



# LETTRE DE LA FORME



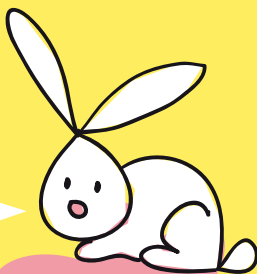
N°12 juin 2018



Des études scientifiques ont prouvé les divers bienfaits des animaux de compagnie pour l'homme. Avoir un animal c'est bon pour le coeur, au sens propre comme au sens figuré. Caresser un chat, un chien nous procure un sentiment de bien-être. Les animaux nous calment, nous rassurent et favorisent notre vie sociale.

## NOS AMIS LES ANIMAUX

« Connaissez-vous les NAC ? Hé bien, j'en fais partie ! Ce sont les Nouveaux Animaux de Compagnie qui appartiennent à des espèces autres que le chien et le chat. Par exemple, sont considérés comme NAC les furets, les oiseaux, les rongeurs, les poissons, les reptiles dans le but précis d'en faire des animaux de compagnie »



LAMBERSART  
naturellement

CCAS de Lambersart - 19 avenue Georges Clemenceau

Horaires d'ouverture : Lundi, mardi, mercredi : 8h - 18h / Jeudi : 8h - 14h et 16h - 19h30 / Vendredi : 8h - 12h30 / Tél : 03 20 08 44 44

Ces conseils vous sont recommandés par les ambassadeurs de la forme.



# 6 BONNES RAISONS D'AVOIR UN ANIMAL DE COMPAGNIE :



- ◆ Il favorise les rencontres
- ◆ Il égaye le quotidien
- ◆ Il aide à faire de l'exercice
- ◆ Il permet de diminuer le stress
- ◆ Il lutte contre la dépression
- ◆ Il apporte de la tendresse



**vous avez dit « zoothérapie » ?**  
il s'agit d'une approche qui utilise la présence d'un animal pour aider moralement des personnes en difficultés de santé ou d'isolement afin d'améliorer leur qualité de vie.  
D'autres concepts ? La ronronthérapie, l'équithérapie...



J'adore me promener à Lambersart avec mon maître respectueux de l'environnement et de la propreté de la ville



## Le saviez-vous ?

Les bienfaits d'un animal de compagnie auprès des seniors ne sont plus à démontrer. Pour preuve, certaines structures de personnes âgées les acceptent. S'occuper d'un compagnon à quatre pattes, d'un oiseau ou d'un rongeur est bénéfique autant pour la santé physique que morale. Dans tous les cas, l'animal de compagnie reste le meilleur ami de l'homme.

« On a souvent besoin d'un plus petit que soi »  
Le Lion et le Rat de Jean de La Fontaine.

