



# Symptômes de **stress**



Equine 74 E-Book

## DANS CET E-BOOK, VOUS DÉCOUVRIREZ...

- ✓ quelles situations peuvent être stressantes pour votre cheval.
- ✓ ce que le stress signifie pour votre cheval.
- ✓ comment votre cheval gère le stress.
- ✓ comment vous pouvez éviter le stress pour votre cheval.
- ✓ wace que les ulcères gastriques et les coliques ont à voir avec le stress.



## TABLE DES MATIÈRES

<b>1. introduction</b>	<b>1</b>
1.1 Les cinq libertés	2
1.2 Comment les chevaux évacuent-ils le stress ?	3
1.3 Comment puis-je savoir si mon cheval est stressé ?	4
1.4 Comment puis-je éviter le stress chez le cheval ?	4
<b>2. stress vs. instinct et routine</b>	<b>5</b>
2.1 Très sensibles : les sens de votre cheval	5
2.2 L'importance d'une alimentation sans stress !	6
2.3 La mémoire du stress	7
<b>3. qu'est-ce qui peut déclencher le stress chez mon cheval ?</b>	<b>8</b>
3.1 Neuf situations de stress possibles	9
<b>4. ulcères gastriques et stress</b>	<b>20</b>
4.1 Lien entre les ulcères gastriques et le stress	20
4.2 Prévention des ulcères gastriques	20
<b>5. symptômes du stress chez le cheval</b>	<b>22</b>
5.1 Différentes réactions au stress	22
5.2 Identification des symptômes de stress	23
<b>6. Prévention et évitement du stress au quotidien</b>	<b>24</b>
6.1 Conditions d'élevage et d'alimentation optimales	24
6.2 Coliques et ulcères gastriques comme déclencheurs de stress	24
6.3 L'ennui comme facteur de stress	25
6.4 Maîtriser les situations de stress	26
6.5 Éviter la transmission du stress	27
<b>7. message "Take Home"</b>	<b>28</b>
<b>8. contrôle du stress</b>	<b>29</b>

Pour des raisons de lisibilité, les termes utilisés dans l'ensemble du livre électronique sont neutres du point de vue du genre. Toutes les désignations de personnes s'appliquent à tous les sexes.

## 1. INTRODUCTION

### **Le lien entre l'homme et le cheval est très particulier.**

Le proverbe anglais "Some of my best friends never say a word to me" décrit parfaitement la relation entre l'homme et le cheval : nous communiquons sans mots et nous nous comprenons pourtant. En tant que cavaliers, nous pensons savoir ce que notre partenaire à quatre jambes attend de nous lorsqu'il nous donne une tape affectueuse sur le côté ou quelle est sa nourriture préférée. Mais pouvons-nous vraiment toujours être sûrs que nos chevaux vont bien et se sentent bien ? Ou pourraient-ils être stressés ?

Le stress chez le cheval est un sujet complexe et souvent sous-estimé, qui peut avoir une influence sur la santé physique et mentale de nos chers compagnons équins. Les chevaux sont des êtres très sensibles qui réagissent de manière extrêmement sensible à leur environnement et aux interactions avec leurs propriétaires et leurs congénères. Les différents aspects de l'élevage, de l'entraînement et de la manipulation peuvent être source de stress et avoir ainsi des répercussions importantes sur le bien-être et les performances de l'animal.

### **Les chevaux sont des animaux de fuite par nature.**

Bien que l'homme ait fait du cheval un compagnon fidèle et fiable au cours de l'évolution et de la domestication, les chevaux conservent leur instinct inné de fuite - certains plus que d'autres. En tant que propriétaire de chevaux, il peut donc parfois s'avérer difficile de gérer nos quadrupèdes. Les chevaux réagissent individuellement au stress et peuvent présenter différents comportements. Le tempérament, la confiance et la sensibilité d'un cheval influencent la manière dont il réagit aux situations de stress et dont son instinct de fuite se manifeste. En tant que propriétaires, nous pouvons toutefois prendre des mesures pour minimiser le stress de nos chevaux et leur offrir un environnement agréable.

