

Adopter un chien

Les 28 fiches pratiques

Cahier A4 imprimable

À cocher, compléter, annoter et réimprimer selon vos besoins.

Pierre Cinquin

Éditions T&M 1987

Comment utiliser ce cahier

Ces 28 fiches reprennent les outils pratiques du livre « Adopter un chien ». Elles sont conçues pour être imprimées en A4, remplies à la main et réutilisées.

Vous pouvez imprimer uniquement la fiche dont vous avez besoin. Pour les fiches d'observation ou d'entraînement, n'hésitez pas à imprimer plusieurs exemplaires.

Certaines informations légales, sanitaires ou de transport peuvent évoluer. Utilisez toujours les sources officielles et les conseils de votre vétérinaire pour vérifier une situation particulière.

Sommaire des 28 fiches

N°	Fiche	N°	Fiche
1	Test « Suis-je prêt ? » (ch. 1)	15	Aliments dangereux (à afficher dans la cuisine) (ch. 11)
2	Budget annuel à remplir (ch. 2)	16	Quand consulter sans attendre (ch. 11)
3	Check-list légale avant l'adoption (ch. 2)	17	Planche des signaux du corps (ch. 12)
4	Tableau « ma vie / mon chien » (ch. 3)	18	Carnet d'entraînement hebdomadaire (ch. 13)
5	Mon logement convient-il ? (ch. 4)	19	Programme d'apprentissage de la solitude (ch. 15)
6	Comparatif chiot, adulte, senior (ch. 5)	20	Ma semaine type avec un chien quand je travaille (ch. 15)
7	Questions à poser au refuge (ch. 6)	21	Liste d'habitation à cocher (ch. 16)
8	Questions à poser à l'éleveur (ch. 6)	22	Six mini-fiches d'entraînement (ch. 16)
9	Signaux d'alerte d'une annonce (ch. 6)	23	Journal d'observation (ch. 17)
10	Check-list de la rencontre (ch. 7)	24	Questions à poser à un éducateur ou à un comportementaliste (ch. 17)
11	Équipement : indispensable, utile, superflu (ch. 8)	25	Règles d'or avec les enfants (ch. 18)
12	Check-list de sécurisation de la maison (ch. 8)	26	Check-list voyage (ch. 19)
13	Planning des 72 premières heures et de la première semaine (ch. 9)	27	Conduite à tenir si le chien se perd (ch. 19)
14	Présenter un chien et un chat : progresser par étapes (ch. 10)	28	Fiche vieillissement (ch. 19)

Fiche 1. Test « Suis-je prêt ? »

Chapitre 1 du livre • fiche imprimable A4

Répondez par **oui**, **non** ou **je ne sais pas**. Faites le test seul, puis une deuxième fois avec les autres membres du foyer, sans vous consulter.

Temps et rythme

1. Puis-je consacrer chaque jour du temps à mon chien : des sorties adaptées à ses besoins, plus l'éducation et les soins ?
2. Quelqu'un peut-il le sortir le matin, le midi ou le soir si je suis retenu ?
3. Mes horaires de travail me permettent-ils de le laisser peu de temps seul, ou ai-je un relais prévu ?
4. Suis-je prêt à renoncer à certains départs improvisés ?

Foyer et logement

5. Toutes les personnes de mon foyer sont-elles d'accord pour adopter un chien ?
6. Mon logement est-il adapté à un chien (place, étage, accès à l'extérieur) et ai-je vérifié les clauses particulières de mon bail ou de mon règlement de copropriété, s'il y en a ?
7. Ai-je pensé aux voisins : bruit, couloirs, escaliers ?
8. Y a-t-il quelqu'un d'allergique chez moi, et ai-je demandé un avis médical ?
9. Si j'ai des enfants, ai-je compris que le chien relève de ma responsabilité, pas de la leur ?
10. Si j'ai déjà un animal, ai-je une idée de la façon dont je les présenterai ?

Budget et organisation

11. Ai-je lu le chapitre 2 et chiffré un budget annuel pour mon projet ?
12. Puis-je faire face à une dépense imprévue de santé ?
13. Ai-je une solution de garde pour les vacances et les imprévus ?
14. Ai-je un vétérinaire à proximité ?

Projet et motivation

15. Mon envie vient-elle de moi, et non d'une pression ou d'un coup de cœur passager ?
16. Suis-je prêt à m'engager pour dix ans et plus ?
17. Ai-je accepté qu'un chiot (ou un chien adopté) puisse m'obliger à mettre ma vie entre parenthèses pendant quelques semaines ?
18. Suis-je disposé à apprendre : éducation, comportement, soins ?
19. Ai-je envisagé de tester avant d'adopter (famille d'accueil, bénévolat, garde) ?
20. Si je me rends compte que ce n'est pas possible, suis-je prêt à renoncer ?

Lecture du test. Ce n'est pas un barème et il n'y a pas de score : chaque « non » et chaque « je ne sais pas » est un point à examiner pour lui-même. Reprenez-les un par un et notez, pour chacun, ce qui peut être résolu avant l'adoption (un relais pour les horaires, un avis médical pour une allergie, une discussion à plusieurs dans le foyer), ce qui peut attendre, et ce qui, selon vous, vous empêche d'adopter maintenant. Un seul point sérieux non résolu peut justifier de reporter ; plusieurs points faciles à régler ne le justifient pas. Dans tous les cas, finissez par une phrase écrite :

Ma décision : **oui** / **non** / **pas maintenant**.

