

3 règles d'or

pour avoir un chien calme à la maison



Un indispensable pour les humains qui partagent
leur vie avec un chien



Tu trouves que ton chien est un petit paquet de nerfs à la maison ? Il a de la difficulté à se poser, il aboie lorsqu'il entend des bruits, il te suit constamment dans la maison et même jusqu'à la toilette, il te sollicite pour jouer en permanence ? Bref, tu aimerais beaucoup avoir la paix d'esprit sans te sentir coupable et tu ne sais pas par quoi commencer ?

Dans les pages qui suivent, tu trouveras les 3 règles d'or qui ont le pouvoir de transformer la vie de ton chien à la maison, et par conséquent, la tienne.

Ces règles vont bien au-delà des simples astuces d'entraînement. Elles sont le fondement d'une relation équilibrée et harmonieuse avec ton fidèle compagnon.

Besoin d'un coup de pouce ?

Réserve une analyse comportementale GRATUITE dès maintenant !

C'est juste [ICI](#)



Avant de te les présenter, il est essentiel de comprendre que nos chiens vivent en captivité dans nos maisons, et ils n'ont pas choisi ce mode de vie. Ils ont des besoins particuliers que nous pouvons parfois avoir du mal à satisfaire, ce qui peut engendrer des défis pour leurs humains bienveillants. L'ennui peut rapidement se transformer en chaos à la maison, générant du stress pour tous.

Cependant, plusieurs stratégies existent pour désennuyer ton ami à quatre pattes, retrouver la paix d'esprit et améliorer ta vie avec lui.

Règle d'or #1

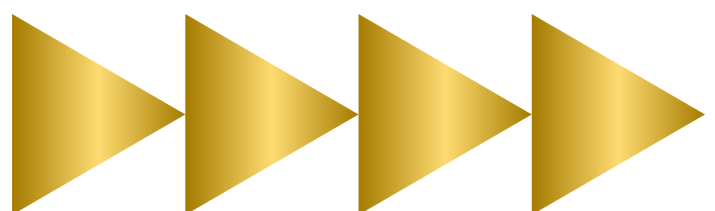


COMBLE LES BESOINS DE TON CHIEN

Si tu veux susciter le calme chez ton chien, tu as besoin qu'il sécrète des endorphines pour se libérer du stress et être en mesure de se reposer. C'est pourquoi il est prioritaire de combler les besoins de ton chien.

Pour y arriver, tu vas enrichir son environnement de façon à recréer, avec les moyens du bord, son environnement naturel. Ainsi, il sera stimulé, ses besoins seront comblés, et il profitera davantage de moments calmes.

Voici **4 ASTUCES** que tu peux appliquer dès maintenant !





La **BALADE EN LAISSE** est souvent considérée comme l'outil principal pour dépenser l'énergie physique de ton chien en milieu urbain. Honnêtement, ce n'est pas nécessairement le meilleur exercice pour ton ami à quatre pattes. Il est contraint de suivre ton rythme, ce qui peut être plus lent que le sien, et il n'a souvent pas la liberté de flairer à sa guise. Regarde-bien comment tu peux enrichir cette activité:

- **Varie tes itinéraires** - Il explorera de nouveaux endroits et il découvrira de nouvelles odeurs.
- **Fais des pauses pour jouer** - Arrête-toi dans un parc ou un endroit approprié et joue à la balle, au tug-of-war ou au frisbee avec ton chien. Cela lui permettra de se défouler davantage.
- **Laisse-le flairer au sol** - Bien que cela puisse prendre plus de temps, permettre à ton chien de flairer le sol est extrêmement efficace pour le stimuler et dépenser son énergie. Savais-tu que cette activité est essentielle pour son bien-être ?
- **Entraîne ton chien** - Apprends à ton chien des commandes importantes comme te regarder, s'asseoir dans des environnements avec plus de distractions, et attendre. Cela contribuera à le garder concentré et obéissant, et il dépensera plus d'énergie.
- **Intègre des parcours** - Utilise ton environnement pour créer des obstacles amusants pour ton chien. Fais-le tourner autour d'un arbre, sauter sur un banc, etc.
- **Laisse-lui choisir sa direction** - Laisse ton chien décider où il veut aller. Cela renforcera son sentiment d'autonomie et lui permettra de faire des choix.



Offre-lui un bac à jouets.



Un **BAC À JOUETS** bien organisé peut non seulement occuper ton chien, mais aussi développer son autonomie, réduire ses demandes constantes d'attention, enrichir son environnement, minimiser les comportements destructeurs et lui permettre de faire des choix.



Varie les jouets

Tu peux y mettre de vieux os, des sabots, des jouets sonores, des peluches et des jouets à mâcher.

Fais la rotation des jouets

Ton chien apprécie la variété. Jouer avec des nouveaux jouets est bien plus stimulant pour lui.

Place-le bac à proximité

Ton chien sera bien plus intéressé par ses jouets s'ils se trouvent près de toi, car il adore ta compagnie.

