Promenade quotidienne de votre chien

La promenade quotidienne pour votre chien va bien au-delà d'une simple sortie. C'est un moment privilégié qui contribue à son équilibre physique, mental et émotionnel. Cependant, notre vie trépidante, entre travail, devoirs des enfants, obligations sociales et tâches ménagères, peut rendre difficile l'intégration d'une ou plusieurs promenades quotidiennes pour notre fidèle compagnon à quatre pattes. En tant que propriétaire responsable, il est facile de se laisser emporter par le rythme effréné de la vie et de négliger l'importance de ces sorties pour le bien-être de notre chien. Priver votre compagnon de balades peut avoir des conséquences significatives sur sa santé physique et mentale.

Dans cet article, je vous présente les bienfaits de la promenade, sa durée idéale, les objectifs à atteindre et le choix d'équipement adapté.

1. Les Bienfaits de la Promenade Quotidienne

La promenade permet de maintenir votre chien en forme physiquement et de le stimuler mentalement. Voici quelques avantages :

Exercice Physique : La marche régulière est bénéfique pour la santé cardiovasculaire, renforce les muscles et favorise un poids optimal. Cependant, les promenades quotidiennes, adaptées individuellement, vont bien au-delà : elles permettent de dépenser physiquement votre chien tout en maintenant sa santé cardiovasculaire, en renforçant ses muscles et en le maintenant en pleine forme. À l'origine, les chiens étaient des prédateurs carnivores qui chassaient pour se nourrir, ce qui exigeait une grande dépense d'énergie. Aujourd'hui, nos chiens sont nourris sans avoir à fournir cet effort, mais leur besoin inné de recherche de nourriture et de dépense d'énergie persiste.

Stimulation Mentale : Votre chien explore son environnement, analyse de nouvelles odeurs et rencontre d'autres congénères. C'est un exercice mental essentiel. Les chiens vivent dans un monde olfactif avec un sens de l'odorat environ 40 fois plus développé que celui des humains. Les balades contribuent à développer et satisfaire leurs besoins de flairer et de détecter les phéromones qui leur permettent de communiquer de manière olfactive avec leurs semblables. La promenade a donc une importance réelle dans la sociabilisation de votre chien. Elle lui permet également de rencontrer de nouvelles personnes, de croiser des congénères mais aussi des cyclistes, des promeneurs… ce qui met ses sens en éveil et tout son organisme au travail. Un chien dont l'environnement ne change jamais se replie sur lui-même, devient routinier, dort de plus en plus et est ainsi moins joyeux.

Renforcement du lien : Il est essentiel de mettre en avant l'importance des promenades régulières dans le renforcement des liens entre un chien et son maître. Ces instants privilégiés sont hautement appréciés et jouent un rôle indispensable dans le maintien de l'équilibre psychologique de nos fidèles compagnons à quatre pattes. Les balades ne se résument pas à de simples sorties physiques ; elles constituent un élément fondamental du bien-être canin.

2. Fréquence de la Promenade

Appartement : Si vous vivez en appartement, il est nécessaire de sortir votre chien au moins 3 à 4 fois par jour (matin, midi, après-midi et soir) pour ses besoins, avec une durée minimale de 20 minutes à chaque sortie. Toutefois, cette recommandation de sorties 3 à 4 fois par jour s'applique spécifiquement aux chiens adultes. En effet, les chiots ne peuvent se retenir aussi longtemps et doivent être sortis immédiatement après chaque repas ainsi qu'entre les repas (environ 6 à 7 fois par jour).

Maison : Même si vous vivez dans une maison munie d'un vaste jardin, il est crucial de comprendre que votre chien a besoin de stimulation mentale et physique. Par conséquent, il est impératif de le promener à l'extérieur au moins une fois par jour. Même si le jardin offre un espace pour se déplacer, les promenades offrent des stimulations sensorielles et sociales que le seul jardin ne peut pas fournir. Sans ces sorties régulières, votre chien risque de s'ennuyer rapidement et de développer des comportements indésirables tels que tourner en rond ou manifester de l'hyperactivité. Les promenades lui permettent d'explorer de nouveaux environnements, de renifler différentes odeurs, de rencontrer d'autres personnes et animaux, ce qui contribue à son équilibre émotionnel et à son bien-être général.

