



# Je hond verdient beweging!

Elke hond, jong, oud, fit of beperkt in zijn mogelijkheden, heeft behoefte aan en recht op voldoende beweging. Die beweging kan bestaan uit lichamelijke én geestelijke activiteit. Als hij maar lekker bezig kan zijn, het liefst samen met zijn eigenaar en/of gezin.

Een hond die voldoende 'te doen' krijgt, is niet alleen een blijere en gelukkigere hond, het is ook een fijnere hond om om je heen te hebben. Verveling is een belangrijke oorzaak van ongewenst gedrag bij honden. Denk aan blaffen, aandacht trekken of onrustig zijn in huis. Een hond die moe en tevreden is, zal eerder rustig op zijn eigen plek liggen in huis, dan een hond die uit verveling zichzelf taken toebedeelt of hobby's zoekt.

Bij de Hondenbescherming geloven we er stellig in: je hond verdient beweging! In deze folder lees je over vier honden die elk op hun eigen manier beweging verdienen. Je vindt er tips waarmee je ook zelf aan de slag kunt gaan om te ervaren hoe leuk het is samen met je hond in beweging te zijn.



Max

### Max

**Paspoort:** Duitse Dog pup van vijf maanden  
**Karakter/levenservaring:** sportieve lolbroek die zijn eigen grenzen (nog?) niet kent.

Max geniet van het leven. Iedereen die hij ontmoet, wordt uitgedaagd tot een spelletje. Het liefst zou hij de hele dag stoeien. Een heerlijke pup, maar er zijn momenten dat hij over lijkt te lopen van energie. Op die momenten drijft hij zijn gezin tot wanhoop. Hij blaft en springt en hapt naar armen en broekspijpen. Hij beseft niet dat de kinderen hem op deze momenten eng vinden.

### Max verdient verantwoorde beweging!

De familie roept hulp in van de hondenschool in de buurt en samen komen ze tot een plan van aanpak dat precies is afgestemd op Max. Max en zijn bazen starten een cursus waar ze leren meer stuur over hem te krijgen en ze leren hoe ze Max verstandig bezig kunnen houden, door het doen van zoekspelletjes. Max is een grote hond in de groei. Om zijn groeiend bot- en spierstelsel niet overmatig te belasten, mag Max nog niet te lang achter elkaar wandelen. Toch zijn er genoeg manieren om Max zijn energie kwijt te laten raken. Bij een zoekspel gebruikt Max zijn neus. Dat is voor hem heel vermoeiend. Hoewel hij lichamelijk dus slechts beperkt actief is, wordt hij hiervan wel moe. Dit geldt ook voor het bezoek aan de cursus en het oefenen thuis. Max wordt hier moe van, omdat hij moet nadenken.

### Famke

**Paspoort:** Mechelse Herder van elf jaar  
**Karakter/levenservaring:** bedaarde dame op leeftijd die graag met de eigenaar op pad gaat

Famke heeft al aardig wat levenswijsheid opgedaan. Zij is het beste te omschrijven als bedaarde maar dat betekent niet dat ze niet graag iets onderneemt. Voor Famke is er niets leukers dan mee mogen met haar eigenaar. Famke's eigenaar beseft dat zij de meest actieve periode van haar leven achter de rug heeft. De wandelingen worden stilaan korter vanwege de artrose die de kop op heeft gestoken.

### Famke verdient verantwoorde beweging!

Famke is zeer goed opgevoed en omdat ze zich zo goed gedraagt, kan ze in bijna alle situaties mee met haar eigenaar. Dat is een zegen, want Famke geniet zichtbaar als ze met haar eigenaar op stap mag. Famke vergezelt haar baasje bij bezoeken aan familie en vrienden en gaat ook graag mee naar een terrasje. Lekker warm in het zonnetje ligt ze om zich heen te kijken. Ze kent diverse kunstjes en voor een lekkere beloning doet ze veel. Een waterrat is Famke nooit geweest maar omdat zwemmen een prima beweging is, is haar eigenaar samen met Famke gestart met zwemmen.