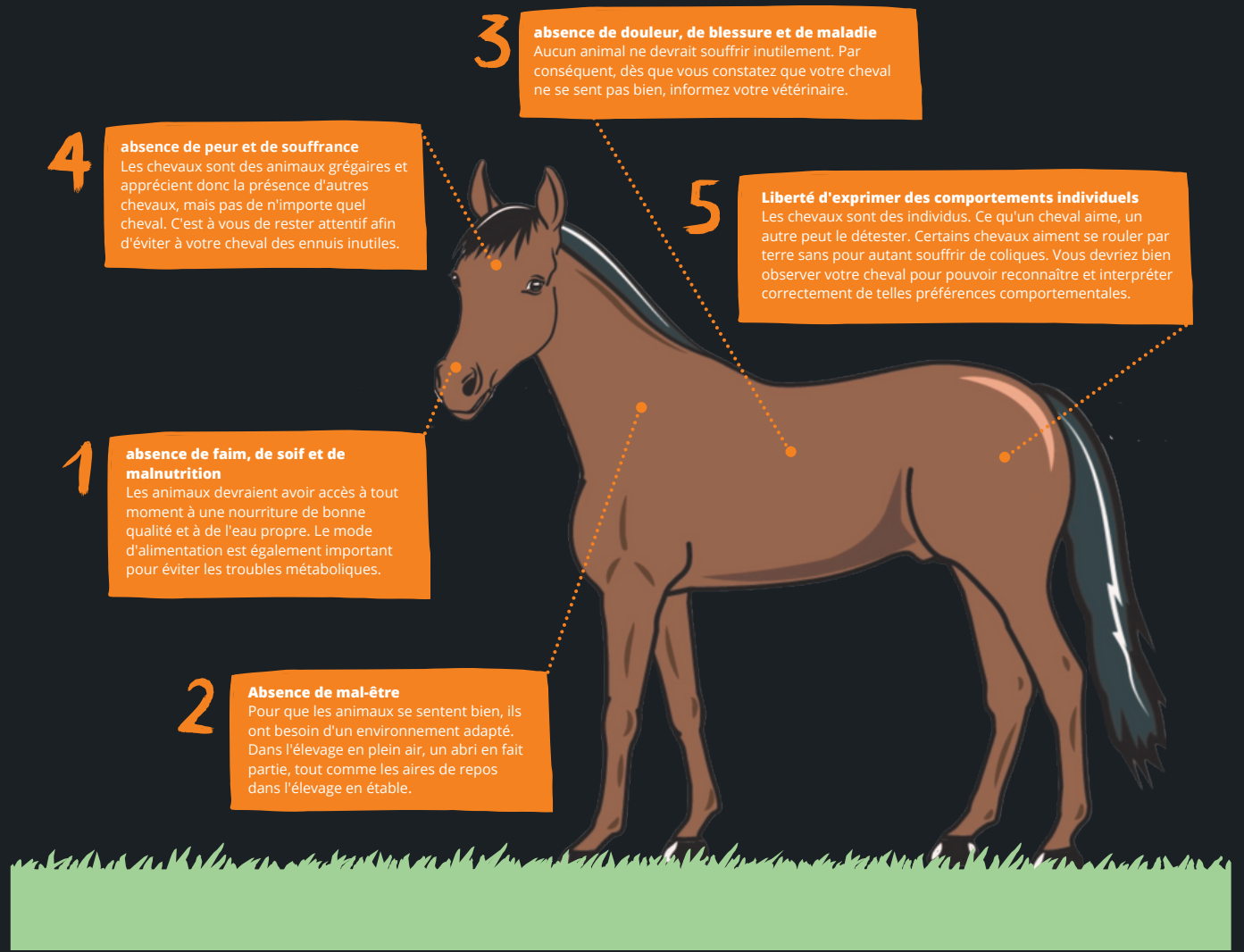
Dans cet e-book, nous allons nous pencher en détail sur la signification du stress chez le cheval, sur la manière de le reconnaître et sur les mesures qui peuvent être prises pour favoriser le bien-être et la qualité de vie de nos chevaux. Le but du jeu, en tant que propriétaires de chevaux responsables, nous voulons nous assurer que nos fidèles compagnons sont heureux et en bonne santé.

## 1.1. LES CINQ LIBERTÉS

Les cinq libertés sont un guide qui décrit les besoins fondamentaux des animaux pour mener une vie conforme aux besoins de leur espèce. Elles incluent la paix de ne pas avoir faim ou soif, de ne pas être mal à l'aise, de ne pas souffrir de douleurs, de blessures ou de maladies, de ne pas être effrayé ou stressé, de ne pas être limité dans ses comportements naturels et de ne pas être isolé socialement. En respectant ces libertés et en veillant à ce que votre cheval soit bien pris en charge dans tous ces aspects, vous contribuez activement au bien-être de votre cher partenaire d'équitation.

