

LE MAGAZINE DU RESPECT ANIMAL

ANIMAUX BONHEUR

n°10

Éthique & indépendant

INTERVIEW
EXCLUSIVE

BRIGITTE BARDOT

Spécial Santé

300 CONSEILS VÉTO

CHIENS, CHATS,
CHEVAUX, NAC...

- SOINS NATURELS
- MASSAGES
- OSTÉOPATHIE

UN REFUGE MIRACLE
300 CHIENS SAUVÉS !

Découverte p.20
La vie des chevreuils

NOUVELLE FORMULE
+ BD et poster collector

N°10 - OCTOBRE-DECEMBRE 2016

L 16965 - 10 - F : 6,90 € - RD



France 6,9€ - Belgique - Luxembourg, 6,9€ Can. 11 CAD - Suisse, 10 CHF DE 8€ - GR-IT-ESP-Port. Cont 7,5€



ÉDUCATION POSITIVE ! 20 COACHS RÉPONDENT

Les solutions pour mieux comprendre votre chien p.30



Apprendre à bien masser son chien

Comment bien préparer la séance, bien masser son chien, à quel rythme, existe-t-il des contre-indications ? Pauline Arnt, professionnelle du massage canin nous prodigue ses précieux conseils pour un massage réussi.



Animaux - Bonheur - Pouvez-vous nous retracer votre parcours ?

Pauline Arnt - Je suis fille de vétérinaire et, dès l'enfance, je ne me lassais pas de regarder, admirative, mon père soigner et soulager les animaux. À la maison, j'avais la responsabilité de nourrir les chiens. J'aimais jouer avec leur impatience avant de les

voir se précipiter sur les gamelles dès que j'en donnais le signal. J'ai toujours été très proche des animaux de mon enfance, confidents réguliers et fidèles de mes joies et de mes peines. Puis, bien plus tard, ayant pris mon envol loin du cocon familial, une démarche personnelle m'a poussée à partir en Inde. J'ai eu l'opportunité de me rendre à Calcutta, au sein de la congrégation de mère Térésa, où j'ai découvert et pratiqué les vertus bienfaitrices du « toucher » qui apaise et soulage. C'est là que je me suis formée aux techniques du massage ayurvédique en suivant l'enseignement d'un maître indien. Je suis donc devenue masseuse, activité que j'ai exercée durant plusieurs années. Un jour, voulant tester par curiosité mon savoir-faire sur le chien d'une amie, j'ai été stupéfaite de voir avec quel plaisir et quel soulagement son animal s'abandonnait littéralement sous mes mains. Les animaux sont, comme les humains, très réceptifs au massage, pour peu qu'on utilise sur eux une technique adaptée, mesurée et précise. Cette expérience a agi sur moi comme une révélation : j'avais trouvé ma voie ! Très motivée, j'étais bien décidée à acquérir les techniques nécessaires pour devenir la première professionnelle française du massage canin. J'allais consacrer toute mon énergie à l'amélioration du bien-être des animaux et en particulier à celui de notre ancestral compagnon, le chien. Pour mener à bien ce projet, je suis allée plusieurs fois aux États-Unis suivre les différentes formations au

massage canin dispensées par Jonathan Rudinger et Ken Bain. À l'époque de mes formations aux États-Unis, ces techniques étaient inconnues en France. Dès mon retour, j'ai été sollicitée par des professionnels du monde canin, désireux d'apprendre ces nouvelles techniques de bien-être. J'ai donc mis en place des stages de formation afin de partager mon savoir et pour que nous soyons de plus en plus nombreux à aider et soulager nos amis les chiens. Le massage canin est une discipline sérieuse qui s'apprend.

Pourquoi avoir réalisé ces ouvrages ?

Aujourd'hui les chiens font partie intégrante de la famille et de plus en plus de personnes souhaitent leur apporter du confort et du bien-être. Il m'est apparu tout naturel de proposer ces petits ouvrages afin que les humains possédant un chien (je n'aime pas le mot propriétaire) puissent apprendre à les toucher différemment. Au travers du massage, une relation privilégiée s'installe entre l'homme et son chien. C'est également un bon moyen pour l'aider, l'accompagner et le soulager. Mais ils sont l'occasion de rappeler qu'un massage ne remplace pas une visite chez le vétérinaire lorsque le chien ne paraît pas en bonne santé !