3. Durée de la promenade

Il est très important d'adapter la durée de la promenade en fonction de l'âge de votre chien :

Chiot : Pour les chiots, il est recommandé de prévoir environ **5 minutes de balade par mois d'âge**. Il est crucial que le chiot découvre le monde qui l'entoure dans des conditions optimales, ce qui signifie qu'il est important de lui accorder des périodes de repos suffisantes. Les chiots sont en pleine croissance et développement, et le sommeil est essentiel pour leur bien-être et leur développement sain. Pendant leur sommeil, ils assimilent les expériences de la journée et leur corps se régénère. Limiter les promenades à de courtes périodes et leur permettre des moments de repos adéquats favorise leur développement physique et mental optimal.

Chien adulte : Pour un chien adulte de taille moyenne, il est généralement recommandé de lui offrir entre 1 à 2 balades par jour, avec une durée moyenne d'environ 1 heure pour chaque sortie. Cependant, il est important de noter que cette moyenne est indicative et que certains chiens peuvent avoir des besoins différents, nécessitant parfois plus d'exercice pour répondre à leur niveau d'énergie.

Si vous résidez en milieu urbain où il peut être difficile de promener votre chien quotidiennement dans un parc, vous pouvez profiter des week-ends pour lui permettre des sorties plus longues dans des espaces verts. Cela offre à votre chien une opportunité précieuse de se détendre et d'explorer de nouveaux environnements. De plus, vous pouvez envisager de faire appel à des promeneurs professionnels qui peuvent aider à répondre aux besoins en exercice de votre chien lorsque vous êtes indisponible ou occupé. Ces professionnels sont formés pour assurer une promenade sûre et enrichissante pour votre animal de compagnie.

Chien Senior : Il est crucial de veiller à maintenir une activité physique appropriée pour nos chiens seniors. Lorsque vous planifiez des promenades pour votre compagnon âgé, il est essentiel de prendre en compte à la fois ses capacités et ses fragilités, telles que l'arthrose, les douleurs articulaires, ainsi que les problèmes cardiaques ou pulmonaires éventuels.

Plutôt que des promenades longues et exigeantes, privilégiez des sorties plus courtes et plus fréquentes, adaptées au rythme de votre chien senior. Ces promenades plus courtes permettent à votre chien de rester actif tout en évitant une surcharge ou une fatigue excessive. En ajustant l'intensité et la durée des activités physiques en fonction des besoins spécifiques de votre chien âgé, vous contribuez à maintenir sa santé et son bien-être général. N'oubliez pas de consulter votre vétérinaire pour obtenir des conseils personnalisés sur l'exercice et les soins adaptés à votre chien senior.4. Puis-je promener mon chien sans laisse ?

4. Respect des autres usagers

Respect de la législation : En France, les règlements concernant le port de la laisse par nos chiens sont déterminés par des arrêtés municipaux. La plupart des communes ont des règles similaires qui imposent la tenue en laisse des chiens dans les espaces publics tels que les rues et les lieux accessibles au public. Il est important de souligner que même dans les zones rurales, il n'y a pas de "zones de non-droit" pour les propriétaires de chiens. Il est nécessaire de prendre en compte divers éléments tels que les randonneurs, les propriétés privées, les espaces naturels protégés, les forêts ainsi que la présence d'animaux sauvages ou d'élevage avant de décider de laisser son chien sans laisse.

Que signifie sortir son chien sans laisse ? Lorsqu'un chien marche sans laisse, il est recommandé qu'il marche au pied, aux côtés de son maître, plutôt qu'à l'avant ou à l'arrière, à une distance de quelques centimètres ou quelques dizaines de centimètres de celui-ci. Cette distance devrait être réduite davantage dans les environnements plus chargés en stimuli.

