

Quelles activités pour bien dépenser son chien ?



Un chien a besoin de se dépenser physiquement. Ce besoin en exercice est vital et peut mener, s'il n'est pas respecté, à nombre de troubles comportementaux. Il est donc indispensable d'offrir à son compagnon l'exercice dont il a besoin pour son bien-être physique et mental. Voici quelques idées pour vous aider à partager un maximum d'activités avec votre toutou :

La promenade classique

L'activité la plus connue et la plus couramment pratiquée par les propriétaires et leur toutou est la promenade. Celle-ci a l'avantage de pouvoir être pratiquée partout et par tous les temps. Qu'il pleuve, qu'il neige ou qu'il vente, on peut aller promener son chien. Dans les bois, dans les champs ou en ville, partout votre chien vous accompagnera. Bien sûr il convient de respecter les critères liés à la race de votre chien. S'il est frêle, petit et peu poilu, un petit manteau l'aidera à surmonter les rigueurs de l'hiver. S'il est au contraire costaud, peu sportif et fourni en toison, il faudra éviter les heures chaudes de l'été ou raccourcir le temps de balade. A choisir, la majorité des chiens apprécieront plus une promenade dans la nature qu'en ville, mais tout dépend aussi de ce à quoi ils ont été habitués étant petits. Les parcs en ville comportent tout de même souvent l'avantage d'être riches en rencontres canines, ce qui est important pour votre chien aussi. L'idéal étant donc d'alterner les deux, en fonction des habitudes et besoins de votre chien. S'il a un grand besoin en exercice, de petits tours urbains ne lui suffiront probablement pas. Et, bien sûr, un chien qui a la chance de pouvoir gambader en liberté se dépensera toujours plus qu'un chien en laisse.

La promenade sportive

Si, justement, votre chien a de gros besoins en exercice, tels les chiens de chasse ou les chiens de berger, par exemple, la promenade classique ne lui suffira sans doute pas, pas chaque jour en tout cas. A moins que vous ne marchiez 3 ou 4h par jour évidemment, auquel cas vous comblerez votre toutou sans aucun doute ! Si vous manquez de temps mais que votre chien en a besoin, il ne vous reste plus qu'à vous mettre au sport. Le jogging, par exemple. Une heure de jogging équivaut environ à deux heures de promenade classique pour votre chien en termes de dépense énergétique. Parfait donc pour les jours de semaine où le temps manque

souvent plus que le week-end. Si vous n'osez pas encore lâcher votre chien, vous trouverez dans le commerce des harnais de cani-cross, conçus pour le jogging en duo. A vos baskets !

Le vélo

Idem que pour le jogging, le vélo offre l'avantage de fournir plus de dépense physique en moins de temps. Par contre, il est accessible à tous, même aux moins sportifs. Une alternative efficace, donc. Attention cependant à ne pas emmener un chien non entraîné du jour au lendemain à vive allure. Si votre chien n'a pas encore l'habitude de se dépenser régulièrement, il faudra l'entraîner progressivement, car il pourrait éprouver des difficultés à vous suivre au début. Si vous devez tenir votre chien en laisse, sachez qu'il existe du matériel spécifique pour attacher votre chien à votre vélo en toute sécurité.



L'équitation

Si vous êtes cavalier, il serait plus que dommage de ne pas faire profiter votre toutou de vos cavalcades à travers bois et champs. Rien ne lui ferait plus plaisir, surtout si, de nouveau, vous possédez une race sportive. La première étape sera évidemment d'habituer les deux espèces l'une à l'autre. Certaines races de chiens, tels les chiens de chasse à courre, seront instinctivement très à l'aise avec les chevaux et se placeront même correctement par rapport à eux en balade. Pour les autres, ou pour les chevaux plus craintifs, une période d'adaptation sera nécessaire pour éviter tout incident. Ensuite, même chose que pour le vélo, si vous êtes un cavalier rapide et intrépide, il vous faudra habituer progressivement votre chien à pouvoir vous suivre à votre allure par un entraînement adapté. Une fois que cela sera fait, le bonheur que vous vivrez tous les trois à chaque balade sera tellement intense que chacun en redemandera !

Le roller

Vous n'avez pas de cheval et répugnez à chevaucher même un vélo ? Essayez le roller ! Le pays est plein de chemins de remembrement et autres Ravels idéaux pour ce genre d'activité. Vous pourrez en outre vous entraîner au même rythme que votre chien en augmentant

progressivement votre allure. Pour les plus fainéants, votre toutou se proposera peut-être même de vous tirer.

La natation

Si vous possédez un terre-neuve, labrador, retriever, braque, épagneul et j'en passe, vous ne pouvez lui refuser son activité favorite : la natation. Nageurs dans l'âme, certains chiens leur attrait irrésistible pour l'or bleu, ce sont souvent des races aux grands besoins en exercice physique, et rien de tel, bien sûr, que la natation pour se dépenser efficacement ! Vous rendriez donc votre toutou doublement heureux ! Les endroits ne manquent pas, même en Belgique : lacs, étangs, rivières et autres grandes mares, les opportunités sont nombreuses. Dans certains cas, vous pourrez même l'accompagner dans son exploration aquatique. Quelle joie !



Les autres activités nautiques

Barque, kayak, pédalo, canoë, paddle, planche à voile, voilier, etc. Si votre chien a la patte marine ou y a été habitué tout petit, il se fera un plaisir de vous accompagner sur toutes sortes d'embarcations. La posture qu'il devra adapter à chaque instant pour garder son équilibre le dépensera plus que vous ne le pensez. De plus, l'exploration intellectuelle due à la nouveauté d'une activité hors du commun participera à sa dépense énergétique. N'hésitez donc pas à emmener votre toutou avec vous chaque fois que cela est possible. Avec un beau sourire et un chien bien éduqué, vous serez surpris du nombre d'acceptations de la part des organismes de location d'embarcations nautiques.

Les activités hivernales

Vous partez aux sports d'hiver ? Emmenez votre chien bien sûr ! Nombreuses sont les activités à pratiquer en duo pied-patte dans la neige : balades en raquettes, randonnées dans la montagne, promenades en ski de fond, luge, jeux dans la neige, etc. Si vous partez hors saison dans une petite station villageoise peu fréquentée, vous pourrez même envisager le ski alpin, en usant de votre beau sourire toujours. Si l'acceptation de chiens sur les télésièges peut être espérée pour peu que vous respectiez des consignes de sécurité élémentaires, le fait qu'il coure à côté de vous lorsque vous êtes en télésiège ne gênera en général pas grand monde. Bien sûr il faudra vous assurer d'avoir au préalable parfaitement appris à votre chien à ne pas gêner les autres skieurs. Lorsque vous skiez, faites-le au bord des pistes et ordonnez à votre chien de rester bien sur le côté. Lorsque vous remontez en télésiège, dites-lui également de bien courir à côté de vous. Même si votre chien est très sportif, attention toutefois à faire des pauses très

régulières et à ne pas skier trop longtemps avec lui. Remonter les pentes de ski en courant est excessivement physique, même pour le chien le plus entraîné !



Julie Willems

Comportementaliste animalier

www.juliewillems.be