### Comment pouvez-vous mettre en œuvre ces libertés ?

Il ne s'agit donc pas seulement de nourrir et de soigner votre cheval, mais aussi de lui offrir un environnement adapté à son espèce, dans lequel il peut se sentir en sécurité, à l'aise et libre. Veillez à ce que votre cheval ait suffisamment d'exercice pour qu'il puisse bouger librement et suivre son comportement naturel. Veillez à ce que des examens vétérinaires réguliers soient effectués afin de détecter et de traiter à temps les problèmes de santé potentiels. Assurez-vous qu'il dispose suffisamment de nourriture et d'eau et que ses besoins d'interaction sociale sont satisfaits.



En respectant les cinq libertés, vous ne montrez pas seulement de l'intérêt pour votre cheval, mais aussi un sens des responsabilités en tant que propriétaire de cheval. Prenez donc le temps de vous informer sur ces libertés et appliquez-les activement dans vos relations avec votre cheval. Cela aura un effet positif sur son bien-être et renforcera vos liens.

Il est important de connaître les comportements naturels et les caractéristiques des chevaux et d'en tenir compte. L'Animal Handling et le Horsemanship sont des concepts courants dans les pays anglophones, qui proposent des recommandations pour un contact avec les chevaux le moins stressant possible. Les directives de l'Alberta Farm Animal Care Association ([afac.ab.ca](http://afac.ab.ca)) et de l'Alberta Equestrian Federation ou encore les "Techniques for Safely Handling Horses" de l'Oklahoma State University en sont un exemple.

## 1.2. COMMENT LES CHEVAUX ÉVACUENT-ILS LE STRESS ?

Dans la nature, les chevaux évacuent le stress par la fuite. Si le cheval est exposé à des situations menaçantes qui lui font peur et le stressent, il y répond par la fuite. Mais contrairement à ce qui se passe dans la nature, les chevaux d'aujourd'hui ne peuvent pas toujours fuir comme ils le feraient instinctivement, par exemple parce qu'ils sont à l'écurie, attachés sur l'aire de pansage ou montés. La fuite n'est généralement pas possible dans ces situations, de sorte que les chevaux évacuent leur stress par d'autres comportements.



### 1.3. COMMENT PUIS-JE SAVOIR SI MON CHEVAL EST STRESSÉ ?

Alors que dans la nature, les chevaux fuiraient dans des situations de stress, ils expriment généralement leur stress en fonction de la situation et de manière individuelle lorsqu'ils sont sous la responsabilité de l'homme. Lorsqu'ils sont attachés, ils peuvent commencer à danser nerveusement sur place, à tirer sur la corde ou à se jeter par terre. Sous la selle, la course est un signe fréquent de stress. Mais le fait de se mettre debout, de se cabrer ou de piaffer fréquemment indique également que le cheval est stressé. Au chapitre 5, nous avons rassemblé d'autres symptômes de stress chez le cheval.

### 1.4. COMMENT RÉDUIRE LE STRESS CHEZ LE CHEVAL ?

Les chevaux sont des animaux avec un emploi du temps très précis et structuré avec des heures fixes pour l'alimentation et l'exercice donne à votre cheval un sentiment de sécurité. Si un changement est imminent, nous devrions donc laisser à nos chevaux le temps de s'adapter à la nouvelle situation et de s'acclimater.

Il est également important de rester calme lorsque vous vous occupez de votre cheval. Après tout, vous ne pouvez pas lui expliquer ce qui se passe. En effet, le monde de votre cheval n'est pas façonné par des mots, mais par des impressions. Il peut s'agir d'impressions visuelles, mais les bruits et les odeurs jouent également un rôle. Votre cheval associe des expériences positives ou négatives à ces impressions.

Par exemple, si votre cheval n'est transporté que lorsqu'il va chez le vétérinaire, il n'associera la remorque pas avec de sentiments positifs, car rien de réjouissant ne l'attend à la fin du voyage - ce qui ne fera que rendre l'embarquement plus difficile. Un entraînement régulier avec la remorque la lui rendra plus familier pour le cheval. Les récompenses peuvent contribuer à ce que le cheval associe la remorque à quelque chose de positif.

