

## TEST 1 : EFFORT PHYSIQUE

Prenez une chaise, asseyez-vous et relevez-vous (sans utiliser vos mains). Faites l'exercice 5x de suite.

Bilan : sentez-vous travailler vos épaules, votre cou, vos articulations (chevilles, genoux, hanches) et vos muscles un peu partout dans le corps ?

**LORSQU'UN CHIEN REFUSE DE S'ASSEOIR, PEUT-ÊTRE EST-CE PARCE QU'IL A MAL**

## TEST 2 : COMPTABILISATION

1. Pendant 24h, notez le nombre de fois et pour quelle raison vous demandez à votre chien de s'asseoir. Demandez à un membre de la famille de vous « surveiller » car vous oublierez très certainement d'en compter.
2. Faites le bilan. Combien de fois avez-vous demandé un assis ? Était-ce vraiment utile ? Essuyer ses pattes, attendre, mettre la laisse, ouvrir la porte ou la portière ? Tout ceci peut se faire dans la position de confort du chien.

**NE DEMANDEZ PAS À VOTRE CHIEN DE S'ASSEOIR, LAISSEZ-LUI LE CHOIX**

## LIVRE ET DVD RECOMMANDÉS

- 🐾 *Signaux d'apaisement: Les bases de la communication canine* par Turid RUGAAS (livre)
- 🐾 *The wee signs of the dog* par Turid RUGAAS (DVD avec sous-titres en français)



La musculature des chiots et des chiens âgés est insuffisante pour s'asseoir ou se relever en toute maîtrise

## POUR TOUTE INFORMATION

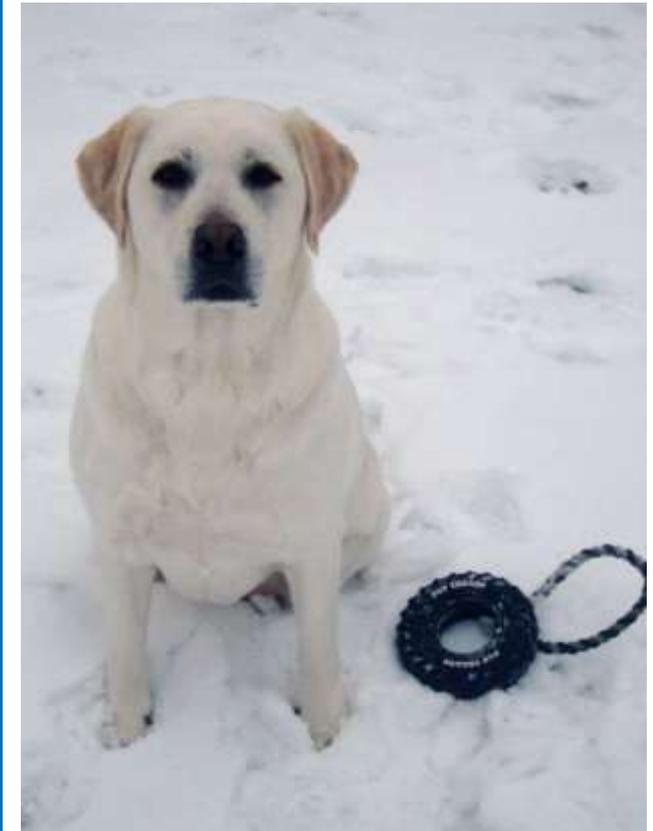
Activités pour chiens épanouis

ASBL BE0674.455.054

[www.activiteschiens.be](http://www.activiteschiens.be)

[activitespourchiensepanouis@gmail.com](mailto:activitespourchiensepanouis@gmail.com)

# S'ASSEOIR

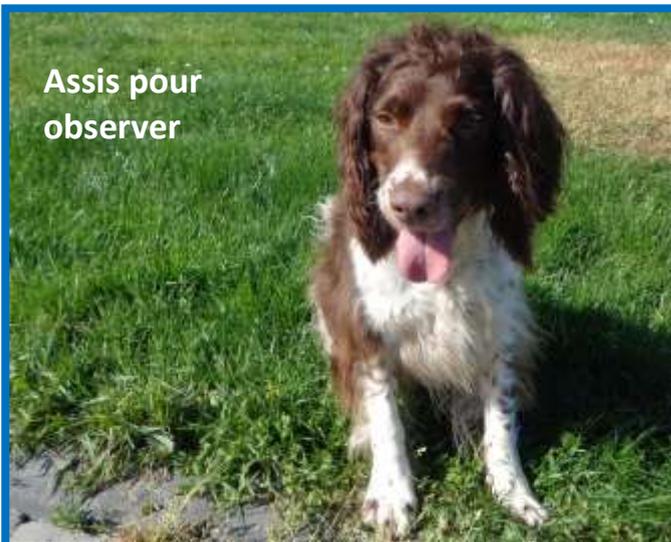


## OU

# NE PAS S'ASSEOIR

## UN CHIEN CHOISIT DE S'ASSEOIR POUR

- 🐾 **répondre à la demande** de quelqu'un (comportement appris)
- 🐾 **prendre une récompense** offerte, la main positionnée trop haut
- 🐾 **changer de position** : passer du coucher au debout par exemple, cela diminue les efforts à fournir
- 🐾 **observer** : meilleure ergonomie du cou et du dos, au détriment de l'ergonomie de l'arrière-train (une question de choix)



- 🐾 **se gratter** : de nouveau une question d'efficacité et d'ergonomie
- 🐾 **communiquer** : s'asseoir est un signal d'apaisement (voir « livre et DVD recommandés »)

## CONSÉQUENCES ANATOMIQUES

- 🐾 les **articulations** de l'arrière-train sont compressées sous le poids du chien
- 🐾 le **sacrum** est sous tension
- 🐾 la **circulation sanguine** est moins performante
- 🐾 de nombreux **muscles** sont sollicités pour se mettre assis, tout autant que pour se relever: la musculature d'un chiot n'est pas suffisamment développée, un chien âgé n'est plus suffisamment musclé, tout chien avec une blessure ou une faiblesse musculaire est également en difficulté pour s'asseoir



## SOLUTIONS ET ALTERNATIVES

- 🐾 **ne demandez jamais** à un chiot, un chien âgé, blessé ou affaibli de s'asseoir
- 🐾 **ne demandez pas** à un chien, même en bonne santé, de s'asseoir/se relever de façon répétée
- 🐾 **baissez votre main pour récompenser**



- 🐾 **laissez le choix** de la position à votre chien : il peut par exemple patienter en restant debout
- 🐾 **ostéopathe** : un check-up annuel pour un chien adulte en bonne santé, un check-up semestriel ou trimestriel pour un chien âgé, blessé, affaibli ou en croissance (surtout les grandes races)
- 🐾 **proprioception** : varier les activités garantit la complétude de la musculature (muscles profonds et superficiels)