


Programm GESUNDE LIEBE



**Lassen Sie uns die Liebe geben,
welche unsere Hunde wirklich brauchen**

 **PURINA**
PRO PLAN



Geben wir unseren Hunden eine **GESUNDE LIEBE**, indem wir mit den richtigen täglichen Gewohnheiten, der richtigen Ernährung und ausreichend Bewegung dazu beitragen, dass die Hunde in hervorragender körperlicher Verfassung bleiben.

Die Einführung des Programmes

GESUNDE LIEBE

Genau wie wir, können auch unsere Hunde ein längeres und gesünderes Leben führen, wenn sie in guter körperlicher Verfassung sind.

Mit der richtigen Ernährung und dem richtigen Mass an Bewegung kann jeder Hund ein gesundes Gewicht halten.

GESUNDE LIEBE ist mehr als eine sichere und wirksame Diät zur Gewichtsreduktion. Es ist ein Lebensstil aus guten Entscheidungen und Aktivität.

GESUNDE LIEBE unterstützt Sie, das richtige Gleichgewicht zwischen Kalorienaufnahme und -verbrauch zu finden. Ausserdem liefert es Ihnen praktische Tipps, damit gesunde Gewohnheiten, Belohnung und Bewegung zum Alltag werden.

Das Programm **GESUNDE LIEBE** wird:

- Helfen, das Gewicht Ihres Hundes zu reduzieren
- Zahlreiche Gesundheitsvorteile bieten
- Die Lebensqualität und die Lebensquantität verbessern.



**GESUNDE
FÜTTERUNG**

+



**GESUNDE
GEWOHNHEITEN**

+



**GESUNDE
BEWEGUNG**

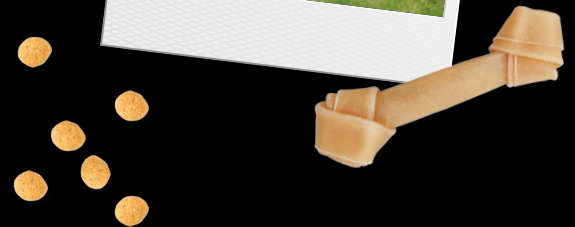
=



Mit **GESUNDER LIEBE** das Gewicht reduzieren

Herzlichen Glückwunsch, dass Sie den ersten Schritt wagen, um Ihrem Hund zum Idealgewicht zu verhelfen.

Zu Beginn des Programms wird Ihr Tierarzt Ihren Hund beurteilen und Empfehlungen zu den nötigen Veränderungen abgeben. Diese beinhalten u.a. eine wissenschaftlich entwickelte Diät, welche eine sichere und wirksame Gewichtsreduktion garantiert. Ausserdem erhalten Sie ein praktisches Starterpaket mit einem Kontrolltagebuch und diversen Gutscheinen.



Das Programm **GESUNDE LIEBE** auf einen Blick:

1.



GEHEN SIE ZU IHREM TIERARZT

für eine erste Konsultation. Hier erhalten Sie Ihr Starterpaket

2.



BEFOLGEN SIE 12 WOCHEN* LANG DASSELBE PROGRAMM

während die Bewegung gesteigert, die Fütterung überwacht und die Fortschritte notiert werden

3.



ÜBERPRÜFEN SIE DIE FORTSCHRITTE

zusammen mit Ihrem Tierarzt. Legen Sie gemeinsam die nächsten Schritte fest, um eine spätere Gewichtszunahme zu verhindern

*Dies ist die durchschnittliche Mindestdauer des Programms. Ihr Tierarzt wird Sie beraten, ob Ihr Hund länger braucht, um sein Idealgewicht zu erreichen.

4

Mit **GESUNDER LIEBE** schlank werden

Die Gewichtsreduktion bei Ihrem Hund kann eine grosse Herausforderung sein, aber es lohnt sich für alle gesundheitlichen Vorteile



Es gibt Hunde, die mehr zu Übergewicht neigen als andere. Sie brauchen oft lebenslang zusätzliche Unterstützung schlank und gesund zu bleiben.