Pouvez-vous nous présenter votre association ?

Quelles sont ses actions ?

Chien-Zen est une association tournée vers le monde canin, soucieuse du bien vivre de nos compagnons à





quatre pattes. Depuis 2008 c'est également un centre de formation au massage canin, reconnu formation de référence par l'IAAMB/ACTW en 2015 (International Association for Animal & Bodywork – Association of Canine Water Therapy). Nous avons formé bénévolement des animaliers de l'ENVA, des animaliers et éducateurs canins des écoles des chiens guides de Paris, Angers, Toulouse, Nice et Aix-en-Provence. Nous sommes présents sur les Portes Ouvertes Nationales de l'École de Nice et de Paris pour masser les chiens guides et apprendre aux déficients visuels à toucher leur chien différemment, depuis de nombreuses années.

Quels sont les bienfaits du massage sur le chien ?

Le toucher donne une impression d'unité, il soulage et apaise. Le massage va aussi bien agir sur le plan physique qu'émotionnel. Il sert à rééquilibrer le corps de manière à être bien dans « sa peau ». Le docteur Michael Fox explique dans "The Healing Touch" que le massage canin comprend à la fois des avantages physiques et psychologiques. Il s'agit presque d'un soin essentiel, comme le toilettage, l'alimentation, et l'exercice. Comme pour les humains, le massage va permettre de soulager les douleurs musculaires, activer la circulation des fluides, aider à la mobilité, aider à l'élimination des toxines, libérer les tensions musculaires, libérer les endorphines, oxygéner les tissus, améliorer l'amplitude du mouvement, et relaxer, déstresser. C'est également un très bon moyen pour renforcer la relation Homme/Animal. Le massage se justifie donc pour tous les chiens et plus spécifiquement pour les chiens de travail, les chiens sportifs, les chiens à mobilité réduite, les vieux chiens, les chiens qui ont subi une intervention chirurgicale, les femelles qui ont eu une lourde portée, les chiens en apprentissage, les chiens hyper actifs ou stressés ou simplement pour les chiens qui ont peu d'activité physique.

Et sur les vieux chiens en particulier ?

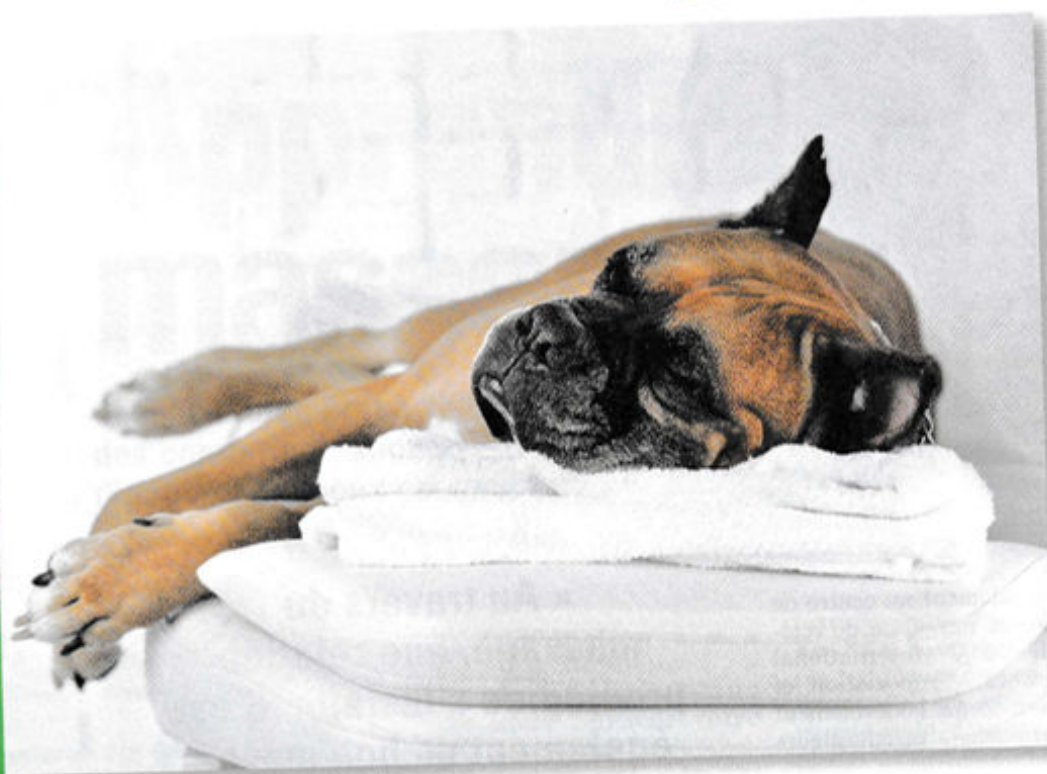
Le massage se justifie parfaitement chez le vieux chien. Cela fera partie intégrante de son hygiène de vie et va l'accompagner dans le processus de vieillissement. On compte plusieurs changements dans le corps d'un chien qui vieillit. Tout d'abord, au niveau de la peau et du pelage : la peau devient plus sèche, perd de son élasticité. Les poils autour du museau grisonnent et le pelage devient terne. Les organes internes deviennent moins efficaces, ce qui les force à travailler plus pour fonctionner. Les muscles, les tendons et les ligaments se durcissent car ils perdent de leur élasticité et sont moins bien nourris. Les articulations s'usent et s'irritent par manque de lubrifiant, des dépôts de calcium se forment et raidissent les articulations. Le système digestif ralentit. Les cellules ne se renouvellent pas. La vue baisse, ainsi que l'ouïe. Il y a une réduction de l'élasti-