Mets-en plusieurs

Si tu changes de pièce, ton chien aura toujours des jouets à sa disposition pour s'occuper.



Débarrasse-toi de son bol de nourriture.

As-tu déjà remarqué à quel point ton chien dévore son repas en quelques secondes dans son bol de nourriture ? Imagine tout ce temps précieux qui s'écoule sans être utilisé. Je te suggère de remplacer son bol de nourriture par des jouets alimentaires ou d'autres activités stimulantes qui lui permettra de chercher sa nourriture. Voici quelques idées:

1. Prépare une pâte de croquettes prête à farcir dans des jouets interactifs.



Mettre les croquettes dans le mélangeur.



Verse la poudre de croquettes dans un bol à mélanger.



Ajoute de l'eau ou autres liquides (bouillon, etc.)



Brasse jusqu'à l'obtention d'une pâte pas trop liquide.



Si ton chien mange du cru ou d'autres types de mélange, je te recommande aussi de lui servir son repas dans un jouet interactif.

2. Cache ses croquettes

Dissimule ses croquettes dans l'herbe, sur la neige, dans la maison ou dans un tapis de fouille. Cette activité stimulera le flair de ton chien.

3. Utilise des jouets distributeurs

Ces jouets demandent à ton chien de résoudre des énigmes pour obtenir sa nourriture. Cela le gardera mentalement actif tout en satisfaisant sa faim.





Propose-lui des périodes de mastication



La mastication est bien plus qu'une simple activité pour ton chien, c'est un besoin essentiel qui a de nombreux avantages pour sa santé physique et mentale.

SAVAIS-TU QUE TON CHIEN A BESOIN DE 1 À 3 HEURES DE MASTICATION PAR JOUR ?

Bien entendu, ses besoins de mastication varieront si ton chien est un masticateur léger ou extrême par exemple. Il existe une variété d'articles masticatoires pour satisfaire toutes les types de mâchoires allant du jouet synthétique mou ou dur à des articles comestibles naturels comme des os et différentes parties d'animaux (cornes, sabots, joues, nez, ailes, etc.)

La mastication possède de nombreux **AVANTAGES**. Elle contribue à:

1. Conserver une bonne hygiène dentaire.
2. Réduire le stress.
3. Le stimuler mentalement.
4. Prévenir les comportements destructeurs.
5. Soulager les chiots de la douleur.



Bien entendu, la mastication comporte certains risques (étouffement, blocage intestinal, etc.). C'est pourquoi il est essentiel de surveiller toutes les activités masticatoires de ton chien.

Règle d'or # 2



GÈRE TON ENVIRONNEMENT

L'environnement dans lequel vit ton chien joue un rôle essentiel dans son niveau de calme. En tant que propriétaire attentionné, tu as la possibilité d'apporter des ajustements pour minimiser les sources de stress et d'excitation, créant ainsi un espace propice à la tranquillité pour ton compagnon à quatre pattes.



Crée un espace de calme

Crée un coin paisible pour ton chien à la maison avec un lit confortable, des jouets apaisants et de l'eau fraîche. Assures-toi que toute la famille respecte cet espace de détente pour ton chien.

Les bruits et les activités extérieurs peuvent être une source d'excitation pour ton chien. Utilise des rideaux épais, de la musique apaisante, et organise des sessions de jeu ou de stimulation mentale pour le distraire des bruits extérieurs.

Gère les stimuli extérieurs



Utilise les zones de repos

Crée des zones de repos spécifiques dans différentes parties de la maison. Encourage ton chien à utiliser ces espaces pour se reposer et se détendre. Tu peux également y placer des jouets pour l'occuper en douceur.

Règle d'or # 3



CRÉE UNE ROUTINE ÉQUILIBRÉE

Il est idéal que ton chien ait une vision claire de sa journée à venir. Pourquoi ? En connaissant les activités prévues, il restera moins en alerte en permanence et pourra se reposer de manière plus appropriée. Pense aux activités de ton chien comme ayant des niveaux d'intensité différents, tout comme pour nous, les humains.

Par exemple, imagine que tu viens de courir. Après une sortie intense, serais-tu capable de dormir immédiatement ? Pour te détendre, tu prendrais plutôt un bain ou tu lirais un livre. Il en va de même pour ton chien. Il est judicieux de varier les niveaux d'intensité des activités pour créer une routine équilibrée qui favorise le calme chez ton chien

LA recette gagnante !





Cette étape implique des activités essentielles pour le bien-être de ton chien, tant sur le plan physique que mental. En plus des promenades, envisage des jeux sociaux et des sports canins adaptés à ses préférences. Est-ce qu'il a le museau constamment au sol pendant vos promenades ? Est-il un excellent rapporteur ? Adore-t-il nager ? Ces indices peuvent t'orienter vers des activités à partager avec ton chien. Elles stimuleront son esprit, le maintiendront en forme, renforceront ta relation, et contribueront à prévenir les comportements indésirables. N'oublie pas d'adapter l'intensité en fonction de sa race, de son âge et de ses besoins individuels pour une dépense d'énergie appropriée.

