



Cosmochats

Comportementaliste félin & Cat-sitter

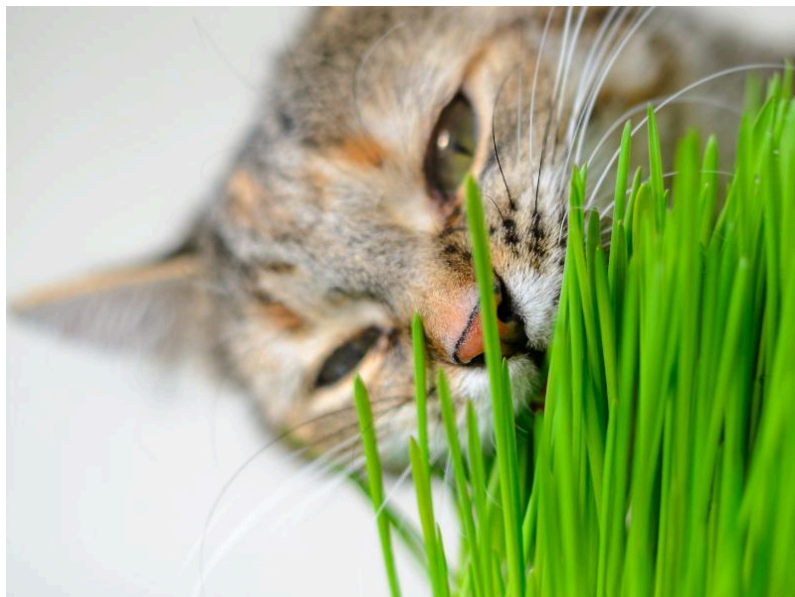
L'herbe à chat et les plantes pour chats

Certaines plantes présentent un intérêt pour le bien-être du chat.

Elles n'ont cependant pas toutes le même effet : certaines favorisent le transit digestif, tandis que d'autres ont une action euphorisante ou apaisante.

L'herbe à chat (jeunes pousses de graminées)

Une aide naturelle à la digestion





Contrairement à une idée reçue, l'herbe à chat ne désigne pas la cataire, mais des **jeunes pousses de graminées** (blé, avoine, orge, seigle...).

Le chat les consomme instinctivement pour faciliter son confort digestif.

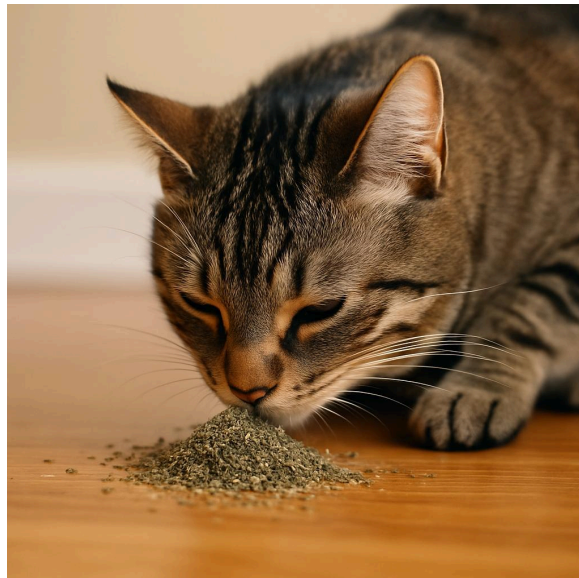
Ses bienfaits

- Favorise l'élimination des poils ingérés lors de la toilette.
- Aide à limiter la formation de boules de poils (trichobézoards).
- Facilite le transit intestinal.
- Peut favoriser les régurgitations lorsque cela est nécessaire.
- Apporte des fibres et quelques vitamines.
- Enrichit l'environnement du chat et stimule ses comportements naturels.

L'herbe à chat est particulièrement utile pour les chats vivant exclusivement en intérieur.

La cataire (Nepeta cataria)

La plante euphorisante



La **cataire**, également appelée **menthe à chat**, appartient à la famille des Lamiacées, comme la menthe.

Elle contient une molécule naturelle appelée **népétalactone**, responsable de son effet sur certains chats.

Comment agit-elle ?

La népétalactone stimule les récepteurs olfactifs et provoque chez de nombreux chats un comportement d'excitation comparable à celui observé lors de certaines interactions sociales ou sexuelles.

Le chat peut alors :

- se rouler au sol
- se frotter contre la plante
- ronronner
- jouer avec énergie
- courir
- saliver légèrement

L'effet dure généralement **5 à 15 minutes**, puis disparaît naturellement.

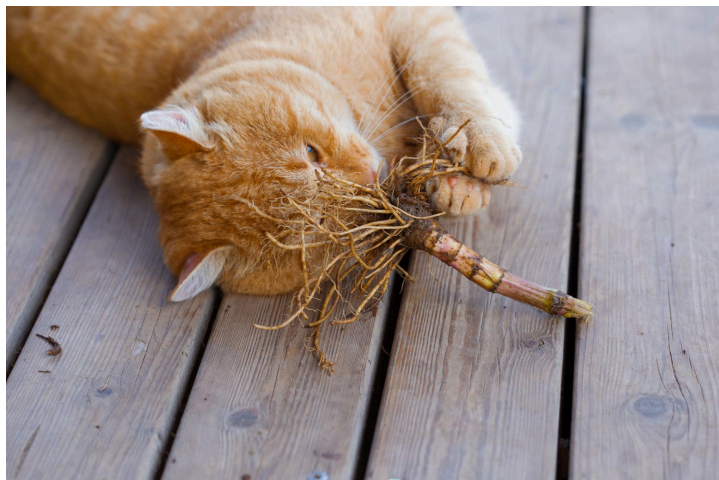
Après cette phase d'excitation, la plupart des chats deviennent calmes et détendus.

À savoir

- La cataire **n'est ni toxique ni addictive**.
- Environ **30 à 40 % des chats** n'y sont pas sensibles : cette sensibilité est génétique.
- Les chatons de moins de 3 à 6 mois réagissent rarement.
- Son huile essentielle possède également des propriétés répulsives contre certains insectes, notamment les moustiques.

La valériane (*Valeriana officinalis*)

**Euphorisante pour le chat, relaxante pour
l'Homme**



Chez l'humain, la valériane est principalement connue pour ses propriétés relaxantes.

Chez le chat, son effet est plus variable.

À faible intensité

Certains chats deviennent plus détendus, plus affectueux ou plus sereins.

À plus forte concentration

La valériane peut provoquer une réaction comparable à celle de la cataire :

- roulades
- frottements
- excitation
- jeux intenses

L'effet reste temporaire et sans danger chez un chat en bonne santé.

Comment l'utiliser ?

On peut proposer :

- des racines séchées
- des jouets remplis de racines de valériane
- ou simplement glisser quelques morceaux de racine dans une vieille chaussette solidement nouée

De nombreux chats apprécient de la mordiller, de la transporter ou de jouer avec pendant plusieurs minutes.

À retenir : l'herbe à chat (graminées) et la cataire sont deux plantes totalement différentes. La première agit principalement sur le système digestif, tandis que la seconde stimule le

comportement par l'odorat. Quant à la valériane, elle constitue une excellente alternative à la cataire chez certains chats qui y sont plus sensibles.