« Au travers du massage, une relation privilégiée s'installe. C'est également un bon moyen pour l'aider, l'accompagner et le soulager »

cité du tissu conjonctif (tissu placé entre la peau et l'os, la graisse et les muscles, et qui entoure chaque fibre musculaire entre chaque ensemble de muscles). Le massage peut servir de substitut à l'exercice, il activera la circulation du sang, de la lymphe, de l'énergie vitale et oxygénera les tissus. Bref, vous l'aurez compris : chez le chien comme chez l'homme, le processus de vieillissement engendre des problèmes à différents niveaux; mais même si ce processus est inéluctable, le massage reste un bon moyen pour en adoucir les effets indésirables. Car il va permettre de : compléter les soins vétérinaires, tonifier et rendre le corps plus flexible ; aider les chiens arthrosiques ou à mobilité réduite ; accélérer le processus de guérison ; aider après une chirurgie et diminuer l'atrophie des muscles ; soulager et aider les chiens qui bougent peu à ressentir leur corps ; soulager le stress et l'ennui.

Existe-t-il des contre-indications au massage ?

Oui et non. La principale contre-indication est la femelle gestante. Tout dépend de la manière dont je vais travailler. En ce qui concerne le protocole de massage de mon 1^{er} ouvrage « J'apprends à masser mon chien » les contre-indications sont les suivantes : si la température est supérieure à 39,5°C (la température normale est de 38,5°C chez le chien). L'augmentation de la température indique généralement une maladie infectieuse, et le massage ne fera qu'empirer les choses en activant la circulation sanguine. En cas de diarrhées, colites, hernie. En cas de problèmes dermatologiques. En cas de maladie nerveuse sévère comme la maladie de Carré. La stimulation nerveuse serait dans ce cas très désagréable. En cas de tumeur maligne ou de kyste, demandez toujours l'avis de votre vétérinaire. En cas de plaie ouverte ou en voie de cicatrisation, vous pouvez masser le reste du corps pour le soulager mais ne touchez pas la partie blessée. S'il y a eu un traumatisme, comme une déchirure musculaire, une entorse ou un hématome, mieux vaut attendre 72 heures. Les jeunes chiens qui n'ont pas fini leur croissance. Si le massage procure plus de stress que de relaxation. Si le chien a mangé il y a moins de 2 heures



gorge et de ne surtout pas toucher à la colonne vertébrale. Avec le massage, le chien prend conscience des contours de son corps donc il faut faire des lissages, des pétrissages, du palper rouler sur tout le corps.

Quelle est la réaction des chiens ? Aiment-ils les massages ?