- **KASTRIERTE HUNDE:** Die hormonellen Veränderungen führen zu einem reduzierten Grundumsatz, d.h. kastrierte Hunde benötigen weniger Kalorien als intakte und haben gleichzeitig einen gesteigerten Appetit.
- **RASSEN MIT EINEM HÖHEREN RISIKO:** Labrador und Retriever.
- **EINGESCHRÄNKTE BEWEGUNG:** Das Aktivitätslevel hat viel Einfluss, wie viele Kalorien ein Hund benötigt. Ein inaktiver Hund verbraucht weniger Kalorien.
- **ÜBERFÜTTERUNG:** Es gibt Hunde, die alles fressen, das ihnen angeboten wird! Bei übermässiger Fütterung oder Belohnung, werden diese Hunde übergewichtig.

Aber es gibt einfache Wege, diesen Punkten entgegenzuwirken. In dieser Broschüre und im Kontrolltagebuch finden Sie dazu markierte Tipps.

Haben Sie das gewusst?



- Hunde, die vom Welpenalter an während des gesamten Lebens auf einem gesunden schlanken Gewicht gehalten werden, leben gesünder und bis zu 2 Jahre länger.
- Hunde sollten pro Woche nicht mehr als **2%** ihres Körpergewichts verlieren.
Beispiel:
 - Männlicher West Highland Terrier, **10kg** KGW benötigt min. 10 Wochen, um das **Idealgewicht von 8 kg** KGW zu erreichen (2% von 10 kg = 200g Gewichtsreduktion pro Woche).
 - Weiblicher Labrador Retriever, **40kg** KGW braucht min. **13 Wochen**, um ein **Zielgewicht von 30kg** KGW zu erreichen (2% von 40kg = 800g Gewichtsreduktion pro Woche).

Geben Sie das richtige Futter in den richtigen Mengen

Eine Gewichtszunahme wird fast immer durch eine übermäßige Zufuhr von Kalorien in Verbindung mit ungenügender Bewegung verursacht. Wie beim Menschen ist die Verhinderung einer Gewichtszunahme viel einfacher, als später Gewicht zu verlieren.

Um eine übermäßige Kalorienzufuhr zu vermeiden, fragen Sie Ihren Tierarzt nach der richtigen Futtermenge und versuchen Sie, sich möglichst genau daran zu halten. So vermeiden Sie eine Gewichtszunahme.

Futtermenge: Füttern Sie nur die empfohlene tägliche Futtermenge ohne zusätzliche Snacks. Idealerweise wiegen Sie die Ration ab, dies ist viel genauer als die Verwendung von Messbechern. Frisches Wasser sollte stets zur freien Verfügung vorhanden sein.

Fütterungsfrequenz: Teilen Sie die Rationen auf 3 oder 4 Mahlzeiten auf. So reduzieren Sie die Wahrscheinlichkeit, dass Ihr Hund zwischen den Mahlzeiten hungrig wird.

Futter, das hilft, schlank zu bleiben:

- ♥ **NIEDRIGER FETTGEHALT** reduziert den Kaloriengehalt jeder Mahlzeit
- ♥ **HOHER PROTEINGEHALT** sättigt den Hund länger und hilft die Muskulatur zu erhalten
- ♥ **KOMPLEXE KOHLENHYDRATE & ANGEMESSENER FASERGEHALT** um hunger zwischen den mahlzeiten vorzubeugen.



Haben Sie das gewusst?



- Hat Ihr Hund ein gewünschtes Verhalten gelernt, dann belohnen Sie ihn nicht jedes Mal, wenn er es zeigt. So erhöhen Sie seine Begeisterung und Vorfreude, wenn er eine Belohnung erhält.
- **45%** der Hunde und **40%** der Katzen sind entweder übergewichtig oder sogar adipös.

Snack- und Belohnungs-Rechner



GESUNDE
FÜTTERUNG

Belohnungen und Snacks können sich schnell summieren und zu einer Gewichtszunahme führen. Sofern Sie jedoch die Menge an aufgenommenen Kalorien mit zusätzlicher Aktivität ausgleichen, sollten Sie Ihren Hund auf einem gesunden Gewicht halten können. Benutzen Sie untenstehende Tabelle als Hilfe.