Parfois, c'est nous-mêmes qui stressons nos chevaux par notre comportement et certaines idées. Nos idées sur l'environnement parfait pour notre cheval ne correspondent pas toujours aux besoins de nos chevaux. Par exemple, certains chevaux préfèrent être détenus dans un box plutôt que dans une écurie ouverte ou être seuls dans un paddock plutôt que dans un groupe.

D'autre part, les chevaux sont des animaux sociaux et forment des amitiés. Alors, quand il y a des déménagements ou des ventes et que la séparation a lieu, cela peut être un facteur de stress potentiel. Au chapitre 6, vous trouverez des conseils utiles et des indications sur la manière de réduire le stress de votre cheval au quotidien.

## 2. STRESS VS. INSTINCT ET ROUTINE

### 2.1. TRÈS SENSIBLE : LES SENS DE VOTRE CHEVAL

Les chevaux, en tant qu'animaux de fuite, perçoivent leur environnement d'une manière extrêmement sensible et instinctive. Leurs sens sont conçus pour détecter à temps les dangers potentiels afin de pouvoir s'enfuir le plus rapidement possible.

#### Sens de la vue

Les chevaux ont un champ de vision d'environ 340 degrés, ce qui leur permet de voir presque tout autour d'eux. Cette vision grand angle est un vestige de leur développement évolutif en tant qu'animaux de proie. Ils sont toutefois daltoniens et perçoivent le monde en grande partie en nuances de gris. Les mouvements sont détectés particulièrement rapidement, ce qui renforce encore leur capacité à détecter précocement les menaces potentielles. De plus, les chevaux ont une capacité remarquable à percevoir des détails infimes dans leur environnement, comme le vacillement d'un brin d'herbe ou le battement d'un oiseau dans le vent.

#### Sens de l'ouïe

Les chevaux ont une excellente audition. Ils peuvent percevoir des fréquences plus élevées que les humains et perçoivent les sons à grande distance. Les oreilles peuvent être déplacées indépendamment les unes des autres afin de mieux localiser les sons provenant de différentes directions. De plus, les chevaux sont capables de reconnaître les différences les plus subtiles dans les modèles sonores des bruits, ce qui leur permet de faire la différence entre les bruits familiers et les bruits potentiellement menaçants.

#### L'odorat

L'odorat des chevaux est bien développé. Ils peuvent percevoir certaines odeurs à grande distance. Les chevaux utilisent leur odorat pour reconnaître leurs congénères, mais aussi pour détecter la présence de nourriture ou d'eau. En outre, ils sont capables de percevoir les émotions humaines par le biais des odeurs, et peuvent donc également saisir nos humeurs et nos intentions.

#### Le sens du toucher

Le sens du toucher joue un rôle important dans la communication entre les chevaux. Le toucher et le contact physique leur permettent de recueillir des informations sur leur environnement et leurs congénères. Les chevaux utilisent également leur sens du toucher pour percevoir la nature du sol, ce qui les aide à se déplacer en toute sécurité et à éviter d'éventuels dangers. Des capteurs tactiles situés dans les lèvres permettent en outre aux chevaux de reconnaître les différences subtiles de structure de la nourriture. Cela leur permet par exemple de faire la différence entre les plantes toxiques et l'herbe comestible.



Ces sens développés aident les chevaux à reconnaître les dangers et à s'orienter dans leur environnement. Comprendre ces instincts naturels est essentiel pour optimiser les relations avec les chevaux et répondre à leurs besoins en termes d'élevage, d'entraînement et de soins. Nous pouvons ainsi établir une relation harmonieuse avec eux et soutenir au mieux leurs capacités naturelles.

## **2.2. L'IMPORTANCE D'UNE ALIMENTATION SANS STRESS !**

Comme vous le savez certainement, les chevaux sont des animaux d'habitude et ont besoin d'un emploi du temps régulier avec des heures fixes. Ces habitudes sont très importantes pour eux, car elles leur offrent sécurité et stabilité. L'une des activités les plus importantes de la journée d'un cheval est sans aucun doute la prise de nourriture.

Pour garantir le bien-être d'un cheval et éviter le stress, il est donc essentiel que la distribution de nourriture se fasse à des heures habituelles. Les chevaux ont une horloge interne et sont habitués à recevoir de la nourriture à des heures précises. Si cette routine est interrompue ou si la distribution de nourriture est retardée, cela peut provoquer de l'agitation et du stress. Les chevaux sont très sensibles et perçoivent rapidement les changements dans leur emploi du temps.