Règles de conduite à respecter : Tout échange entre deux chiens devrait être précédé d'un consentement à la fois humain et mutuel. Il ne devrait pas incomber aux chiens de décider lesquels ils souhaitent renifler. Cette règle s'applique qu'il s'agisse de deux chiens tenus en laisse, d'un chien attaché et d'un chien sans

laisse, ou de deux chiens sans laisse. Même si votre chien est très sociable, tous les chiens en liberté ne le sont pas nécessairement. En résumé, aucun chien n'est prévisible à 100% en toutes circonstances et avec tous les autres chiens.

De plus, un chien en liberté ne devrait pas approcher d'autres personnes, peu importe s'il est considéré comme "gentil" ou bien éduqué. Il est essentiel de combiner l'éducation canine avec des décisions appropriées prises au bon moment.

5. Objectifs de la Promenade

Exercice Physique : Offrez à votre chien l'opportunité de s'étirer les pattes, de se déplacer librement, de courir à sa guise et de s'adonner à des jeux. Donnez-lui l'espace et le temps nécessaires pour explorer son environnement, renifler, interagir avec d'autres chiens et se divertir. Cela favorisera non seulement son bien-être physique en lui permettant de dépenser son énergie, mais aussi son bien-être mental en stimulant son esprit et en satisfaisant ses besoins naturels d'exploration et de jeu.

Exploration : Permettez à votre chien de prendre son temps pour explorer et sentir les différents éléments de son environnement, tels que les arbres, les buissons et les coins de rue. Chaque odeur qu'il rencontre est une nouvelle page dans son "journal olfactif", lui permettant de recueillir des informations sur son territoire, les autres animaux et les personnes qui y vivent. Cette activité est essentielle pour lui permettre de comprendre son monde et de satisfaire son besoin inné d'exploration et de découverte.

Socialisation : Encouragez de manière douce et progressive les rencontres de votre chien avec d'autres chiens et personnes. Offrez-lui des opportunités d'interaction sociale dans des environnements contrôlés et sécurisés, où il se sent à l'aise et en confiance. Observez attentivement les signaux de votre chien pour savoir s'il est réceptif à ces rencontres et respectez ses limites s'il montre des signes de malaise ou de stress. Assurez-vous que les interactions se déroulent de manière positive, en favorisant le jeu, les échanges amicaux et le renforcement des liens sociaux pour votre animal de compagnie.

Éducation : Utilisez la période de promenade comme une opportunité pour travailler sur les commandes de base avec votre chien, telles que "assis", "pas bouger", etc. Cependant, il est important de distinguer clairement la promenade

de la séance d'éducation formelle. Les exercices de commandes de base devraient être intégrés de manière opportune, sans interrompre le flux naturel de la promenade, et ne devraient pas dépasser environ 10 minutes.

Pendant la promenade, profitez des moments propices pour donner des commandes à votre chien, comme lors des arrêts aux intersections ou lorsque vous croisez d'autres personnes ou chiens. Assurez-vous que ces interactions restent plaisantes et stimulantes pour votre chien, et ne le surchargez pas avec trop d'exercices d'éducation à la fois. L'objectif est de renforcer les commandes de base de manière positive et progressive, tout en permettant à votre chien de profiter pleinement de son temps à l'extérieur.

6. Faut-il promener son chien avant ou après son repas ?

Prévenir le risque de torsion de l'estomac : Il est important de noter que faire sortir et exercer un chien immédiatement après son repas peut entraîner une dilatation et une torsion de l'estomac, une condition médicale extrêmement grave et souvent mortelle même avec un traitement rapide. Cette affection, connue sous le nom de torsion gastrique, est plus fréquente chez les chiens de grande taille. La torsion gastrique est favorisée par un apport excessif de nourriture et de liquide, ainsi que par l'exercice physique juste après avoir mangé. Pour les chiens de grande taille, il est conseillé de les promener avant leur repas et de leur permettre de se calmer et de se reposer avant de les nourrir. Cette pratique aide à réduire les risques de torsion gastrique. Il convient de noter que le syndrome de dilatation-torsion de l'estomac est beaucoup moins courant chez les races de chiens de petite taille. Cependant, même pour ces races, il est recommandé de ne pas exercer le chien vigoureusement juste après les repas pour éviter tout risque de problèmes gastro-intestinaux.