La raison principale : ...

Fiche 2. Budget annuel à remplir

Chapitre 2 du livre • fiche imprimable A4

Reportez des **devis réels**, pas des moyennes. Gardez les fourchettes du chapitre comme repère.

Poste	Repère du livre	Mon devis	Date du devis
Adoption ou achat	50 à 330 € selon l'âge dans un refuge cité en exemple		
Identification (pose et enregistrement)	de l'ordre de 50 à 100 €		
Primo-vaccination et premiers soins	de l'ordre de 150 à 200 € la première année		
Stérilisation (si prévue)	de l'ordre de 150 à 600 €		
Équipement de départ	de l'ordre de 150 à 300 €		
Total d'entrée			
Alimentation	environ 487 € par an en moyenne		
Soins préventifs	de l'ordre de 150 à 300 € par an		
Assurance santé	de l'ordre de 12 à 60 € par mois		
Garde ou pension	à demander (pas de repère fiable)		
Toilettage	à demander		
Éducation	à demander		
Total annuel courant	scénario du livre : 800 à 1 400 € (alimentation, soins préventifs, assurance), hors garde, toilettage, éducation, imprévus		
Réserve pour imprévus	à fixer		

Fiche 3. Check-list légale avant l'adoption

Chapitre 2 du livre • fiche imprimable A4

- ☐ Le chien a plus de huit semaines.
- ☐ Il est identifié (puce ou tatouage) avant la cession et enregistré à l'I-CAD.
- ☐ J'ai lu et signé le certificat d'engagement et de connaissance, au moins sept jours avant la cession.
- ☐ J'ai reçu l'attestation de cession.
- ☐ J'ai reçu un certificat vétérinaire datant de moins de trois mois.
- ☐ Si le chien est annoncé « de race » : j'ai ses papiers d'origine.
- ☐ Le vendeur ou le refuge est identifié (nom, adresse, numéro de professionnel ou d'association).
- ☐ Le chien n'est pas un chien de catégorie 1 (qui ne peut être ni acheté ni cédé) ; si un doute existe sur la catégorie 1 ou 2, j'ai une attestation vétérinaire et j'ai contacté ma mairie.
- ☐ J'ai vérifié mon assurance habitation (responsabilité civile).
- ☐ J'ai relu les clauses de mon bail ou de mon règlement de copropriété qui concernent les animaux et, au moindre doute, demandé conseil (syndic, bailleur, association d'information sur le logement).
- ☐ J'ai vérifié que le changement de détenteur a bien été enregistré à l'I-CAD et que mes coordonnées sont à jour.

Repère : certaines informations peuvent évoluer. Vérifiez les sources officielles et, pour la santé, demandez conseil à votre vétérinaire.

Fiche 4. Tableau « ma vie / mon chien »

Chapitre 3 du livre • fiche imprimable A4

Remplissez la colonne de gauche sans penser à aucun chien en particulier. Remplissez ensuite la colonne de droite avec ce que la première colonne implique. Gardez vos réponses, vous en aurez besoin aux chapitres 6 et 7.

Critère	Ma vie aujourd'hui (et dans trois ans)	Ce que cela implique pour le chien
Énergie, sorties par jour		
Taille acceptable (place, budget, force)		
Poil, entretien, allergie dans le foyer		
Bruit toléré (voisins, logement)		
Heures seul par semaine, relais prévus		
Mon expérience, mon temps pour l'éducation		
Contraintes particulières (enfants, autre animal, santé)		

Votre résultat. Résumez votre vie en trois lignes, puis notez deux ou trois profils de chien compatibles (par exemple : « moyen, polyvalent » ; « petit, plutôt calme »). Ce sont ces profils, et non une photo, qui guideront votre recherche.

Fiche 5. Mon logement convient-il ?

Chapitre 4 du livre • fiche imprimable A4

Cochez ce qui est vrai, puis relisez les cases vides : ce sont vos points de travail avant l'adoption.

Règles et voisinage

- ☐ J'ai relu mon bail ou mon règlement de copropriété pour repérer toute clause sur les animaux.
- ☐ En cas de clause ou de refus, je sais à qui demander conseil (ADIL, syndic, bailleur).
- ☐ Si je le souhaite, j'ai prévenu mes voisins directs de l'arrivée du chien (facultatif).
- ☐ J'ai un plan pour les premières absences du chien, avec des relais si besoin.

Sorties et rythme

- ☐ Je sais où je sortirai le chien, à quels moments de la journée, et combien de temps il me faut pour y arriver.
- ☐ Je peux tenir ce rythme par mauvais temps et en cas de fatigue.
- ☐ J'ai prévu des jeux d'occupation pour les jours où la sortie est plus courte.

Sécurité

- ☐ Mon balcon et mes fenêtres sont sécurisés ou je sais comment les sécuriser.
- ☐ J'ai repéré les sols glissants et les escaliers.
- ☐ J'ai prévu un sas pour la porte d'entrée.