En distribuant la nourriture de manière ponctuelle et fiable à l'heure habituelle, on peut donc éviter beaucoup de stress. Le cheval se sent en sécurité, car il sait qu'il est nourri régulièrement et de manière fiable. Cela a à son tour un effet positif sur la santé et le bien-être du cheval.

Il convient également de veiller à ce que les rations alimentaires soient équilibrées et adaptées aux besoins individuels du cheval. Une alimentation saine est essentielle pour la santé et les performances du cheval. Outre une distribution ponctuelle des aliments, il convient donc de tenir compte de la qualité et de la composition des aliments.

### 2.3. LA MÉMOIRE DU STRESS

Outre l'objectif de créer un environnement sûr pour les personnes et les animaux, il est également important d'entretenir une relation sans stress avec les chevaux et de s'assurer qu'ils vivent des expériences positives au quotidien.

Revenons à l'exemple du chargement : si un cheval a vécu des expériences négatives, par exemple parce qu'il s'est fait crier dessus et que des personnes se sont précipitées autour de lui, cela se répercutera sur ses futurs chargements. Le cheval associera toujours cela à un stress, et non seulement la situation, mais aussi certains objets, s'inscrivent dans la mémoire du cheval.

La mémoire du cheval est extrêmement spécifique - on pourrait même dire qu'elle est photographique. Un exemple : la scientifique et comportementaliste américaine Temple Grandin rapporte le cas d'un cheval qui a été maltraité dans le passé par une personne portant un chapeau de cow-boy noir. Ce vêtement spécifique s'est gravé dans la mémoire du cheval précisément lors de cette terrible situation - c'est pourquoi l'animal a continué à réagir avec crainte plus tard, lorsque d'autres personnes portaient également un chapeau de cow-boy noir. En revanche, les variations claires ou les casquettes de baseball ne posaient aucun problème au cheval et ne provoquaient aucune réaction négative.



### 3. QU'EST-CE QUI PEUT DÉCLENCHER LE STRESS CHEZ MON CHEVAL ?

Tous les chevaux ne sont pas sensibles au stress de la même manière. Comme nous l'avons déjà mentionné, la sensibilité au stress des chevaux peut dépendre de différents facteurs, notamment de leur prédisposition génétique, de leur expérience et de leur environnement.

Il est donc important de considérer chaque cheval individuellement et de tenir compte de ses besoins et de ses réactions afin de minimiser les facteurs de stress potentiels et de créer un environnement sain. Ci-dessous, nous te présentons neuf situations de stress possibles et ce que tu peux faire pour les rendre moins stressantes.

1. visite chez le vétérinaire



2. promenade à cheval



3. chargement



4. tournoi



5. maréchal-ferrant



6. mise en longe



7. entraînement en extérieur



8. entraînement en salle



9. terrain de pansage



### 3.1 NEUF SITUATIONS DE STRESS POSSIBLES

#### **1** visite chez le vétérinaire

Demain, c'est reparti : la vaccination est au programme. Le rendez-vous est fixé depuis trois semaines déjà et depuis, vous avez un sentiment de malaise dans l'estomac, car vous savez que cela signifie à nouveau du stress pour vous et votre cheval. Votre vétérinaire est certes très sensible et prudente avec votre cheval, mais c'est tout de même un défi à chaque fois.

Dès que vous entrez dans l'écurie, votre cheval sent qu'il va se passer quelque chose. Il se rend compte que vous êtes nerveux et vous savez que votre jument vous tournera le dos dès que vous entrerez dans le box avec votre vétérinaire. C'est pourquoi vous avez déjà mis le licol à l'avance, afin de vous assurer que vous puissiez même l'approcher. Votre jument dresse les oreilles et montre clairement qu'elle n'a pas envie - car elle se doute que cela pourrait être désagréable.

De nombreux chevaux associent la visite du vétérinaire au stress et/ou à la douleur et réagissent par un comportement de fuite. Souvent, ils ne peuvent toutefois pas s'enfuir, par exemple parce qu'ils sont dans leur box, et adoptent à la place des comportements de défense comme se détourner ou mettre les oreilles.