7. Équipement Adapté

Collier plat : Il est recommandé d'utiliser un collier plat pour votre chien, fabriqué en cuir, en nylon, en biothane ou en paracorde, en fonction de vos préférences et des besoins de votre animal. Il est crucial que ce collier soit parfaitement adapté à la taille et à la morphologie spécifiques de votre chien pour garantir son confort et sa sécurité.

Si votre chien aime se baigner, il est judicieux de choisir un collier résistant à l'eau, tel que le biothane, pour éviter tout dommage causé par l'humidité. Pour les chiots en pleine croissance, un collier en nylon économique peut être une solution pratique, mais il est recommandé d'attendre la fin de leur croissance avant d'investir dans un collier plus luxueux et durable.

Si vous prévoyez de promener votre chien dans l'obscurité, un collier lumineux peut être une option intéressante pour améliorer sa visibilité et sa sécurité. Assurez-vous de choisir un collier de haute qualité qui offre un bon équilibre entre fonctionnalité, durabilité et esthétique pour répondre aux besoins spécifiques de votre fidèle compagnon.

Harnais : Lorsque vous choisissez un harnais pour votre chien, veillez à ce qu'il soit parfaitement adapté à sa taille et à sa morphologie. Optez de préférence pour un harnais équipé à la fois d'une attache frontale et d'une attache dorsale. Les harnais offrent plusieurs avantages par rapport aux colliers, notamment en évitant toute pression sur la trachée du chien lorsqu'il tire en laisse.

Un harnais bien ajusté permet de dégager les articulations du chien et de ne pas entraver ses mouvements. Les harnais avec attache frontale sont particulièrement efficaces pour l'apprentissage de la marche en laisse, car ils découragent naturellement le chien de tirer en incitant à la redirection de son attention vers le maître. En revanche, l'attache dorsale peut être utilisée pour les moments de détente ou pour les activités sportives comme le canicross ou la traction.

Il existe également des harnais spécialement conçus pour différents sports de traction, offrant un ajustement et un support optimaux pour ces activités spécifiques. En choisissant le bon harnais, vous garantissez le confort, la sécurité et le bien-être de votre chien tout en facilitant son apprentissage et sa pratique d'activités physiques.

Laisse : Pour promener votre chien en ville, une laisse d'au moins 2 mètres de longueur est recommandée. Il existe différents matériaux couramment utilisés pour les laisses, chacun offrant ses propres avantages en termes de durabilité et de confort. La laisse est un outil essentiel pour contrôler votre chien en public et garantir sa sécurité ainsi que celle des autres.

Vous pouvez opter pour une laisse multifonctions, qui offre la possibilité d'ajuster sa longueur en fonction de l'environnement et des besoins spécifiques de la promenade. Par exemple, vous pourriez raccourcir la laisse lorsque vous traversez une rue très fréquentée ou la rallonger lorsque vous vous promenez dans un parc.

Cependant, je vous déconseille l'utilisation de laisses rétractables. En effet, ce type de laisse peut encourager votre chien à tirer, car il apprend que s'il tire sur la laisse, il obtiendra plus de liberté. Cela peut entraîner des comportements indésirables et rendre la promenade moins agréable et sécurisée. Il est préférable d'opter pour une laisse fixe de longueur appropriée, qui permet un contrôle optimal de votre chien tout en favorisant une bonne éducation à la marche en laisse.

Longe : La longe est une variante de laisse, souvent fabriquée en nylon, qui se caractérise par sa longueur considérable. Elle est principalement utilisée dans divers contextes tels que le rappel lors des séances d'entraînement, les commandes à distance et la marche en semi-liberté avec votre chien dans des zones spécifiquement autorisées. En tant que complément à votre laisse habituelle, la longe offre une flexibilité supplémentaire lors de l'éducation et des activités en extérieur.