BELOHNUNG	ENERGIEAUFNAHME (kcal)	ALLTAGSAKTIVITÄT (entsprechend)
30g Käse	170	7 km bergauf Laufen (matschiger Untergrund)
50g Wurst	150	7.5 km bergauf Laufen
1/2 Tüte Chips	90	9 km Laufen
1/2 Scheibe weisser Toast mit Butter	80	8 km Laufen
1/2 Scheibe weisser Toast ohne Butter	40	20 Minuten Laufen im Park
1 Vollkorn-Biskuit	70	7 km Laufen
30g Lambraten	70	7 km Laufen
28g mageres Roastbeef	50	1 Stunde Spazieren und Laufen
25g Schinken	40	20 Minuten Laufen im Park
20g Poulet	20	2 km Laufen
1 Karotte oder 1/4 Apfel	10	10 Minuten Spazieren

♥ Wichtige Tipps für gesunde Belohnungen

- Wählen Sie gesunde Belohnungen: kleine Stücke mageres Fleisch oder Karottenstücke. Reduzieren Sie entsprechend die Futtermenge, damit Ihr Hund nicht zusätzliche Kalorien aufnimmt.
- Machen Sie eine «Belohnungs-Box»: legen Sie jedes Mal, wenn Ihr Hund eine Belohnung erhält dasselbe Leckerchen in die Box. So sehen Sie genau, was und wie viel Sie Ihrem Hund zusätzlich verfüttert haben.
- Wenn Ihr Hund ein gewünschtes Verhalten gelernt hat, dann geben Sie nur unregelmässig Belohnungen. Dies erhöht die Vorfreude und die Begeisterung, wenn er die Belohnung erhält.
- Verwenden Sie Krokette von der täglichen Futterration als Belohnung.
- Erwägen Sie die Belohnung zu werfen, so verbrennt Ihr Hund Kalorien, um zu rennen und die Leckerchen zu finden und kann sie nicht einfach aus der Hand nehmen.

Die **GESUNDE LIEBE** zu einer täglichen Gewohnheit machen



GESUNDE
GEWOHNHEITEN

Hier finden Sie einige einfache Möglichkeiten, um gesunde Gewohnheiten zu entwickeln, welche helfen, Ihren Hund während dem gesamten Leben schlank zu halten.

♥ **Kontrollieren Sie regelmässig das Gewicht und die Körperform**

Benutzen Sie das Body Condition Score Schema auf dieser Seite, um den aktuellen Körperzustand Ihres Hundes zu beurteilen. Passen Sie das Futter und die Bewegung an, um Ihren Hund im idealen Bereich zu halten.

♥ **Geben Sie GESUNDE LIEBE**

Ihr Hund bellt und bittelt nicht nur um Futter. Wieso nicht stattdessen ein kurzes Spiel spielen oder Körperpflege anbieten?

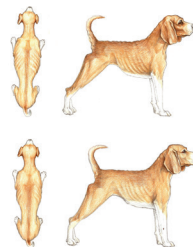
♥ **Beziehen Sie die gesamte Familie mit ein**

Es bedeutet mehr Spass und ist erfolgsversprechender, wenn alle mitmachen. Ermutigen Sie alle in der Familie, Bewegung und Spiel anstelle von Futter anzubieten.

♥ **Kleine Dinge machen einen grossen Unterschied**

Lange Spaziergänge sind grossartig, aber GESUNDE LIEBE kann auch sein, dass Sie unterbrechen, was Sie gerade tun und Ihrem Hund fünf Minuten ungeteilte Aufmerksamkeit schenken.

BODY CONDITION SCORE



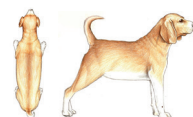
UNTERGEWICHT (Levels 1,2,3)

1. Rippen, Lendenwirbel und andere Knochen sehen aus Distanz prominent aus. Kein erkennbares Körperfett. Deutlicher Verlust der Muskelmasse
2. Rippen, Lendenwirbel und Beckenknochen sind leicht erkennbar. Kein tastbares Körperfett. Einige Knochen sind prominent. Etwas Verlust der Muskelmasse.
3. Rippen leicht tastbar und eventuell sichtbar, ohne Fettabdeckung. Die Spitzen der Lendenwirbel sind sichtbar und die Beckenknochen sind prominent. Deutliche Taille und Anhebung der Bauchlinie.



IDEAL (Levels 4, 5)

4. Rippen leicht tastbar mit einer minimalen Fettabdeckung. Von oben Taille leicht erkennbar. Anhebung der Bauchlinie offensichtlich.
5. Rippen tastbar ohne übermässige Fettabdeckung. Von oben Taille hinter den Rippen sichtbar. Von der Seite Bauchlinie angehoben.



