

# “

DE SLOW DOG MOVEMENT STREEFT ERNAAR OM DIEPERE RELATIES TUSSEN HONDEN EN MENSEN TE BEVORDEREN, VOORLICHTING TE GEVEN DOOR DE 'JUISTE MANIER' TE LATEN ZIEN. EN EEN GELIJKGESTEMDE WERELDWIJDE GEMEENSCHAP VAN HONDENLIEFHEBBERS TE LATEN GROEIEN, DIE DE WAARDE VAN HET SLOW, LANGZAMER, RUSTIGER AAN DOEN-CONCEPT, OMARMEN.



SLOW DOG MOVEMENT® COMMUNITY INTEREST COMPANY© 2020-2025

# SLOW DOG MOVEMENT

EEN GEMEENSCHAP VAN HONDENLIEFHEBBERS DIE HET SLOW, LANGZAMER, RUSTIGER AAN DOEN- CONCEPT OMARMEN.

VOLG ONS:

[www.slowdogmovement.org](http://www.slowdogmovement.org)  
[@slowdogmovement](https://www.instagram.com/slowdogmovement)  
[#slowdogmovement](https://www.facebook.com/slowdogmovement)

FOTO BY FEDERICA IACOZZILLI

VERTAALD DOOR THIRZA EN BIRGITTA GEERLINGS-WENSVEEN



## WAAROM RUSTIGER AAN DOEN?

### WIJ HEBBEN HET NODIG EN ZIJ OOK

Terwijl we ons door het leven haasten, worden onze honden vaak ook in een snel tempo meegetrokken. We nemen ze mee naar drukbezochte evenementen, tijdens het hardlopen en fietstochten of laten ze alleen thuis. Deze opties zijn niet altijd prettig voor onze viervoeters. Het doel van deze groep is om zoveel mogelijk mensen te inspireren, te delen en voor te lichten om gewoon 'TE ZIJN' met hun honden en hen positieve ervaringen te bieden. Verrijking, langzaam wandelen, rustige sociale activiteiten en vele andere ideeën maken hier deel van uit. Uiteindelijk is het een natuurlijk gedrag van een hond.

## HOE JE RUSTIGER AAN KAN DOEN

### MINDER IS MEER

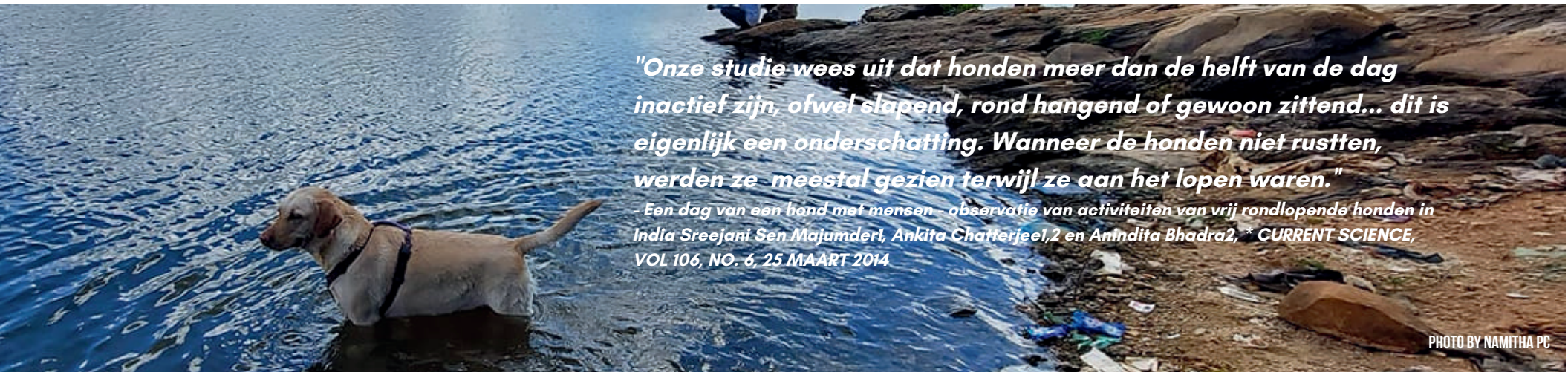
Zit eens wat vaker naast je hond. Slaap in de buurt van/met ze. Eet in hun nabijheid en zit bij hen wanneer zij eten. Betrek ze in rustige activiteiten zoals tuinieren, lezen, knutselen en koken. Doe eens gewoon NIETS met je hond. Thuis, in de natuur, in het bos, op het strand, waar dan ook. Zit en kijk samen hoe de wereld voorbijgaat. Wanneer je dit doet, zorg er dan voor dat mensen/honden niet recht op je hond aflopen, maar alleen in alle rust. Breng tijd door in een natuurlijke omgeving 'forest bathe', samen met je hond. Laat je hond snuffelen en vertraag tijdens de wandeling, sta stil en geniet.

## VRIJHEID OM TE KIEZEN

### WEES DE BESTE VRIEND VAN JE HOND

Besteed aandacht aan de band met je hond. Wees aanwezig, vertrouw ze en bouw je relatie op. Ga de verbinding met hen aan door ze keuzes te geven over waar ze willen wandelen, welke snack ze willen kauwen, enz. Volg je hond tijdens jullie wandelingen, laat hem/haar leiden. Dit zal het zelfvertrouwen van je hond vergroten en jullie onderlinge band versterken. Het is een verrassing om te zien waar je hond je heen leidt!

Geef je hond zoveel mogelijk keuzemogelijkheden in zijn/haar leven. Observeer je hond op een respectvolle en nieuwsgierige manier. Geef je hond minder of helemaal geen commando's



*"Onze studie wees uit dat honden meer dan de helft van de dag inactief zijn, ofwel slapend, rond hangend of gewoon zittend... dit is eigenlijk een onderschatting. Wanneer de honden niet rustten, werden ze meestal gezien terwijl ze aan het lopen waren."*

*- Een dag van een hond met mensen - observatie van activiteiten van vrij rondlopende honden in India Sreejani Sen Majumder<sup>1</sup>, Ankita Chatterjee<sup>1,2</sup> en Anindita Bhadra<sup>2</sup>, \* CURRENT SCIENCE, VOL 106, NO. 6, 25 MAART 2014*

PHOTO BY NAMITHA PC

**'HET GROTE VOORDEEL VAN HET LANGZAMER AAN DOEN IS HET HERWINNEN VAN DE TIJD EN RUST OM BETEKENISVOLLE VERBINDINGEN TE MAKEN—MET MENSEN, MET CULTUUR, MET WERK, MET DE NATUUR, MET ONZE EIGEN LICHAMEN EN GEESTEN.'**  
**CARL HONORÉ, AUTEUR VAN 'IN PRAISE OF SLOW'**