Cependant, il est essentiel de noter que la longe n'est pas recommandée pour la marche en ville en raison de sa longueur importante, qui peut poser des problèmes de gestion et de contrôle dans les environnements urbains denses. Une longe d'environ 5 mètres est souvent conseillée pour sa facilité de manipulation et sa gestion plus aisée, tout en permettant une liberté de mouvement suffisante pour votre chien lors des exercices d'entraînement et des promenades en extérieur dans des espaces ouverts et sécurisés.

Médaille d'identification : Il est fortement recommandé d'attacher une médaille au collier de votre chien. En cas de perte ou de fugue, cette médaille fournira à toute personne qui retrouve votre chien un moyen rapide et facile de vous contacter. Assurez-vous que la médaille comporte des informations essentielles telles que le nom de votre chien, votre numéro de téléphone et éventuellement votre adresse. Cela garantira un retour rapide et sûr de votre compagnon à quatre pattes, renforçant ainsi sa sécurité et votre tranquillité d'esprit en cas d'incident imprévu.

Motivateur : Lors de la promenade, il est essentiel d'avoir un rappel fiable, surtout en présence d'autres chiens. Dans ces situations, vous devez être capable de remporter le "conflit de motivation" entre jouer avec ses congénères et revenir vers vous, son maître. Pour aider votre chien à prendre la bonne décision, vous pouvez utiliser un motivateur, tel qu'une récompense appétente ou un jouet qu'il adore, pour rendre le retour vers vous plus attractif.

Cela signifie que vous devez offrir une incitation suffisamment attrayante pour que votre chien choisisse de vous obéir plutôt que de s'engager dans une interaction avec ses congénères. En utilisant des récompenses de grande valeur, vous renforcez l'association positive entre le rappel et la récompense, ce qui augmente les chances que votre chien réponde rapidement et de manière fiable lorsque vous l'appelez lors de vos promenades.

Sacs à Déjections : Il est impératif de respecter l'environnement en ramassant

les déjections de votre chien après ses besoins. En laissant les excréments sur le sol, non seulement vous créez une nuisance visuelle et olfactive pour les autres, mais vous contribuez également à la contamination de l'environnement. Les excréments de chiens contiennent des bactéries et des parasites potentiellement nocifs qui peuvent polluer les sols et les eaux environnantes, mettant en danger la santé des humains et d'autres animaux. En ramassant systématiquement les déjections de votre chien à l'aide d'un sac en plastique biodégradable ou d'un ramasse-crottes, vous contribuez à maintenir un environnement propre et sain pour tous.

Gamelles Pliantes et Eau : Lorsque vous planifiez des promenades prolongées avec

votre chien, il est important de prendre en considération ses besoins en hydratation. Assurez-vous de prévoir suffisamment d'eau pour votre chien, ainsi qu'une gamelle pliable pour lui permettre de boire facilement tout au long de la promenade. Les chiens peuvent se déshydrater rapidement, surtout par temps chaud ou lors d'activités physiques intenses, il est donc essentiel de leur fournir un accès régulier à de l'eau fraîche pendant l'exercice. Une gamelle pliable est pratique car elle peut être facilement transportée et rangée dans votre sac à dos ou votre sac de promenade, vous permettant ainsi de rester prêt à répondre aux besoins de votre chien où que vous soyez.

8. Conclusion

La promenade quotidienne est un cadeau que vous offrez à votre chien. Elle contribue à son bien-être physique et mental et renforce la relation entre vous. Alors, profitez de ces moments privilégiés avec votre fidèle compagnon !

Je suis à votre disposition pour répondre à toutes vos questions.

Mes coordonnées :

Site web: https://www.laeticanis.com

Mobile : 06 95 04 96 33

Courriel : contact@laeticanis.com

https://www.youtube.com/@laeticanis