



LES FICHES CONSEILS

Lui Et Vous

Avoir un chien est une formidable expérience quand les rapports se passent bien. Mais établir dès le début une relation saine avec son chiot n'est pas chose simple. Aimer son chien, c'est aussi décrypter les rapports qu'il a avec les autres humains ou les autres animaux, c'est connaître vos droits et obligations envers lui, c'est jouer avec lui, c'est pouvoir l'emmener en vacances avec vous... Voici quelques-uns des nombreux sujets que nous abordons dans cette rubrique.

Dossier 2 // Activités à faire ensemble

- Activités pour vous et votre chien
 - Pour commencer
 - Chiots
 - Les promenades régulières sont importantes
 - Choses à faire et à ne pas faire lorsqu'on fait faire de l'exercice à son chien
- Premier ouvrage de référence pour une réflexion méthodologique sur les Activités Associant l'Animal - AAA
- Courir avec votre chien
 - L'ordre "Au pied !"
 - La sécurité
 - Les colliers
 - Votre chien court pendant que vous faites du vélo
 - Laisser son chien courir en liberté. .



Activités pour vous et votre chien

Nous l'avons entendu dire mille fois : la plupart des gens ne font pas suffisamment de sport. Et quand nous regardons nos chiens quelque peu grassouillets et paresseux, nous pouvons dire que nous ne leur faisons pas faire suffisamment d'exercice non plus. Mais pourquoi faire du sport au fond ? Tout simplement parce que c'est bon pour le cœur, cela aide à réduire l'hypertension artérielle, soulage du stress, maintient le tonus musculaire, rend plus optimiste, permet de brûler les calories excédentaires et que cela fait du bien en général. Si ces généralités sont vraies pour les humains, elles le sont aussi pour les chiens. Les chiens aiment-ils le sport ? Bien sûr ! Vous n'avez qu'à demander à n'importe quel maître qui a prononcé le simple mot « promenade » ! Certains chiens sont si heureux à l'idée de partir en promenade qu'ils s'en vont immédiatement chercher leur laisse et vous la ramènent dans la gueule ! Voici quelques bons conseils à suivre pour faire régulièrement un peu d'exercice avec votre chien :

Pour commencer

Ce qu'il y a de plus important, en élaborant un programme d'exercice pour votre chien, est la façon de s'y prendre pour commencer. Ne commencez jamais soudainement à emmener votre chien qui manque d'exercice faire de très longues promenades. Les chiens, tout comme les humains, ont besoin d'une période d'échauffement avant de faire de l'exercice et doivent commencer leur programme en douceur pour atteindre progressivement le niveau ou la durée d'exercice que vous et votre chien préférez.

Chiots

Lorsqu'on les nourrit correctement (avec des aliments d'excellente qualité adaptés aux animaux en période de croissance) et qu'on leur permet de dormir et de se reposer abondamment, les chiots sont très joueurs. Lorsqu'ils grandissent et deviennent moins joueurs, c'est à vous de veiller à ce qu'ils aient l'occasion de faire suffisamment d'exercice de manière régulière.

Les promenades régulières sont importantes

La marche à pied est un bon exercice pour vous et pour votre chien, et vous pouvez prolonger ces promenades et les rendre aussi sportives que vous le souhaitez. L'important est que ces promenades deviennent une habitude et soient faites régulièrement. Par régulièrement, on entend au moins une fois tous les deux jours voire plus souvent si votre emploi du temps vous le permet. Si vous en avez assez de marcher mais que votre chien a envie de poursuivre, vous pouvez lui faire rapporter une balle ou courir après un jouet pour finir le programme du jour.

Choses à faire et à ne pas faire lorsqu'on fait faire de l'exercice à son chien

Échauffez toujours votre chien par une petite promenade avant de le faire courir. Ayez toujours de l'eau avec vous, mais ne le laissez pas boire de trop juste après une période d'exercice. Faites ces exercices régulièrement de façon à créer une habitude ; les animaux de compagnie s'épanouissent lorsqu'on s'en occupe régulièrement. N'en faites pas trop. Ne nourrissez pas votre chien, NI juste avant NI juste après l'exercice. Ne faites pas courir votre chien pendant les grandes chaleurs de l'été ni pendant les grands froids de l'hiver.



Premier ouvrage de référence pour une réflexion méthodologique sur les Activités Associant l'Animal - AAA

A l'heure actuelle, force est de constater qu'il n'existe aujourd'hui en France aucune référence permettant de donner une définition claire et précise de ces activités nouvelles impliquant la présence, voire la contribution d'un animal, et plus particulièrement d'un chien. C'est pourquoi l'Afirac a pris l'initiative en 1999 de réunir au sein d'un groupe de travail - le Gretfa - des spécialistes de disciplines très diverses - médecin, éthologue, psychologue, biologiste, vétérinaire. Son objectif : définir ce que recouvrent les Activités Associant l'Animal - AAA - et faire accepter et reconnaître, par les professionnels de la santé et de l'éducation, leurs effets positifs auprès des

populations qui en bénéficient.