ÜBERGEWICHT (Levels 6,7,8,9)

6. Rippen tastbar, aber mit einer etwas übermässigen Fettabdeckung. Taille ist von oben sichtbar, aber nicht auffällig. Angehobene Bauchlinie ist sichtbar.
7. Rippen schwer tastbar, starke Fettabdeckung. Fettdepots in der Lendenregion und an der Schwanzbasis. Taille ist mit Mühe erkennbar. Angehobene Bauchlinie kann sichtbar sein.
8. Rippen unter sehr starken Fettabdeckung nicht tastbar. Prominente Fettdepots in der Lendenregion und an der Schwanzbasis. Keine Taille und angehobene Bauchlinie. Vergrösserung des Bauchumfangs.
9. Massive Fettdepots am Thorax, über der Wirbelsäule und an der Schwanzbasis. Taille und angehobene Bauchlinie nicht sichtbar. Fettdepots im Nacken und an den Beinen. Deutliche Vergrösserung des Bauchumfangs.

Damit Ihr Hund fit und aktiv bleibt



GESUNDE
BEWEGUNG

Aktiv zu bleiben ist nicht nur für die Gesundheit Ihres Hundes wesentlich – es ist ebenfalls wichtig für seine Zufriedenheit. Die Bewegung stimuliert die Produktion von Serotonin und Endorphin im Gehirn, dies sorgt für Freude und reduziert Stress.

Die Bewegung hat viele Vorteile:

- **Hilft Gewicht zu verlieren und Fett zu verbrennen**
- **Hilft Muskulatur aufzubauen.** Dies erhöht den Grundumsatz und auch in Ruhe werden Kalorien verbrannt
- **Stimuliert das Gehirn,** dies hilft Langeweile und Verhaltensprobleme zu beseitigen
- **Möglichkeiten zur Sozialisierung** mit anderen Hunden und mit Menschen – dadurch wird das Bedürfnis nach Gesellschaft befriedigt.



♥ Wichtige Tipps für eine gesunde Bewegung

- Seien Sie kreativ beim Spielen und Spazieren. Nehmen Sie z.B. einen Tennisschläger zum Ballspiel mit, so können Sie den Ball viel weiter schlagen und Ihr Hund wird mehr Bewegung erhalten.
- Verändern Sie die Geschwindigkeit der Spaziergänge. Mal langsam und gemütlich, dann wieder schneller. Versuchen Sie auch während dem Spaziergang die Geschwindigkeit zu variieren: 10 Minuten langsam gehen, gefolgt von 10 Minuten schnellem Gehen oder Joggen. Dies ist sowohl psychisch, als auch physisch stimulierend.
- Gehen Sie nicht jeden Tag denselben Weg, Ändern Sie Ihre Route und gehen sie an unterschiedlichen Orten spazieren.
- Gehen Sie mit anderen Hundebesitzern spazieren. Das Spielen mit den anderen Hunden macht nicht nur Spass, sondern Ihr Hund verbrennt auch mehr Kalorien.
- Setzen Sie sich jede Woche ein neues Ziel. Versuchen Sie jeden Tag schneller zu laufen oder etwas länger spazieren zu gehen. Denken Sie daran, die Bewegung schrittweise zu steigern, für Sie beide!
- Nach dem Fressen warten Sie mindestens eine Stunde, bevor Sie Spazieren gehen. Warten Sie auch nach dem Spaziergang mit der Fütterung, bis sich Ihr Hund vollständig erholt hat.

GESUNDE LIEBE ist...



GESUNDE
BEWEGUNG

Hunde sollten jeden Tag bewegt werden - auch ältere Hunde oder Hunde mit Arthrose. Sie sollten Ihren Tierarzt um Rat fragen, da die benötigte Bewegung vom Alter und von der Rasse Ihres Hundes abhängt. Hier sind einige Ideen, wie Sie beginnen können.



...EIN SPRUNG
INS WASSER

Zeigen Sie Ihrem Hund Ihre Liebe auf eine spielerische und gesunde Weise. Nichts übertrifft einige Stunden am Strand oder am Fluss - eine sportliche Aktivität, die Sie beide genießen.



...EIN BRINGSPIEL

Bieten Sie Ihrem Hund ein anderes Training, indem Sie von Zeit zu Zeit an seiner Seite mit dem Fahrrad fahren. Wenn er voller Energie ist, dann versuchen Sie die Geschwindigkeit zu erhöhen. Ihr Hund wird es lieben, für eine Weile mit Höchstgeschwindigkeit zu rennen.