#### **Puis-je m'entraîner avec mon cheval pour que les visites du vétérinaire le stressent moins ?**

Il est difficile de s'entraîner à la visite du vétérinaire pour deux raisons. D'une part, votre vétérinaire n'a probablement pas le temps de passer régulièrement pour montrer à votre cheval qu'il ne lui veut pas de mal et qu'il est en fait une personne gentille. D'autre part, votre porte-monnaie mettrait un jour un veto clair si vous devez payer pour chaque visite d'entraînement du vétérinaire.

Vous pouvez toutefois essayer d'atténuer la peur de votre cheval en restant vous-même calme et en réduisant votre nervosité au maximum. Un "pot-de-vin" de carottes ou de betteraves pendant la visite du vétérinaire peut parfois faire des miracles.

Si tout cela n'aide pas, demander l'aide d'un ami de l'écurie ou de quelqu'un d'autre de l'écurie peut aussi être une bonne solution. Même si c'est vous qui connaissez le mieux votre cheval, avoir quelqu'un avec vous qui n'a pas d'antécédents et qui est un peu plus détaché peut aider dans certaines situations.



## 2 sortie à cheval

Le soleil brille, vous avez pu quitter le travail à l'heure aujourd'hui et votre meilleure amie est au centre équestre en même temps que vous - des conditions parfaites pour une longue promenade à cheval ! Il suffit de sortir, de se détendre et de profiter de quelques longs galops. Vous aimeriez bien seller votre vieux hongre - avec lui, vous savez que tout se passera de manière détendue. Mais votre jeune jument a aussi besoin d'apprendre. À quatre ans et après seulement un quart d'année d'entraînement sous la selle, les promenades à cheval sont encore très excitantes pour elle et vous devez constamment vous attendre à ce qu'elle fasse un pas de côté.

Vous aviez certes imaginé que la fin de la journée serait plus calme, mais c'est l'occasion idéale de t'entraîner avec votre jument. Le hongre expérimenté de votre amie est détendu, vous avez suffisamment de temps aujourd'hui et vous savez bien sûr que les jeunes chevaux doivent apprendre très tôt à faire face à de nouvelles situations. Ce que les chevaux apprennent à un jeune âge, il n'est pas nécessaire de le leur enseigner inutilement plus tard. Et ici, il ne s'agit bien sûr pas de leçons de haut niveau, mais d'apprendre à connaître les situations quotidiennes et à réagir avec calme.

Il est généralement utile pour les jeunes chevaux d'avoir un cheval plus âgé calme avec eux, sur lequel ils peuvent s'appuyer. Vous le constaterez aussi au fait que votre jument est moins excitée. D'habitude, elle baille sans cesse, se met rapidement à gambader et est effrayée lorsqu'elle est seule sur le terrain. Cette fois-ci, c'est différent : elle marche d'un pas plus calme, vous pouvez même lui donner les rênes par moment, sans craindre qu'elle ne s'emballe soudainement ou qu'elle ne saute de côté à la moindre incertitude.

De telles sorties donnent aux jeunes chevaux beaucoup de confiance et d'assurance, et il arrive souvent qu'ils soient déjà plus détendus lors de la sortie suivante et qu'ils puissent être montés de manière routinière et sereine en donnant les rênes.



### 3 chargement

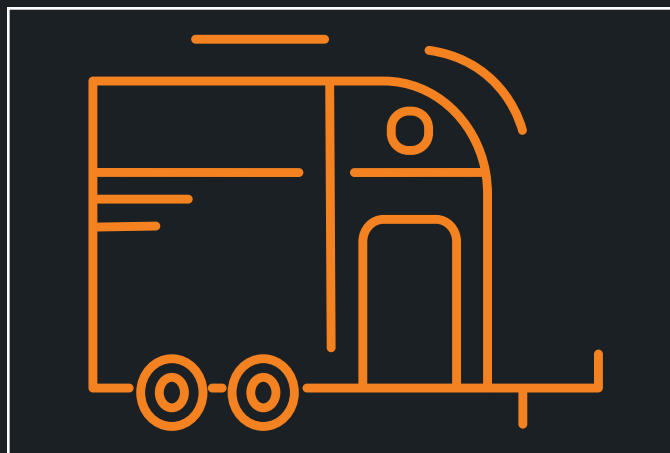
Pour de nombreux chevaux, le chargement et la conduite d'une remorque sont synonymes de stress. Dans la remorque, le cheval est à l'étroit, enfermé et ne peut pas s'enfuir, et en plus le sol bouge sous les sabots. Pour de nombreux chevaux, c'est souvent effrayant.