Famke



Lucas

**Samen bewegen: goed en gezond voor baasje en hond.**

### Lucas

**Paspoort:** Border Collie van drie jaar  
**Karakter/levenservaring:** actieve reu in de bloei van zijn leven, kan slecht stilzitten

Lucas is een echte sporthond. Zijn eigenaars waren altijd al sportief, maar sinds Lucas er is, hebben ze hun eigen leefstijl nog meer aangepast aan de sportieve hond die ze hebben. Het bleek namelijk al snel nadat ze Lucas uit het asiel hadden gehaald dat hij geen ster is in stilzitten.

### Lucas verdient verantwoorde beweging!

Lucas is een topfitte hond, zijn bouw en gezondheidstoestand maken het mogelijk veel met hem te doen. Driemaal per week bezoekt hij de hondenschool. Twee maal voor een les behendigheid en eenmaal voor een les sport & spel. Ook begeleidt hij zijn eigenaren een paar keer per jaar

op meerdaagse trektochten in de Ardennen en de Alpen. De eigenaars van Lucas bouwen zijn conditie langzaam op in de maanden voordat ze een trektocht gaan maken. Als de tocht eenmaal achter de rug is, zorgen ze voor een afbouw van zijn conditie. Bovendien zorgen ze dat hij tijdens de trektocht ook voldoende rust krijgt. Naast een goede opbouw en afbouw van de conditie van Lucas, zorgen zijn eigenaren ook bij elke inspanning voor een warming up en cooling down. Met warmte en kou houden Lucas' eigenaars ook rekening. Honden kunnen minder gemakkelijk hun lichaamswarmte verlagen in warme weersomstandigheden. Ook bij kou in de winter wordt extra goed op Lucas gepast.

## Tess

**Paspoort:** Nova Scotia Duck Tolling Retriever van zes jaar

**Karakter/levenservaring:** doener die graag onder de mensen is.

Tess heeft een jaar geleden flinke pech gehad. Tijdens een fietstocht waar ze zo dol op is, wordt ze aangereden door een auto. Een vervelend ongeval waarbij haar rechterachterpoot beschadigd raakt. Haar eigenaresse is blij dat Tess goed is hersteld en weer kan lopen, alhoewel ze nooit meer de oude wordt. Tess' baas merkt dat Tess energie overhoudt nu ze minder lang kan wandelen en niet meer naast de fiets kan.

### Tess verdient verantwoorde beweging!

De eigenaresse van Tess overlegt met een vriendin en ze komen op het volgende. In een rustige cursus als een gehoorzaamheids- of recreantencursus kan ze prima meekomen. Tess heeft vroeger een pupcursus gedaan en daarin deed ze het erg goed. Tijd om weer met haar aan de slag te gaan op het veld! Verder gaan ze aan een opleiding tot bezoek hond voor senioren meedoen. In het verzorgingstehuis van de vriendin is net een 'bezoekhondenproject' gestart. Eén keer per week komen er hondeneigenaars langs met hun gecertificeerde honden om de bewoners in contact te brengen met de honden. Tess is dol op mensen, op aandacht en op geaaid worden. Tess bloeit zichtbaar op nu ze weer met haar eigenaar dingen kan ondernemen. Op de cursus is ze één van de meest enthousiast werkende honden en haar certificaat voor bezoek hond heeft ze in een mum van tijd op zak.



Tess

Max, Famke, Lucas en Tess laten zien dat er heel veel verschillende manieren zijn om met je hond actief te zijn. En dat het leuk is voor zowel de hond als de eigenaar.

De Hondenbescherming wenst alle honden en hun eigenaars veel verantwoord bewegingsplezier! Voor informatie en tips kun je terecht op: [www.hondenbescherming.nl](http://www.hondenbescherming.nl) of bellen met 070-3388538 (tussen 9.30 en 15.30 uur)