Il serait aussi important d'octroyer à ton chien des moments de liberté. As-tu un chalet où tu peux aller faire des balades en forêt ? Est-ce que ton chien a une personnalité sociable pour aller se défouler dans les parcs à chien ? Est-il possible d'organiser des balades en longe ? Il est essentiel qu'il puisse profiter de moments de liberté et pratiquer des activités propres à son espèce.

Combien de temps par jour devrait être alloué à ces activités ?

La quantité d'activité physique par jour dont ton chien a besoin dépend en grande partie de sa race et de ses besoins individuels. En général, il est recommandé de lui offrir **entre 1 et 3 heures** d'activités physiques par jour.

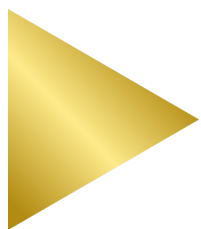
L'objectif principal est de s'assurer que ton animal de compagnie reçoive la quantité appropriée d'exercice pour répondre à ses besoins individuels, ce qui contribuera à lui assurer une vie heureuse et épanouie.



Donne-lui une activité calmante

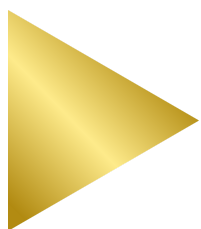


Après la dépense d'énergie stimulante, propose-lui une activité calmante à son endroit de calme. Il en existe plusieurs qui répondent aux besoins de ton chien et qui lui permettra de se calmer pour bien amorcer sa période de repos.

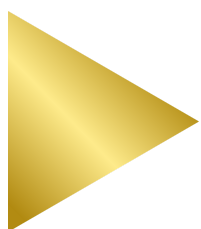


Pour optimiser sa période de repas, je te propose de la lui offrir toujours au retour de sa dépense d'énergie. Tel que vu précédemment, si elle est offerte dans un jouet interactif congelé, il sera occupé plus longtemps.

Psst !!! Cela compte aussi pour des périodes de mastication.



Tu peux aussi lui offrir une période de mastication au retour de son activité énergétique. Par exemple, des os naturels, des sabots de bœuf, des peaux de buffle, ou même des friandises dentaires spéciales sont des exemples d'options à considérer.



Si ton chien adore les caresses, il appréciera une séance de massage ou de câlins. Cela lui permettra de passer un moment avec toi tout en se préparant pour son moment de repos.

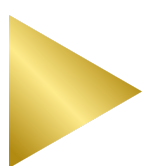
Besoin d'un coup de pouce ?

Réserve une analyse comportementale GRATUITE dès maintenant !
C'est juste ICI



3
Offre-lui des
périodes de
repos

Les périodes de repos pour ton chien sont essentielles pour son bien-être. Un chien constamment en état de vigilance, en manque de sommeil, peut développer des problèmes de comportement.



Offre à ton chien un moment de repos dans un endroit calme, à l'abri des distractions. Cela lui permettra de se détendre et de recharger ses batteries pour la suite de la journée.

SAVAIS-TU QUE ?

Les périodes de repos peuvent renforcer la relation avec ton chien quand il se repose avec toi ? En effet, les études ont démontrées que le niveau de stress diminuait beaucoup pour les chiens qui dorment près ou avec leurs humain.

EN RÉSUMÉ

En adoptant cette routine de calme, vous verrez des améliorations notables dans le comportement de votre chien, qui sera plus équilibré, moins enclin à des comportements indésirables, et mieux adapté à votre mode de vie. De plus, cette routine renforcera le lien affectif avec votre chien, en partageant des moments de qualité, ce qui contribuera à son bien-être global.



Honnêtement, si tu mets en pratique ces **3 Règles d'or**, tu es sur la voie d'une vie harmonieuse avec ton compagnon à quatre pattes. En comblant ses besoins, en gérant judicieusement ton environnement et en établissant une routine équilibrée, tu as le pouvoir de créer un foyer serein pour ton chien, mais aussi pour toi-même. La clé réside dans la compréhension et l'attention que tu lui accorderas.

Rappelle-toi, chaque chien est unique, tout comme chaque relation entre un chien et son humain. Alors, sois patient, adapte-toi aux besoins spécifiques de ton chien, et continuez à apprendre ensemble. En fin de compte, c'est une aventure qui vous enrichira tous les deux, renforçant un lien qui est bien plus qu'une simple relation humain-chien : c'est une amitié profonde et inestimable. Alors, lance-toi avec confiance et prépare-toi à vivre une vie de bonheur partagé avec ton petit canidé.

Tu as des questions ?

Réserve une analyse comportementale GRATUITE dès maintenant !

C'est juste [ICI](#)

Catherine