Si les chevaux n'ont pas appris à monter et à être déplacé dans une remorque lorsqu'ils étaient poulains ou jeunes chevaux, cela peut devenir une épreuve de patience pour l'homme et l'animal. Pour faire monter le cheval dans la remorque, il faut généralement faire preuve de beaucoup de persuasion, et si en plus il y a un rendez-vous à respecter, le stress est inévitable pour tous. Stress pour nous, car nous devons arriver à l'heure, et double stress pour le cheval - car d'une part, il ne veut pas monter dans la remorque et d'autre part, il remarque que nous sommes stressés - une combinaison défavorable.

#### Que puis-je faire pour éviter le stress lors du chargement ?

Les trois mots magiques du chargement sont temps, calme et patience. Le meilleur moment pour s'exercer au chargement est celui où l'on ne doit pas du tout partir avec le cheval - c'est-à-dire quand on n'a pas de rendez-vous et qu'il n'y a pas de pression. Préparez-vous bien :

- Placez la remorque de manière à ce que le côté sur lequel vous voulez charger votre cheval soit proche d'un mur. Ainsi, votre cheval aura une limite latérale et ne pourra pas s'éloigner.
- Saupoudrez la remorque de paille ou de copeaux et place également quelque chose sur la trappe. De nombreux chevaux n'aiment pas marcher sur la trappe "nue".
- Ouvrez la petite porte latérale à l'avant. Les chevaux peu sûrs d'eux montent généralement plus facilement sur la remorque si celle-ci est ouverte vers l'avant.
- Une friandise dans la main, un peu de concentré ou de foin permettent également au cheval d'associer la remorque à quelque chose de positif.





### **Que puis-je faire si mon cheval ne veut absolument pas monter dans la remorque ?**

Il est très important d'avoir de l'aide pour le chargement. Chargez toujours le cheval avec au moins deux personnes - l'une mène le cheval par le licol et l'autre assure la délimitation, le cadre arrière du cheval.

- Ne regardez pas votre cheval lorsque vous le conduisez dans la remorque, mais concentrez votre regard à l'intérieur de la remorque. Si vous regardez votre cheval ou même si vous vous tournez vers lui, il y a de fortes chances qu'il s'arrête.
- La deuxième personne peut, lorsque le cheval est en haut, fermer d'abord la barre puis la trappe.
- Important : n'attachez le cheval que lorsque la barre et la trappe sont fermées. Vous éviterez ainsi que le cheval se déchire en arrière lorsque la trappe et la barre sont encore ouvertes.

Pour donner de l'assurance à votre cheval, il peut aussi être judicieux de placer au préalable un vieux cheval calme dans la remorque. Les chevaux craintifs montent alors plus facilement et se tiennent plus tranquillement sur la remorque pendant le trajet.

Vous pouvez aussi placer la paroi de séparation sur le côté, afin que votre cheval ait plus de place pour monter sur la remorque. Cela facilite l'accès aux jeunes chevaux.

Certaines remorques offrent en outre la possibilité de transformer la trappe en porte. Cela offre aux chevaux une délimitation latérale et les jeunes chevaux préfèrent parfois monter une marche plutôt que de marcher sur le rabat qui n'est pas sûr pour eux.



## 4 tournoi

Lorsqu'un concours est prévu le week-end, il est toujours synonyme d'excitation et de tension. Se lever tôt, aller à l'écurie, préparer le cheval, tout emballer et arriver à l'heure pour l'épreuve. Déclarer que le cheval est prêt à partir, le décharger, le brider, le seller, le monter - le stress peut vite s'installer. A cela s'ajoute l'atmosphère de la compétition. Pour les chevaux inexpérimentés en particulier, cela peut conduire à un tour de piste tendu lors de l'épreuve. Il est donc d'autant plus important de garder son sang-froid avant et pendant l'épreuve.

### **Préparez-vous bien :**

- Faites une liste de tout ce que vous devez emporter pour ne rien oublier.
- Préparez le plus de choses possible la veille - cela évite le stress le matin du départ. Tout ce que vous avez déjà emporté, vous n'aurez plus à y penser le lendemain.
- Préparez un emploi du temps afin de partir à temps avec votre cheval et d'avoir suffisamment de temps pour monter avant l'épreuve.

