



En sliten hund er en rolig hund

Ved mental aktivitet vil hunden din bli sliten på en helt annen måte. Den vil sove bedre, hvilket har mange gode helsegevinster. Den vil være tilfredsstilt, og den vil være rolig. En hund som kjeder seg vil lett ta fatt på interiør, møbler, sko og lignende.

Den som sover, synder ikke!

Linda Rolijordet

Tlf.: 90610078

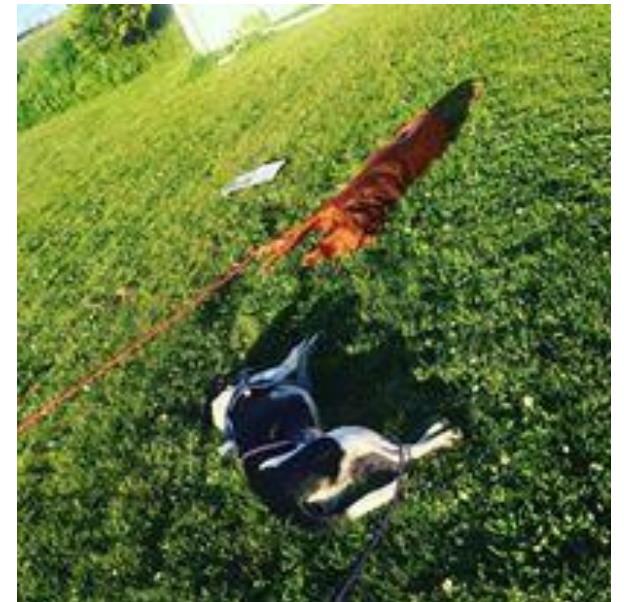
E-post:

[hundetrenerlindarolijordet@](mailto:hundetrenerlindarolijordet@outlook.com)

outlook.com

Mental aktivisering

Linda Rolijordet



Hvorfor mental aktivisering?

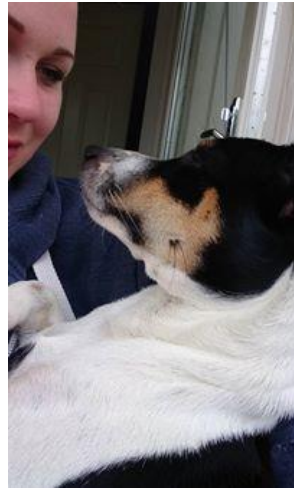
Mental aktivisering vil øke hundens mestringsfølelse, evne til å ta initiativ og evne til å løse situasjoner.

Du vil få en mentalt sliten hund som sover godt!

Hva er mental aktivisering?

Mental aktivisering er øvelser eller lek, der hunden selv får bruke hodet. Et mye brukt eksempel er å lære inn nye triks. Hunden kan gjerne selv få tilby atferd før du leder den med en godbit.

Tilpass vanskelighetsgraden etter deres nivå!



Belønning

Det finnes flere typer belønning:

- Lek
- Kos
- Ros
- Godbiter/mat

Belønningen må komme innen tre sekunder etter at den ønskede atferden har hendt. Varier måten du gir belønning på, og finn ut hva som fungerer best for din hund!

Hunder er også kjempeflinke til å belønne seg selv, for eksempel med øyekontakt eller lek!

Tips til mental aktivisering:

- La hunden få maten sin på andre steder. Kast for eksempel tørrforet utover plenen og la hunden selv finne den. Fest pølsebiter i et tre, eller godbiter inni barken.
- Søksaktiviteter
- Gjem mat/godbiter inni forskjellige bokser, som kan åpnes med forskjellig vanskelighetsgrad
- Lær hunden noe morsomt, for eksempel å slå av lyset, ha sokker i kurven o.l
- La hunden få bestemme hvor dere skal gå tur og i hvilket tempo
- Fyll en tomflaske eller lignende med godbiter og la hunden finne ut hvordan den skal få dem ut (brett inn endene på en tom dorull!)
- «Agility» i skogen (hopp over, kryp under, balansere på stubbe)

Tips!

- Å være sammen med, og trene sammen med hunden din skal være **gøy!** Både for deg og hunden.
- Tør å være skikkelig engasjert. En monoton stemme vil ikke hjelpe dere noen vei.
- Ta gode pauser, slik at ingen av dere rekker å bli lei!

.....