

# Slik får du et lykkelig og aktivt kjæledyr

**Nesten halvparten av alle norske kjæledyreiere oppgir at de er fornøyde med kjæledyrets aktivitetsnivå. Ifølge ekspertene er det vel så viktig at hunden får mental- som fysisk trening. Mens katten er helt avhengig av å kunne få lov til å jakte med jevne mellomrom.**

I Den store kjæledyrundersøkelsen 2021 oppgir over halvparten av kjæledyreierne at kjæledyret er passe aktivt, 23 prosent oppgir at kjæledyret er mer eller mye mer aktivt enn normalt, mens 15 prosent oppgir at dyret er mindre eller alt for lite aktivt enn de skulle ønske.

Hunden er det kjæledyret som krever mest oppfølging av eieren når det gjelder fysisk- og mental stimuli. Hundetrener og butikksjef i Musti, Victoria Nordby, forteller at det ikke finnes et fasitsvar på hvor aktiv en hund bør være.

– Aktivitetsnivået kommer helt an på størrelse, rase og alder. Hundevalper skal for eksempel ha et begrenset fysisk aktivitetsnivå frem til de er rundt 1 år, sier Nordby.

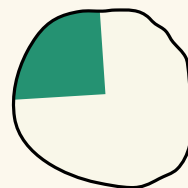
## ANDELEN KJÆLEDYREIERE SOM OFTE FÅR DÅRLIG SAMVITTIGHET NÅR KJÆLEDYRET ER HJEMME ALENE



36 % av hundeeierne



28 % av katteeierne



26 % av smådyreierne

## DETTE SIER KJÆLEDYREIERNE OM KJÆLEDYRETS AKTIVITETSNIVÅ



23 % sier at de er mer  
eller mye mer  
aktive enn normalt



15 % sier at dyrene er  
mindre aktive enn  
de skulle ønske

### Mil etter mil, etter mil

Nordby forteller at hunder kan trenes opp til å gå milevis, men understreker at det ikke er antall kilometer som gjør hunden sliten.

– Det hunden blir sliten av er å bruke hodet. Når man går tur er det derfor viktig å ikke bare henge etter hunden, og la den gå der den vil. Vi anbefaler at man bruker turen til å gi hunden hjernetrim. For eksempel ved å trene den på å gå pent eller ikke hilse på alle forbigående, sier hundetreneren.



### Trening i å slappe av

Hun forteller at det også er mye god trening i å la hunden slappe av, mens det foregår ting i omgivelsene.

– Det er mye mental trening i det å ikke la seg påvirke og engasjere av det som skjer. Hundens hjerne går på høygir når den reflekterer på hva den bør og ikke bør gjøre i en bestemt situasjon, sier hun.

### **Balanse er viktig**

Søvn og dager hvor det ikke skjer så mye er også viktig for å opprettholde en god balanse i hverdagen.

– Hunden er avhengig av å få hvile ut og få nok søvn for å kunne fungere optimalt. Ved å la hunden ha noen kjedelige dager, hvor det ikke skjer så mye, vil det resultere i at hunden blir mer engasjert når man skal drive med mental trening, sier Nordby.

### **Under- og overstimulerte hunder**

Nordby forteller at det er enkelt å se om en hund er understimulert og har behov for mer aktivitet.

– Hunden blir gjerne veldig aktiv på kvelden. Det er som at de ønsker å få brukt opp den siste energien de sitter inne med. Yngre hunder kan også begynne å bite, herje og lage en del lyd. Det bikker rett og slett over, og de klarer ikke å slappe av. Det er også de samme tegnene som gjelder dersom en hund er overstimulert, sier Nordby.

### **Katten elsker å jakte**

Katten blir understimulert, utilfreds og ulykkelig hvis den ikke er i aktivitet med jevne mellomrom. Katten elsker å jakte, og de er mest interessert i smådyr som beveger seg.

– Å jakte er et av de sterkeste instinktene en katt har, og det må stimuleres dersom katten ikke har tilgang på levende bytter som mus, fugler, frosk og insekter ute i naturen. Dette kan man gjøre ved å tilby katten leker som ball, fjær-leker, laserpeker og viftepinner som trigger jaktinstinktet. Det viktigste er at leken er i bevegelse hele tiden, og at katten får mulighet til å fange leken ved “jaktens” ende, sier katteekspert i Musti, Johnny Skjølås.

Han forteller at katten ikke er en langdistanseløper.

– Katten bør bevege seg eksplosivt i fire til fem minutter et par ganger om dagen. Et smart grep her er å bruke en laserpeker og la katten jakte på laserprikken, for så å la jakten ende et planlagt sted der det ligger et bytte. For eksempel på toppen av klatrestativet den ene dagen og bak sofaen den neste, sier han.

Han anbefaler å sette inn leker som fungerer som byttedyr med Catnip med jevne mellomrom. Det gjør at lekene fremstår som nye.

### TRE RÅD FOR MENTAL HUNDETRENING

**Bruk luftturen til å trene hunden på å gå peng eller ikke hilse på andre.**

**Gjennomfør enkle søksøvelser: gjem ting hunden skal finne ved hjelp av lukt eller andre sanser**

**Tren på at hunden skal ligge stille på plassen når det skjer mye i omgivelsene**

### TRE RÅD FOR EN AKTIV KATT

**Dersom det er vanskelig å tilrettelegge for jakt, kan du simulere jakt innendørs ved bruk av leker. Det er viktig at lekene er i bevegelse hele tiden, og at katten får lov til å fange "byttet".**

**La katten få lov til å jakte smådyr utendørs.**

**Leker som er utlekt kan settes inn med litt Catnip. Da fremstår de som nye for katten.**