Fiche 6. Comparatif chiot, adulte, senior

Chapitre 5 du livre • fiche imprimable A4

	Chiot	Adulte	Senior
Ce que l'on sait du chien	Peu : le caractère se dessine	Davantage, à observer et à demander	Beaucoup, mais l'histoire peut rester inconnue
Énergie	Souvent élevée, mais variable d'un chiot à l'autre	Variable selon le chien	Souvent plus calme, selon la SPA, avec des exceptions
Éducation à faire	Tout : propreté, solitude, socialisation	À vérifier, habitudes à reprendre	À vérifier, souvent déjà acquise, parfois à adapter
Présence demandée au début	Très importante	Importante pour l'adaptation	Importante pour l'adaptation
Santé et soins	Vaccins, vermifuges, croissance	Selon l'âge et l'histoire	Suivi plus attentif, bilans adaptés à l'âge
Temps ensemble	Potentiellement le plus long	Moyen à long	Plus court
Pour quel foyer	Disponible, patient, prêt à éduquer	Foyer qui souhaite un chien plus lisible	Foyer prêt à accompagner l'âge et les besoins du chien

Votre résultat. Notez : « Je choisis un chiot / un adulte / un senior, parce que... ». Écrivez deux raisons, tirées de vos réponses aux quatre questions.

Fiche 7. Questions à poser au refuge

Chapitre 6 du livre • fiche imprimable A4

Cochez ce que vous avez demandé et notez les réponses.

- ☐ Depuis combien de temps le chien est-il au refuge ? D'où vient-il ?
- ☐ Qui le connaît le mieux, et puis-je lui parler ?
- ☐ Quels frais d'adoption demandez-vous, et que couvrent-ils ?
- ☐ Qu'est-ce qui reste à ma charge après l'adoption ?
- ☐ Quelles étapes avant l'adoption (visite, entretien, visite à domicile) ?
- ☐ Quels documents recevrai-je (contrat, certificat vétérinaire, carnet ou passeport) ?
- ☐ Un suivi est-il prévu après l'adoption ? Que se passe-t-il si cela se passe mal ?
- ☐ Le chien a-t-il déjà vécu en famille ? Comment a-t-il réagi ?
- ☐ Quel est l'état de santé du chien ? A-t-il des traitements en cours ou des besoins particuliers ?

Pour les questions sur le chien lui-même (énergie, solitude, enfants, autres chiens), reprenez celles du chapitre 3.

Fiche 8. Questions à poser à l'éleveur

Chapitre 6 du livre • fiche imprimable A4

- ☐ Êtes-vous déclaré comme éleveur ? Puis-je voir vos numéros (Siret ou numéro de portée) ?
- ☐ Les informations de l'annonce correspondent-elles aux papiers que vous me remettrez ?
- ☐ Puis-je voir les chiots avec leur mère, et où vivent-ils ?
- ☐ Les chiots sont-ils inscrits au LOF ? Puis-je voir le certificat de naissance ?
- ☐ Que sait-on de la santé des parents ?
- ☐ Des dépistages ont-ils été faits chez les parents, lorsque c'est pertinent pour la race ? Puis-je voir les résultats ?
- ☐ À quel âge les chiots partent-ils, et comment sont-ils identifiés ?
- ☐ Quelles premières expériences les chiots ont-ils déjà eues (bruits de la maison, personnes, manipulations) ?
- ☐ Quels documents recevrai-je à la remise (certificat vétérinaire, certificat d'engagement, contrat) ?
- ☐ Quel prix, qu'est-ce qui est compris, et que se passe-t-il si je change d'avis avant la remise ?

Fiche 9. Signaux d'alerte d'une annonce

Chapitre 6 du livre • fiche imprimable A4

Parcourez cette liste avant de prendre contact. Un « oui » ne veut pas dire qu'il faut renoncer automatiquement : il demande une vérification avant tout engagement. Si l'explication ne vous convainc pas, passez votre chemin.

- ☐ L'annonce n'est pas marquée « annonce vérifiée ».
- ☐ Le numéro d'identification manque ou n'existe pas à l'I-CAD.
- ☐ L'âge du chiot est inférieur à huit semaines ou incohérent.
- ☐ On me demande un paiement avant la rencontre.
- ☐ S'il s'agit d'un chiot vendu par son éleveur, je ne peux pas voir la mère ni le lieu de vie.
- ☐ Le chiot est « de race » mais sans certificat de naissance.
- ☐ On me presse de décider.
- ☐ Le chien est présenté comme « donné », mais on me réclame de l'argent.

Fiche 10. Check-list de la rencontre

Chapitre 7 du livre • fiche imprimable A4

Avant

- ☐ J'ai relu mes critères (fiche 4) et mes questions (fiche 7 ou 8).
- ☐ Les personnes qui vivront avec le chien sont présentes ou ont donné leur avis.
- ☐ Si un chien vit déjà chez moi, j'ai demandé si une rencontre préalable sur terrain neutre pouvait être organisée.
- ☐ Je sais que je ne décide pas sur place.

Pendant

- ☐ J'ai observé comment le chien vient à moi, réagit au bruit, aux personnes, à la manipulation.
- ☐ J'ai noté ses signes d'inconfort et ce qui les a provoqués.
- ☐ J'ai posé mes questions par écrit et noté les réponses.

Documents

- ☐ Certificat vétérinaire de moins de trois mois.
- ☐ Attestation ou contrat de cession (selon le cédant ; pour un don, le certificat vétérinaire reste à recevoir).
- ☐ Certificat d'engagement signé au moins sept jours avant, dont je garde une copie.
- ☐ Carnet ou passeport, certificat de naissance LOF pour un chien de race.
- ☐ Les informations de l'annonce correspondent aux papiers.