...EINE
FAHRRADTOUR
DURCH DEN
WALD

Wie wir, langweilen sich auch Hunde, wenn sie Tag für Tag dasselbe tun. Indem Sie gesunde Abwechslung in die Spaziergänge einbauen, bleibt der Auslauf ein Vergnügen - auch wenn das nur bedeutet, dass ein neuer Bereich im selben Park entdeckt wird.



**GESUNDE
BEWEGUNG**

Es muss nicht schwer sein, Ihren Hund in Form zu halten. Manchmal sind es die einfachen Dinge, welche einen grossen Unterschied machen können. Helfen Sie Ihrem Hund überschüssige Kalorien zu verbrennen, indem Sie ihn jeden Tag mit seinen Lieblingsspielen belohnen.



**...EINE TÄGLICHE
PFLEGE**

Eine Pflegeeinheit ist die perfekte Möglichkeit, um gesunde Liebe zu zeigen. Schenken Sie Ihrem Hund täglich diese Zeit und Aufmerksamkeit.



**...JEDEN TAG
EIN NEUES
ABENTEUER**

Ein gemeinsamer Lauf im Park ist eine gute Gelegenheit, die Natur gemeinsam zu geniessen - und zudem eine gute Möglichkeit, damit Sie beide fit und gesund bleiben.



**...LAUFEN IM
PARK**

Oft gestellte Fragen

Wie erkenne ich, wenn mein Hund übergewichtig wird?

- Fragen Sie Ihren Tierarzt nach dem optimalen Gewicht Ihres Hundes und wiegen Sie ihn anschliessend regelmässig. Sie sollten auch den Body Condition Score beurteilen und dafür sorgen, dass dieser bei Level 4 oder 5 liegt.
- Sobald Sie eine Gewichtszunahme feststellen, reduzieren Sie die Futtermenge und steigern Sie die Bewegung. Fragen Sie Ihren Tierarzt um Rat bevor sich die Lage verschlechtert. Die Vorbeugung von Übergewicht ist viel einfacher, als deren Behandlung!

Wie können ältere Hunde oder Hunde mit Arthrose bewegt werden?

- Wählen Sie vor allem ein Training mit wenig Belastung, wie zum Beispiel Schwimmen oder ein Spaziergang auf ebenem Gelände.
- Werfen Sie bei Bringspielen den Ball etwas weniger weit, als Sie es beim jüngeren Hund getan haben und werfen Sie weniger oft. Sie können auch das Rollen des Balles anstelle von Werfen in Betracht ziehen.

Wieso braucht mein Hund eine spezielle Diät? Kann ich nicht einfach weniger vom normalen Futter geben?

- Während einem Programm zur Gewichtsreduktion sollte das Futter weniger Kalorien liefern, ohne dass der Gehalt an Vitaminen, Mineralstoffen und essentiellen Nährstoffen reduziert wird. Wenn eine kleinere Menge des normalen Futters gegeben wird, erhält der Hund zwar weniger Kalorien (gut), aber weniger Vitamine und andere Nährstoffe (nicht gut).



Wie kann ich verhindern, dass mein Hund bettelt?

- Das Betteln ist ein vollständig erlerntes Verhalten, welches weitgehend unabhängig vom Hungergefühl Ihres Hundes ist. Hunde, welche andauernd betteln, haben dies von ihren Besitzern gelernt. Wenn Sie Ihren Hund von Ihrem Teller fressen lassen, oder Ihre Kekse mit ihm teilen, dann sollten Sie sich nicht wundern, wenn der Hund jedes Mal zu Ihnen kommt, wenn Sie Essen - Sie haben ihn gut erzogen!

Ich habe zwei Hunde - ein übergewichtiger und ein schlanker. Wie kann ich erreichen, dass beide ein optimales Gewicht haben?

- Eine einfache Antwort ist beide in separaten Räumen zu füttern, mit einer geschlossenen Türe dazwischen.
- Denken Sie daran, dass eine Gewichtsreduktion nicht allein vom Futter abhängig ist. Der Energieverbrauch ist ebenfalls wichtig. Sorgen Sie also dafür, dass Ihr übergewichtiger Hund viel Bewegung erhält.

Wie soll ich vom aktuellen Futter meines Hundes auf die neue, kalorienarme Diät umstellen?