Les programmes identifiés et analysés par le Gretfa ont permis de constater que la présence de l'animal consiste généralement à l'associer à des activités dans le cadre d'actions sociales, éducatives et/ou thérapeutiques. Les initiateurs de ces projets supposent que l'intervention animale, si elle est contrôlée et en adéquation avec le travail du professionnel, peut être un atout dans la prise en charge des bénéficiaires, ainsi que dans l'amélioration de leurs conditions de vie dans l'institution.

Ce constat a conduit le Gretfa à proposer une définition générique - Activités Associant l'Animal - qui peut ensuite se préciser en fonction des orientations données aux programmes : éducatives (AAA-E) sociales (AAA-S), thérapeutiques (AAA-T) ou de recherches (AAA-R). Cet ouvrage marque une étape importante dans la reconnaissance officielle de ces nouvelles initiatives. Avec ses propositions, le Gretfa apporte une réponse claire à l'attente des professionnels de la santé et de l'éducation concernant l'officialisation d'une pratique encore peu reconnue dans leurs milieux. Conçu comme un véritable outil de travail pour les professionnels de la santé, cet ouvrage a pour ambition de susciter actions et projets de qualité associant l'homme et le chien dans le respect et l'attention partagées. Le Docteur Didier Vernay, neurologue, chef du service de Médecine physique et Réadaptation au CHU de Clermont-Ferrand et coordinateur du Gretfa, est présent aux Journées de Neurologie de Langue Française. Il présente le poster n° Q9 intitulé «Kinésithérapie associant un partenaire canin». Pour toute information complémentaire, vous pouvez contacter : Afirac - 32 rue de Trévisse - 75009 Paris. Site internet : <http://www.afirac.org/> - e-mail : afirac@afirac.org



Courir avec votre chien

Promener un chien est parfois trop lent pour les gens qui adorent courir. Certaines personnes courent avec leur chien. Si vous voulez essayer, voici quelques idées pour que cela soit plus facile pour vous et pour lui.

L'ordre "Au pied !"

Dans votre intérêt, vous vous assurerez au préalable que votre chien comprenne l'ordre de base "Au pied", qui le fera courir constamment à votre gauche, juste derrière vous. Ceci vous permettra à tous les deux de savoir exactement où vous allez et qui décide du trajet. Vous pouvez dresser votre chien à rester "au pied" soit en vous procurant un livre à ce sujet, soit en fréquentant un cours d'éducation canine.

La sécurité

Dans l'intérêt de votre chien, assurez-vous de ne pas exagérer la course, surtout au début. Avant de commencer un nouveau programme de course, vérifiez auprès de votre vétérinaire que votre chien ne présente pas de problèmes circulatoires ou articulaires. Surveillez également attentivement ses pattes. Pour vous, c'est super, vous avez ces chaussures de course pour vous protéger, mais souvenez-vous que votre chien, lui, est "pied nu". Le béton, l'asphalte ou d'autres surfaces dures peuvent blesser gravement les pattes de votre chien. Si possible, courez sur l'herbe ou la terre,

ce qui de toute façon est également mieux pour vos jambes.

Les colliers

Utilisez uniquement un collier fixe et non pas les colliers dits "étrangleurs" qui peuvent être dangereux pour les chiens.

Votre chien court pendant que vous faites du vélo.

Laisser votre chien courir avec vous pendant que vous faites du vélo n'est pas du tout une bonne idée. Votre chien pourrait être accroché puis trainé et mourir étranglé. Cela pourrait provoquer un grave accident. Et même si vous roulez lentement, c'est sans doute déjà trop vite pour que le cou et les articulations de votre chien tiennent le rythme. Il est donc plus prudent d'abandonner cette idée.

Laisser son chien courir en liberté. .

Courir en liberté, c'est le rêve de tous les chiens. Mais ce rêve pourrait tourner au cauchemar si votre chien est heurté par une voiture. Ou bien s'il va se cogner contre les poubelles de votre voisin en rentrant à la maison. Ou encore s'il va s'attirer des ennuis avec ce chien qui appartient à votre voisin du bas de la rue. Si vous avez un chien qui doit vraiment courir en liberté pendant un certain temps chaque jour, emmenez-le dans une zone protégée où il pourra courir tout son saoul. Peut-être y-a-t-il un champ fermé sur trois côtés, et vous pouvez vous poster sur le quatrième côté pour vous assurer que votre chien ne courra pas sur la route. Sur certaines plages, on autorise les chiens à courir en liberté, cependant elles sont peu nombreuses. Les parcs sont aussi une possibilité, mais veillez à aller dans les endroits où il n'y a personne autour de vous, en particulier pas de parents avec des enfants qui pourraient avoir peur d'un chien courant comme un fou. Et n'oubliez pas de toujours nettoyer après le passage de votre chien. Si vous laissez votre chien courir en liberté, assurez-vous qu'il est correctement éduqué pour revenir quand vous l'appellez. Voici un autre ordre important auquel il doit savoir obéir même de loin : se "coucher " d'urgence. Cela vous permettra de le faire mettre en position couchée dès que vous verrez un problème éventuel que votre chien n'anticipe pas, par exemple, une personne descendant tranquillement le sentier et se dirigeant tout droit sur votre chien.

© 2007 Mars, Incorporated, All Rights Reserved.

®/™ Pedigree Trademark of Mars, Incorporated and its affiliates.