Après

- ☐ J'ai pris un temps de réflexion avant de décider, lorsque les circonstances le permettent.
- ☐ J'ai relu mes notes avec les autres membres du foyer.
- ☐ Ma réponse est : oui / non / pas maintenant, parce que...

Fiche 11. Équipement : indispensable, utile, superflu

Chapitre 8 du livre • fiche imprimable A4

Cochez ce que vous avez, notez ce qu'il reste à acheter et ce que vous attendrez.

Article	Catégorie	Déjà acheté	À acheter avant	À attendre
Collier ou harnais ajusté	Indispensable			
Laisse	Indispensable			
Médaille avec mes coordonnées	Utile			
Gamelles d'eau et de nourriture	Indispensable			
Nourriture habituelle du chien à son arrivée	Indispensable			
Couchage	Indispensable			
Sacs à déjections	Indispensable			
Transport sûr en voiture	Indispensable			
Caisse ou parc	Utile			
Barrières d'escalier	Utile			
Matériel d'entretien	Utile			
Jouets à mâcher, friandises	Utile			
Vêtements, gadgets, accessoires	Superflu			

Fiche 12. Check-list de sécurisation de la maison

Chapitre 8 du livre • fiche imprimable A4

- ☐ Câbles et rallonges rangés ou protégés.
- ☐ Objets à mâcher, chaussures et petits objets hors de portée.
- ☐ Aliments dangereux rangés (chocolat, raisin, oignon, ail, alcool, pâte à pain crue contenant de la levure) ; poubelles fermées.
- ☐ Plantes d'intérieur et de jardin vérifiées dans la liste du CAPAE-Ouest.
- ☐ Produits ménagers, de bricolage et de jardin, médicaments et huiles essentielles dans des placards fermés.
- ☐ Si j'ai un jardin : jardin clos, sans trou dans la clôture ni les haies.
- ☐ Balcon, escaliers et portes sécurisés (chapitre 4).
- ☐ Coin de repos, coin repas et zones interdites définis.
- ☐ Numéros d'urgence notés : vétérinaire, urgence vétérinaire, centre antipoison.
- ☐ Règles de la maison décidées et écrites.

Fiche 13. Planning des 72 premières heures et de la première semaine

Chapitre 9 du livre • fiche imprimable A4

Ce planning est une **proposition du livre**, à adapter à votre foyer.

Moment	Ce que vous faites	Ce que vous évitez
Jour 0, trajet	Chiot installé en sécurité, voiture calme, pause si besoin	Visite à des proches
Jour 0, arrivée	Sortie avant d'entrer, une ou deux pièces, eau, coin repos	Tout lui montrer, le porter sans cesse
Jour 0, soir	Dernière sortie, couchage choisi, plan de la nuit	Jeux et stimulations prolongés la nuit
Jours 1 à 3	Routine : sortie au réveil, repas aux horaires connus, sorties après repas et jeu, longs repos	Visiteurs, changement d'aliment, séances longues
Jours 4 à 7	Rendez-vous vétérinaire ; un visiteur à la fois, court ; premières séparations très brèves (chapitre 15)	Rencontres avec beaucoup de chiens avant l'avis du vétérinaire
Fin de semaine	Faire le point : nuits, repas, sorties, ce qui a marché	Tout corriger d'un coup

Votre planning. Réécrivez ce tableau pour votre foyer : qui se lève la nuit, qui sort le chiot au réveil, quand est le rendez-vous chez le vétérinaire. Affichez-le dans la cuisine.

Fiche 14. Présenter un chien et un chat : progresser par étapes

Chapitre 10 du livre • fiche imprimable A4

Les étapes sont celles d'International Cat Care. **Aucune durée n'est imposée.** Avancez quand les deux animaux sont détendus, pas à date fixe.

Étape	Ce que vous faites	Passez à la suite si	Reculez si
Avant l'arrivée	Lieu sûr, perchoirs et cachettes pour le chat ; barrières ; nouveaux objets introduits	Le chat utilise son espace	Le chat évite son espace
Étape 1	Séparation complète ; échange de couvertures	Les deux sont calmes face aux odeurs	L'un des deux s'agite ou se cache
Étape 2	Exploration à tour de rôle de l'espace de l'autre	Les deux sont détendus	Fuite, aboiements
Étape 3	Vue à travers une barrière couverte, séances courtes	Les deux restent calmes	Chien raide ou qui fixe, chat qui siffle
Étape 4	Contact, chien en harnais et laisse lâche, chat libre de partir, deux personnes	Les deux sont détendus	Laisse tendue, chat acculé
Ensuite	Laisse qui traîne, séances un peu plus longues, jamais seuls ensemble	Plusieurs séances calmes	Tension ou rupture après une bonne rencontre

Votre plan. Écrivez à côté de chaque étape la date à laquelle vous la commencez, et ce que vous avez observé. Si vous reculez, ce n'est pas un échec.