Dans la mesure où les conditions s'y prêtent, que le chien est disposé, il se laisse généralement faire. Peut-être que les premières fois où vous masserez les babines et les gencives ou que vous masserez les phalanges, il aura un geste de recul ou sera étonné, n'insistez pas, vous recommencerez à la prochaine séance. N'oubliez pas que c'est nouveau pour lui et qu'il faut doucement l'amener à apprécier ces différents touchers. Dans la mesure où vous êtes respectueux et bien-

Combien de temps doit durer une séance ?

Il faut s'adapter au chien, c'est lui qui décide en quelque sorte. Plus il sera habitué à ce nouveau toucher et plus il sera facile de faire un massage complet. D'une manière générale il est évident que la séance durera moins longtemps sur un petit chien que sur un gros chien. Donc on peut dire que sur un Chihuahua le massage durera 15 minutes, et 45 minutes sur un Terre-Neuve.

Quelles sont les conditions préalables pour une bonne séance ?

Déjà en avoir envie ! Ça paraît bête mais les séances de massage doivent être un plaisir partagé. Que le chien soit sorti pour faire ses besoins, jouer, courir, renifler, bref qu'il ait été détendu. De choisir un endroit calme et confortable. De s'assurer que l'on ne sera pas dérangé par des bruits, de la visite ou des odeurs de cuisine. De s'assurer qu'il n'y ait pas de contre-indications. Que le chien soit disposé.

Comment préparer son chien à sa première séance ?

Une fois les bonnes conditions mises en place, il faut être patient et bienveillant. Ne jamais le contraindre ou l'obliger. Être doux, ne pas l'interpeller mais toujours regarder comment il se sent. C'est pour lui aussi une première fois ! La première fois que vous le touchez avec des gestes qu'il ne connaît pas. Donc les maîtres-mots sont : zéro contrainte, patience, bienveillance et envie de donner, de partager.

À quel rythme doit-on masser le chien ?

J'ai envie de vous répondre qu'il n'y a pas de rythme particulier ! C'est en fonction de l'envie du masseur et du massé. Il faut surtout respecter

(publicité)


my Pury box

La box pour votre chien



19,90€
par mois


Hygiène


Fiabilité


Jouets


Accessoires

l'espace du chien et s'assurer qu'il est disposé et qu'il a envie d'être touché. Si vous arrivez à mettre en place une séance par semaine, c'est déjà formidable.

Quelles sont les parties du chien que l'on peut masser ?

Toutes, en prenant soin toutefois de ne pas mettre votre main sur sa tête, au niveau de sa

veillant, le chien le sait, il le sent et, si votre toucher est agréable, il se laisse faire. Quand il a compris (généralement à la 2^e ou 3^e séance) il se laisse faire, voire il vient réclamer son massage. Sachez que les chiens s'ébrouent et ont besoin d'uriner après une séance de massage, donc il faut prévoir une halte pipi après la séance ! Pour répondre à votre 2^e question : Oui ! Les chiens aiment être massés.

Une anecdote de massage particulier ?

C'est une question difficile car je masse des chiens et différents animaux depuis plus de dix ans, et les souvenirs affluent... Il y a des animaux disposés, comme les wallabies et kangourous que j'ai massés dans un refuge en Australie. Ils étaient disposés et se sont endormis sur ma tong. Il y a mes chiens qui sont massés depuis qu'ils sont tout petits et qui adorent les massages mais ne veulent plus que je les touche après une formation sur laquelle ils servent de « cobaye » à mes stagiaires. Il y a des chiens qui viennent se faire masser pour la première fois et la personne me dit « Super car mon chien n'aime pas qu'on le touche » Il y a des chiens qui comprennent à la 2^e ou 3^e séance ce qui va se passer et se laissent faire. Puis il y a ce Vétérinaire qui m'a dit « Le fait que mon chien ait été massé plusieurs fois, jeune, lui a permis d'être très sociable avec les humains et à la recherche d'une main bienveillante » C'est pour moi le plus beau des compliments. Je vous souhaite de toujours prendre beaucoup de plaisir avec vos animaux.

Pour aller plus loin

J'apprends à masser mon chien et J'apprends à masser mon vieux chien, Pauline Arnt, 66 p., 5 €, Editions le Pré du Plain.