- Der Futterwechsel sollte langsam über fünf Tage erfolgen. Beginnen Sie am Tag eins mit $\frac{1}{5}$ des neuen Futters und $\frac{4}{5}$ des alten Futters. Erhöhen Sie schrittweise den Anteil des neuen Futters bis der Hund am fünften Tag ausschliesslich das neue Futter frisst. Vergewissern Sie sich, dass stets frisches Wasser zur Verfügung steht.



Behandlung von Übergewicht und verhindern einer erneuten Gewichtszunahme

Canine OM Obesity Management

Ein therapeutisches Alleinfuttermittel, konzipiert für die Gewichtsreduktion und die Erhaltung des Idealgewichts

HIGH PROTEIN



Proteinreich

Fördert den Verlust von Körperfett und sorgt gleichzeitig dafür, dass die Muskulatur bei der Gewichtsabnahme erhalten bleibt.

LOW KCAL



Kalorienarm

Reduzierter Fettanteil, der dazu beiträgt, dass weniger Kalorien aufgenommen werden.

GLUCOSE CONTROL



Blutzuckerkontrolle

Hoher Ballaststoffanteil, der zur Stabilisierung des Blutzuckerspiegels über den Tag hinweg beiträgt, Hungergefühle verringert und dazu führt, dass Ihr Hund sich länger satt fühlt.



NASS- & TROCKENFUTTER

400 g 3 kg und 12 kg

FALLBERICHT

In Studien zur Gewichtsreduktion schonte ein höherer Proteingehalt die Muskelmasse und unterstützte den Fettabbau.

- Raleigh (Foto): mit der Diät sank sein Gewicht von **84kg** auf **49kg** in nur 16 Monaten.
- Studien von PURINA haben die Wirksamkeit des höheren

Proteingehalts in Canine OM Obesity Management gezeigt.

- Die Diät unterstützt nachweislich den Fettabbau, während die Magermasse erhalten bleibt.
- Der Gehalt von **29% hochwertigem Protein** hilft, dass die Hunde länger satt sind und hilft das Risiko einer erneuten Gewichtszunahme zu senken.

Vorher



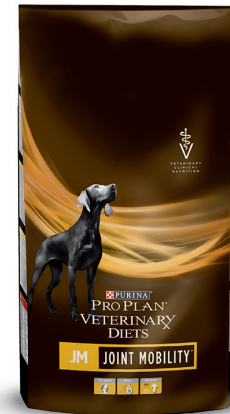
Nachher



Canine JM Joint Mobility

Alleinfuttermittel zur Förderung von gesunden Gelenken und gesundem Knorpel und zur Verbesserung des Ganges. Kann als Diät zur Gewichtsreduktion eingesetzt werden

JOINT SUPPORT	Gelenkunterstützung Natürliche Glucosamin- und Chondroitinquellen fördern die Gesundheit der Gelenke und tragen bei Hunden mit eingeschränkter Gelenkbeweglichkeit zur Gangverbesserung bei.
OMEGA 3	Omega-3-Fettsäuren Omega-3-Fettsäuren helfen die Gelenkentzündungen zu lindern.
ANTIOXIDANTS Vit E & C	Reich an Antioxidantien Vitamin E und C tragen zum Schutz der Gelenke bei und reduzieren die Zellschädigung infolge von oxidativem Stress.



TROCKENFUTTER
3 kg und 12 kg

ALL SIZE LIGHT/ STERILISED mit OptiWeight™

Alleinfuttermittel für ausgewachsene leicht übergewichtige oder kastrierte Hunde oder für ausgewachsene Hunde, welche zu einer Gewichtszunahme neigen

	Niedriger Fett- und erhöhter Proteingehalt Hilft nachweislich die Muskelmasse während der Gewichtsreduktion und nach der Kastration zu erhalten.
	Hilft das Hungergefühl zu reduzieren Fördert das Sättigungsgefühl durch einen hohen Proteingehalt, komplexe Kohlenhydrate und einen angemessenen Fasergehalt.
	Unterstützt die Gesundheit der Gelenke Enthält eine Kombination aus wichtigen Nährstoffen – wie Omega-3-Fettsäuren, einen hohen Proteingehalt und Glucosamine, um die Gesundheit der Gelenke zu unterstützen.



TROCKENFUTTER
3 kg und 12 kg

 PURINA®
PROPLAN®

®Reg. Trademark of Société des Produits Nestlé S.A.

 PURINA Your Pet, Our Passion.®