Fiche 15. Aliments dangereux (à afficher dans la cuisine)

Chapitre 11 du livre • fiche imprimable A4

Aliment	Pourquoi c'est dangereux	Source
Chocolat, surtout noir	Cause fréquente d'intoxication des chiens	CAPAE-Ouest
Raisin (et raisin sec)	Toxique pour le chien et le chat, des cas mortels	CAPAE-Ouest
Oignon, ail (crus ou cuits)	Peuvent être toxiques	CAPAE-Ouest
Pâte à pain crue contenant de la levure	Dangereuse	ASPCA (source américaine)
Alcool	Dangereux	ASPCA (source américaine)
Xylitol, noix de macadamia	Dangereux	ASPCA et PDSA (sources étrangères seulement)

Un doute ? N'attendez pas de signes. Appelez : CAPAE-Ouest, 02 40 68 77 40 (8 h 30 à minuit, à vérifier), CNITV, votre vétérinaire ou un service d'urgence vétérinaire.

Ne faites pas vomir votre chien et ne lui donnez aucun traitement sans la consigne d'un vétérinaire ou d'un centre antipoison.

Repère : certaines informations peuvent évoluer. Vérifiez les sources officielles et, pour la santé, demandez conseil à votre vétérinaire.

Fiche 16. Quand consulter sans attendre

Chapitre 11 du livre • fiche imprimable A4

Ces repères sont ceux du livre, fondés sur les sources de ce chapitre ; ils ne remplacent pas un avis vétérinaire. **En cas de doute, appelez.**

- Ventre gonflé, haut-le-cœur sans rien produire, bave, chien anxieux qui s'étire : torsion d'estomac possible, urgence immédiate.
- Chien faible, qui s'effondre ou respire avec difficulté.
- Intoxication possible (aliment, plante, produit, médicament avalés) : appelez tout de suite le centre antipoison ou le vétérinaire.
- Chiot abattu, qui vomit ou a la diarrhée de façon répétée, refuse de manger, a le ventre gonflé ou tousse.
- Chien qui refuse de manger plusieurs repas de suite, vomit à répétition, ou dont le comportement change brutalement.
- Saignement important ou persistant, plaie profonde ou traumatisme important.

Notez à côté le numéro de votre vétérinaire, celui du service d'urgence le plus proche et les numéros du centre antipoison.

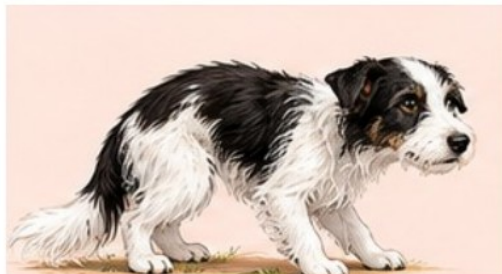
Repère : certaines informations peuvent évoluer. Vérifiez les sources officielles et, pour la santé, demandez conseil à votre vétérinaire.

Fiche 17. Planche des signaux du corps

Chapitre 12 du livre • fiche imprimable A4

Un signal isolé ne suffit jamais : lisez le corps entier et le contexte.

Inquiet



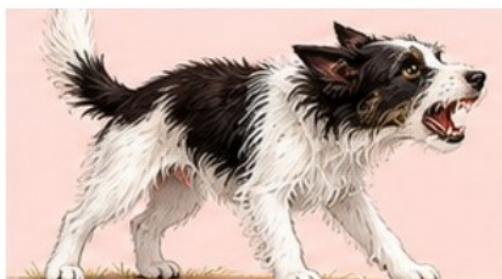
Corps plus bas, oreilles en arrière, queue basse. Il peut se sentir mal à l'aise ou incertain.

Garde ses distances



Corps raide, oreilles plaquées, queue basse. Il peut se sentir menacé et préférer garder ses distances.

Posture de menace / défensive



Corps tendu, poils hérissés, museau retroussé, oreilles en avant. Il peut se sentir en danger et mordre. Il faut s'éloigner.

Stressé



Il se lèche le museau, détourne le regard ou bâille. Ce sont des signes possibles de stress ou d'inconfort.

Queue : ce qu'elle peut exprimer



Basse
Incertitude



Neutre
Calme



En mouvement
Joie, intérêt



Très haute
Excitation, alerte

Fiche 17 — Oreilles et observations

Oreilles : ce qu'elles peuvent exprimer



Mes observations

Situation / contexte	Ce que montre le corps entier	Ce qui change quand je donne de l'espace

Fiche 18. Carnet d'entraînement hebdomadaire

Chapitre 13 du livre • fiche imprimable A4

Choisissez **un seul comportement par semaine**. Avant chaque séance : le chien est sorti, il a mangé, le lieu est calme, les friandises sont prêtes, le mot est connu de tous.

Signal choisi			Récompense préférée		
Jour	Ce que nous travaillons	Petites séances faites	Ce qui a marché	Ce qui l'a gêné	Palier suivant
Lundi					
Mardi					
Mercredi					
Jeudi					
Vendredi					
Samedi					
Dimanche					

Règle du palier. Quand il réussit presque à chaque essai, rendez l'exercice un peu plus difficile : un peu plus long, un peu plus loin, un peu plus de distraction, en changeant une seule chose à la fois. S'il échoue plusieurs fois, revenez au palier d'avant. Ce n'est pas un échec : Dogs Trust conseille le même retour en arrière.

Fiche 19. Programme d'apprentissage de la solitude

Chapitre 15 du livre • fiche imprimable A4

Ce programme s'adapte à un chiot comme à un adulte. **Ne passez au palier suivant que si le chien est resté calme** à plusieurs reprises. Les durées sont les vôtres : écrivez-les.

