

Plus jamais seul(e) avec un animal de compagnie

D.P.

Chien, chat, rongeur et même poisson rouge... La présence d'une petite bête est un véritable antidote à la solitude. Démonstration.

Les derniers confinements ont été des éléments déclencheurs pour beaucoup d'entre nous, à l'image de Marie, commerciale. Coincée en télétravail, elle a décidé d'adopter un lapin : « j'ai toujours vécu entourée d'animaux, à la ferme de mes parents. J'aime beaucoup les chiens mais je ne voulais pas de contraintes liées aux sorties, ce n'est pas simple en appartement. Le lapin me semblait moins exigeant ».

Les demandes d'adoption ont augmenté ces derniers mois, relève la SPA. Fait notable, la société protectrice des animaux a constaté une baisse de 20 % des abandons. Pour faciliter les adoptions et aider les maîtres à faire connaissance avec leur futur compagnon, plusieurs refuges ont d'ailleurs mis en place des rendez-vous virtuels.

Selon les chiffres du syndicat national des professions du chien et du chat, les adoptions ont bondi de 15 % depuis un an.

Tous les animaux nous font du bien

Un animal n'est pas un passe-temps, on ne l'abandonne pas quand on n'en veut plus, rappellent régulièrement les animaleries ou les vétérinaires. Prendre un animal est un véritable engagement. Partant de ce constat, Thibault Pfeiffer a créé le site internet Emprunte mon toutou, pour quelques heures ou une journée, le

temps d'une balade et de gros câlins. Propriétaires comme « emprunteurs » y trouvent leur compte.

Une tortue, un hamster ou encore un chat ne remplacent pas la présence d'un humain mais ils ont une réelle influence positive sur notre santé. Avez-vous déjà testé le pouvoir apaisant de la ronronthérapie ? Un chien est toujours de bonne humeur, il nous force à bouger, à sortir de chez nous. Difficile de résister lorsqu'il dépose sa laisse à nos pieds. Des études prouvent d'ailleurs qu'avoir un animal est bénéfique pour notre santé mentale mais aussi physique en réduisant notre rythme cardiaque.

Selon les chercheurs de l'Université d'York au Royaume-Uni, 65 % des personnes interrogées dans le cadre de leur étude ont déclaré être restées actives et en forme pendant le premier confinement grâce à leur animal.



Si votre animal a apprécié le télétravail ces derniers temps, il n'est sans doute pas prêt à vous laisser repartir. Il va falloir lui expliquer la notion de présentiel et peut-être le réhabituer progressivement à vos absences. ■