



## FASTE ØVELSER HVER UKE FRA OG MED 7 MÅNEDER

### Målet med planen:

Målet er å ha fokus på at hunden skal oppleve nytten av å forholde seg til oss (øke motivasjonen for samarbeid) og sørge for en mentalt og fysisk fornøyd hund.

### FASTE ØVELSER

<b>Øvelse:</b> Måltider via arbeid sammen med oss	<b>Når:</b> Hver dag når dere går tur
<b>Hvordan:</b>  Mål opp den mengden med mat hunden skal ha å gi den når dere er ute på tur. Når hunden ser på deg får den en tørrfôrkule. Hunden skal ikke få noe mindre mat enn vanlig, bare på en annen måte. Du kan også legge inn andre kontaktøvelser eller trening på tur som gjør at du får brukt opp maten.	<b>Hvorfor:</b>  Det bidrar til økt kontakt og samarbeid med deg, og bidrar til at hunden ser på deg som en viktig del av flokken. Det gjør også hunden mer motivert til å jobbe for deg og gjøre slik du sier fordi det dekker et av hundens primærbehov: å bli mett.
<b>Øvelse:</b> Aktivisering	<b>Når:</b> 2 ganger i uka
<b>Hvordan:</b>  Benytt en aktiviseringsleke (de ballene med labyrint inni er perfekt om du bruker tørrfôr, om du benytter våtfor er f.eks. en slikkematte med dype spor bra) og fyll den med deler av dagsrasjonen til hunden. Gjerne varier med flere varianter! Du får kjøpt mange aktiviseringsleker av god kvalitet via vår samarbeidspartner <a href="http://shoppen.no">shoppen.no</a> .	<b>Hvorfor:</b>  Fordi hunden skal få jobbe for maten sin og bli mentalt sliten. En mentalt sliten hund er en mer fornøyd hund. Har du en hund som ikke er glad i mat? Ofte øker dette motivasjonen for maten.
<b>Øvelse:</b> Tur	<b>Når:</b> 6 dager/ uke ca 60 min/dag.
<b>Hvordan:</b>  Alt etter hvilken rase og individ man har bør hunden få en lang tur ila. av dagen. Spesielt unghunder (7 mnd- 3 år).  Ta gjerne en dag ila. uka hvor det ikke blir noen lang tur, men kun korte turer rundt der dere bor. Denne dagen bør hunden få aktiviseringsleken sin.  © Hundesenteret	<b>Hvorfor:</b>  Det er viktig at hunden får jevnlig med nok mosjon. Dette forebygger for en mentalt og fysisk frisk hund.  Men en dag i uka bør hunden lære seg at det ikke skjer så mye. Alle hunder har godt av å kunne slappe av en hel dag uten å være avhengig av mye stimuli.