Palier	Ce que je fais	Durée essayée	Réaction du chien (calme, hésitant, inquiet)	Date	Je passe au suivant ?
1	Il se pose dans son coin pendant que je suis dans la pièce				
2	Barrière ou porte entre nous, il a de quoi mâcher				
3	Je suis dans une autre pièce				
4	Je sors, ferme la porte, reviens				
5	Je sors un peu plus longtemps				
6	Absence progressivement plus longue				

Règle du palier. S'il s'agite ou se plaint, revenez au palier d'avant et restez-y plusieurs jours. Ce n'est pas un échec : la RSPCA et Dogs Trust conseillent le même retour en arrière. Ne le laissez jamais aller jusqu'à la détresse. Si les progrès ne viennent pas, ou si la détresse est vive, parlez-en à votre vétérinaire.

Fiche 20. Ma semaine type avec un chien quand je travaille

Chapitre 15 du livre • fiche imprimable A4

Remplissez une ligne par jour. Le but n'est pas de remplir toutes les cases, mais de **voir où il reste seul plus longtemps que prévu** et de prévoir un relais.

Jour	Départ	Retour	Durée totale d'absence	Qui passe voir le chien ?	Sortie pour les besoins	Ce qu'il a eu à faire
Lundi						
Mardi						
Mercredi						
Jeudi						
Vendredi						
Samedi						
Dimanche						

Comment lire votre semaine. Si une journée dépasse largement le repère de quatre heures (un repère britannique, pas une norme française), c'est elle qu'il faut organiser en premier : un relais, un autre horaire, un changement de lieu. Si plusieurs jours se ressemblent, cherchez un schéma plutôt qu'une exception. Si vous ne trouvez aucune solution, mieux vaut le savoir **avant** d'adopter que quelques semaines après.

Fiche 21. Liste d'habitation à cocher

Chapitre 16 du livre • fiche imprimable A4

Cochez quand votre chiot a découvert chaque élément **dans de bonnes conditions, sans le forcer**. Si l'un d'eux l'inquiète, notez-le, et reprenez plus tard de plus loin. Les rubriques sont celles de Dogs Trust.

Rubrique	Exemples à adapter	Fait calmement	Date	Remarque
Autres chiens	Chiens calmes que vous connaissez (voir votre vétérinaire pour les conditions)	☐		
Autres animaux	Chats, animaux de la maison ou du voisinage	☐		
Manipulation	Pattes, oreilles, gueule ; table du vétérinaire ; toiletteur	☐		
Personnes variées	Hommes, femmes, enfants, chapeaux, parapluies	☐		
Sonnette et visites	Sonnette, porte qui claque	☐		
Sons du quotidien	Aspirateur, télévision, orage enregistré	☐		
Environnements et objets	Escaliers, sols variés, voiture, rue	☐		
Rester seul	Quelques minutes dans une autre pièce (chapitre 15)	☐		

Fiche 22. Six mini-fiches d'entraînement

Chapitre 16 du livre • fiche imprimable A4

Six apprentissages à travailler séparément. Cochez vos étapes et notez vos progrès. Séances courtes, récompensées, arrêtées avant la fatigue ou la perte d'attention.

1. Assis

Objectif. Le chien pose l'arrière-train au sol quand vous le demandez.

Matériel. Friandises.

- ☐ 1. Tenez une friandise devant son nez, puis montez-la lentement au-dessus de sa tête : son nez la suit et son arrière-train descend.
- ☐ 2. Dès que l'arrière-train touche le sol, dites votre marqueur et récompensez.
- ☐ 3. Répétez plusieurs fois.
- ☐ 4. Refaites le même geste sans friandise dans la main ; récompensez avec l'autre main.
- ☐ 5. Ajoutez le mot « assis » juste avant le geste, puis, plus tard, le geste seul.

Erreurs fréquentes. Pousser sur son arrière-train. Répéter le mot en boucle.

Passez à la suite quand il s'assoit presque à chaque fois au geste, puis au mot, dans plusieurs pièces.

Mon mot / signal	Ce qui fonctionne	Date / prochain palier

2. Couché

Objectif. Le chien se couche quand vous le demandez.

Matériel. Friandises.

- ☐ 1. Demandez un « assis ».
- ☐ 2. Descendez la friandise vers le sol, entre ses pattes : son nez suit.
- ☐ 3. Quand il est couché, marquez et récompensez.
- ☐ 4. Refaites le geste sans friandise dans la main.
- ☐ 5. Ajoutez le mot « couché » juste avant, puis le geste.

Passez à la suite quand il se couche au geste, puis au mot, sans que vous deviez vous pencher.

Mon mot / signal	Ce qui fonctionne	Date / prochain palier

Fiche 22 — Mini-fiches d'entraînement (3 à 4)

3. Reste

Objectif. Le chien garde la position jusqu'à ce que vous le libériez.

Matériel. Friandises, un lieu calme.

- ☐ 1. Faites-le asseoir, puis récompensez.
- ☐ 2. Gardez la position une seconde, puis augmentez jusqu'à environ cinq secondes, en récompensant à chaque fois.
- ☐ 3. Ajoutez le mot « reste », puis allongez jusqu'à dix secondes, avec des durées imprévisibles.
- ☐ 4. Ajoutez de petits mouvements de plus en plus grands : un pas, puis deux, puis le tour de la pièce.
- ☐ 5. Revenez auprès de lui avant de récompenser, puis libérez-le avec un mot.
- ☐ 6. Ajoutez des distractions et changez de lieu, un critère à la fois.

