre
Mémoire
Convivialité

Le vieux chat gris marchait d'un pas souple et assuré. Son pelage avait encore blanchi, mais ses yeux pétillaient toujours de joie. Autour de lui se trouvaient plusieurs amis qui riaient en évoquant leurs dernières activités.

Filou fut surpris.

- Comment fais-tu pour être aussi en forme à ton âge ?

Mistigri sourit.

- Je n'ai jamais cherché à vivre vite. Dans mon club de seniors affilié à la Fédération Française de la Retraite Sportive, j'entretiens ma forme, ma mémoire et mes amitiés pour vivre longtemps et heureux.

Club
Seniors
Retraite
Sportive
ACTIVITÉS
Gym douce
Marche
Équilibre
Mémoire
Convivialité
Retraite
Sportive
Federation Française

Filou baissa les oreilles.
- Moi qui pensais être le plus heureux lorsque j'étais jeune...
- Le bonheur ne se mesure pas au nombre de bêtises que l'on fait, répondit doucement Mistigri. Il se construit chaque jour par les choix que l'on fait pour sa santé, son équilibre et ses amitiés.
Filou regarda le groupe de chats seniors qui plaisantaient ensemble.
Pour la première fois depuis longtemps, il comprit qu'il avait confondu agitation et bonheur.
Mistigri posa une patte amicale sur son épaule.
- Il n'est jamais trop tard pour prendre soin de soi et rejoindre les autres.

Retraite
Sportive
Fédération Française

Et c'est ainsi que Filou commença à changer ses habitudes. Peu à peu, il retrouva le goût des promenades, des activités partagées et de l'amitié. Mistigri continua longtemps à parcourir les chemins du village avec ses amis de la retraite sportive, prouvant qu'une vie active, une bonne santé et des amitiés fidèles sont de précieux trésors en vieillissant.

Morale

La jeunesse ne garantit pas le bonheur. Cultiver sa santé, entretenir sa mémoire, préserver a souplesse et partager des activités avec les autres permettent souvent de rester heureux bien plus longtemps.

Une histoire tendre et inspirante pour petits et grands

Filou, un jeune chat roux plein de vie, court après le plaisir sans penser à demain. Mais le temps passe et les excès ont des conséquences… Heureusement, la rencontre avec Mistigri va changer sa vie et lui montrer qu'il n'est jamais trop tard pour prendre soin de soi et savourer chaque instant.

Un joli conte illustré qui invite à réfléchir sur :

- l'importance de prendre soin de soi
- les bienfaits d'une vie équilibrée
- la valeur de l'amitié et du temps qui passe

CODERS35 EDITEUR
DE LA PAGE BLANCHE AU BEST SELLER

Prix : 85 francs