Passez à la suite quand il reste dans le palier choisi, dans plusieurs lieux, malgré une distraction légère.

Mon mot / signal	Ce qui fonctionne	Date / prochain palier

4. Rappel

Objectif. Le chien revient quand vous l'appellez.

Matériel. Friandises très appréciées, une longe sur harnais pour les lieux ouverts.

- ☐ 1. Choisissez d'abord son nom, puis un mot de rappel que tout le foyer utilise.
- ☐ 2. Appelez-le dans un lieu fermé et calme ; dès qu'il vient, récompensez à chaque fois.
- ☐ 3. Augmentez la distance, puis les distractions, toujours en lieu fermé.
- ☐ 4. En lieu ouvert, gardez-le en longe sur harnais : ne tirez pas sur lui.
- ☐ 5. Récompensez le retour, même s'il a hésité.

Erreurs fréquentes. Crier, tirer le chien vers vous, l'appeler pour une chose désagréable. S'il s'éloigne ou s'enfuit, n'allez en lieu ouvert que quand il revient de façon fiable ailleurs.

Passez à la suite quand il revient à chaque appel en lieu fermé malgré distance et distractions. Faites appel à un professionnel si vous ne voyez pas de progrès.

Mon mot / signal	Ce qui fonctionne	Date / prochain palier

Fiche 22 — Mini-fiches d'entraînement (5 à 6)

5. Marcher en laisse sans tirer

Objectif. Le chien marche à côté de vous sans tendre la laisse.

Matériel. Un harnais ou un équipement qui ne fait pas mal, une laisse, des friandises.

- ☐ 1. Vérifiez que l'équipement ne gêne pas ni ne blesse.
- ☐ 2. À la maison, d'abord sans laisse, récompensez-le quand il est près de vous.
- ☐ 3. Faites quelques pas : récompensez-le en mouvement, près de vous.
- ☐ 4. Mettez la laisse, dans un lieu calme, puis dans la rue.
- ☐ 5. Dès que la laisse se tend, arrêtez-vous. Sans secousse, sans réprimande. Repartez quand elle est relâchée.
- ☐ 6. Soyez cohérent : tout le foyer applique la même règle.

Erreurs fréquentes. Tirer en retour, secouer la laisse, laisser tirer « cette fois ».

Passez à la suite quand il marche à côté de vous sur plusieurs mètres avec une laisse relâchée, dans plusieurs lieux.

Mon mot / signal	Ce qui fonctionne	Date / prochain palier

6. Lâcher

Objectif. Le chien lâche un objet qu'il a pris, sans le défendre.

Matériel. Friandises plus intéressantes que l'objet, quelques jouets.

- ☐ 1. Quand il tient un jouet, présentez une friandise plus intéressante devant son nez.
- ☐ 2. Quand il lâche, marquez et récompensez.
- ☐ 3. Rendez-lui parfois le jouet : lâcher ne veut pas dire tout perdre.
- ☐ 4. Ajoutez un mot (« lâche », « donne ») juste avant.

Erreurs fréquentes. Courir après lui, lui arracher l'objet : cela devient un jeu, ou il apprend à le défendre.

Passez à la suite quand il lâche à chaque fois qu'on lui propose l'échange, puis au mot.

Mon mot / signal	Ce qui fonctionne	Date / prochain palier

Fiche 23. Journal d'observation

Chapitre 17 du livre • fiche imprimable A4

Notez **ce que vous voyez**, sans interpréter. Photocopiez la fiche et remplissez-en une par épisode. Montrez le journal au vétérinaire, puis au professionnel.

Rubrique	Ce que j'ai observé
Date et heure	
Lieu	
Qui était présent (personnes, chiens, enfants)	
Ce qui s'est passé juste avant	
Ce que le chien a fait (signaux du corps, bruits, durée)	
Ce que j'ai fait, ce que les autres ont fait	
Comment l'épisode s'est terminé	
Depuis quand ce comportement existe ; était-il déjà là à l'adoption ?	
Fréquence des épisodes (combien de fois, sur quelle période)	
Changement récent (alimentation, santé, déménagement, rythme, famille)	
Appétit, sommeil, démarche, signes de douleur	
Séance filmée (oui/non), à montrer au vétérinaire	

Dogs Trust conseille de filmer le chien pour observer ce qu'il fait quand il est seul (chapitre 15) ; la même idée vaut ici, quand c'est possible et sans danger : une vidéo montre ce que les mots décrivent mal, et vous la présenterez au vétérinaire.

Fiche 24. Questions à poser à un éducateur ou à un comportementaliste

Chapitre 17 du livre • fiche imprimable A4

Posez ces questions au premier contact, avant de payer. Un bon professionnel y répond sans difficulté.

Question	Ce que j'ai noté
Quelle est votre formation, et quels diplômes ou certifications avez-vous ?	
Quelles obligations réglementaires s'appliquent à votre activité ? Si une déclaration ou une qualification est requise, pouvez-vous me la présenter ?	
Quelle expérience avez-vous de cas comme le mien ?	
Quelles méthodes utilisez-vous ? Quel matériel ?	
Utilisez-vous des colliers à pointes, électriques, des bombes d'eau, des secousses de laisse ?	
Que faites-vous si mon chien a peur ou ne réagit pas ?	
Travaillez-vous avec mon vétérinaire ? Souhaitez-vous le voir d'abord ?	
Combien de séances, quel prix, quelles garanties (et lesquelles ne tiennent pas) ?	
Que dois-je faire entre les séances ?	
Puis-je assister à une séance avant de m'engager ?	

Comment lire les réponses. Une réponse précise, calme, qui parle de récompenses, de prévention et de collaboration avec le vétérinaire est bon signe. Sont des signaux d'alerte : la promesse d'un résultat garanti, le recours à la peur, à la douleur ou à la contrainte, et une théorie simpliste de la dominance. En cas de doute, changez de professionnel.

Fiche 25. Règles d'or avec les enfants

Chapitre 18 du livre • fiche imprimable A4

À afficher dans la cuisine ou le salon, et à relire avec les enfants, selon leur âge.

N°	Règle	Pourquoi
1	Un jeune enfant ne reste jamais seul avec le chien. Un adulte surveille réellement ; sinon, le chien et l'enfant sont séparés.	Être dans la pièce ne suffit pas.
2	Le coin du chien est à lui. On n'y va pas.	Il doit pouvoir se retirer.
3	On laisse le chien tranquille quand il mange, dort ou se repose.	Il a besoin d'espace.
4	Pas de câlin serré, pas de baiser, on ne monte pas sur le chien.	Il peut se sentir piégé.
5	Je regarde le chien : tête tournée, babines léchées, bâillements, oreilles en arrière, immobile ? Je m'arrête.	Ce sont les premiers signes d'inconfort.
6	S'il s'éloigne, je ne le suis pas.	Il choisit.
7	S'il grogne, je recule et j'appelle un adulte.	Le grognement prévient.

Pour l'adulte. Après un grognement ou une morsure, séparez calmement, ne punissez pas, consultez le vétérinaire (chapitres 14 et 17).

Fiche 26. Check-list voyage

Chapitre 19 du livre • fiche imprimable A4

Quand	À faire	Fait
Plusieurs semaines avant	Parler du voyage au vétérinaire ; vérifier identification et coordonnées I-CAD. En France : relire les conditions du transporteur. À l'étranger : vérifier les documents et conditions d'entrée du pays de destination, et ceux du retour	☐
Plusieurs semaines avant	Vérifier que l'hébergement accepte les chiens (taille, nombre, conditions) et le confirmer par écrit	☐
Au moment de réserver	Relire la page officielle de la SNCF ou d'Air France (conditions vérifiées le 8 octobre 2026, susceptibles d'évoluer) ; réserver l'animal avec le billet	☐
Avant le départ	Contenant ou caisse aux bonnes dimensions ; habitude ; harnais ou caisse en voiture	☐
Le jour du départ	Pas de repas juste avant ; eau ; coordonnées sur le chien	☐
En route	Pauses et eau ; jamais seul dans la voiture ; vérifier la chaleur	☐
Si vous partez sans lui	Consignes écrites, coordonnées du vétérinaire, solution de secours (chapitre 15)	☐

Repère : certaines informations peuvent évoluer. Vérifiez les sources officielles et, pour la santé, demandez conseil à votre vétérinaire.

Fiche 27. Conduite à tenir si le chien se perd

Chapitre 19 du livre • fiche imprimable A4

À préparer dès maintenant, avant d'en avoir besoin :

À préparer	Mes informations
Nom du chien	
N° d'identification I-CAD	
Puce ou tatouage	
Mon téléphone	
Mon vétérinaire (nom, téléphone)	
Photo récente (date)	

1. **Délimitez une zone de recherche**, puis élargissez-la (Service-Public).
2. **Déclarez la perte sur le site de l'I-CAD** avec le numéro d'identification.
3. **Appelez** vétérinaires, refuges, associations et mairie ; demandez la fourrière compétente.
4. **Notez** la date : la fourrière garde 8 jours ouvrés.
5. **Diffusez** une annonce (sites d'annonces, affichage).
6. **Signalez le retour** à l'I-CAD.

Si vous **trouvez** un chien : vétérinaire ou association pour la puce, signalement à l'I-CAD ; la mairie indique la fourrière.

Repère : certaines informations peuvent évoluer. Vérifiez les sources officielles et, pour la santé, demandez conseil à votre vétérinaire.

Fiche 28. Fiche vieillissement

Chapitre 19 du livre • fiche imprimable A4

Domaine	Ce que j'observe (date)	À en parler au vétérinaire ?
Mobilité (se lever, escaliers, raideur)		☐
Douleur ou inconfort		☐
Appétit, boisson, poids		☐
Respiration		☐
Propreté		☐
Sommeil, désorientation		☐
Vue, ouïe		☐
Comportement, envies de jeu		☐
Changements inhabituels		☐
Ce que mon chien aime encore		

Date du prochain rendez-vous vétérinaire :

Questions pour le vétérinaire : quel suivi, à quel rythme ? Quels aménagements ? Que surveiller ?

Repère : certaines informations peuvent évoluer. Vérifiez les sources officielles et, pour la santé, demandez conseil à votre vétérinaire.

Ressources et mises à jour

Une page de ressources du livre sera proposée par Éditions T&M 1987 pour regrouper les liens officiels et les éventuelles mises à jour de ces fiches.

Le QR code définitif sera ajouté lorsque l'adresse de cette page sera figée.

Adopter un chien

Pierre Cinquin • Éditions T&M 1987