### **Enlever la pression**

Si vous avez un cheval encore inexpérimenté, ne vous mettez pas trop de pression. Allez au concours avec l'objectif de montrer quelque chose de nouveau à votre cheval et de rentrer chez vous avec un bon sentiment. Moins, c'est souvent plus.

Pour votre cheval, la journée entière sera déjà assez excitante. Les chevaux ont des antennes très fines et plusieurs facteurs se conjuguent lors de journées aussi riches en événements : La tension et l'excitation de l'homme, le chargement et la conduite de la remorque, l'environnement étranger et, bien sûr, l'atmosphère du concours avec ses nombreuses nouvelles impressions et tous ces chevaux étrangers. Cela n'est pas seulement synonyme de stress pour les jeunes chevaux et les chevaux inexpérimentés.

### **Donnez de la sécurité à votre cheval**

A cela s'ajoute le fait que les places d'échauffement peuvent souvent être pleines. Il est donc d'autant plus important, surtout pour les chevaux inexpérimentés ou sensibles, de donner de la sécurité au cheval et d'éviter les situations stressantes. Gardez une distance suffisante avec les chevaux étrangers et essayez plutôt de vous trouver dans des endroits où il y a moins de monde. Ensemble, vous maîtriserez la journée !



## 5 maréchal-ferrant

Tous les chevaux n'ont pas peur des mêmes choses. Mais il y a des situations dans lesquelles de nombreux chevaux ressentent du stress et qui posent problème à l'homme et à l'animal - le rendez-vous avec le maréchal-ferrant en fait partie. Un rendez-vous incontournable pour chaque cheval et pourtant toujours source de stress pour certains d'entre eux : une personne inconnue vient toucher le cheval au niveau du ventre, du dos et des jambes et travaille sur les sabots.

### **Exercez-vous avec votre cheval**

Surtout si le cheval est jeune ou s'il a fait de mauvaises expériences avec le maréchal-ferrant, il faut s'exercer au préalable pour assurer la routine. Un cheval nerveux, qui risque de battre ou de monter, peut représenter un danger tant pour le maréchal-ferrant ou le parqueteur que pour la personne qui se trouve à la tête du cheval.

Habituez votre cheval à se laisser toucher les jambes, le ventre et le dos sans problème. Si vous ne connaissez pas encore très bien votre cheval, vous pouvez commencer par utiliser une cravache pour voir comment il réagit aux contacts sur les différentes parties du corps.

Pour que votre cheval se tienne sereinement sur ses trois jambes pendant le travail du maréchal-ferrant, la pose des sabots doit être familière à votre cheval et se dérouler de manière routinière. Vous pouvez aussi vous entraîner à l'arrêter avec lui, car les jeunes chevaux ne sont souvent pas habitués à ce que le maréchal-ferrant lève les sabots pour les travailler.



### La fuite n'est pas possible

Dans les situations stressantes, les chevaux réagissent généralement d'abord par la fuite. Ce qui est difficile pour et avec les chevaux nerveux chez le maréchal-ferrant, c'est qu'il ne peut pas ou n'a pas le droit d'exprimer cet instinct de fuite. Pour garantir la sécurité du maréchal-ferrant, il est indispensable que le cheval et les personnes qui l'entourent soient sereins.

Les premiers ferrages peuvent également s'avérer dangereux. Le travail du fer, le brûlage avec la fumée qui en résulte et le clouage du fer sont liés au stress et à la peur pour les jeunes chevaux inexpérimentés ou les chevaux aux nerfs fragiles.

Le ferrage peut justement mettre un cheval inexpérimenté en état d'alerte : La fumée déclenche d'abord la peur et la panique chez de nombreux chevaux. La première réaction face à une telle situation dans la nature serait la fuite. Bien que le cheval préférerait s'échapper de la situation, il doit rester immobile et accepter les travaux inhabituels.

Essayez donc d'être un pôle de calme pour votre cheval. Rassurez-le en lui parlant pour le calmer et récompensez-le pour qu'il associe la visite du maréchal-ferrant à quelque chose de positif. Plus les personnes qui entourent le cheval sont sereines, moins le cheval est excité et prêt à s'enfuir, et plus le rendez-vous avec le maréchal-ferrant est détendu.



## **6** mise en longe

Lorsqu'il s'agit de longer, les avis sont partagés. Certains l'intègrent dans l'entraînement hebdomadaire, d'autres préfèrent travailler leur cheval par le haut. La longe est également diversement appréciée par les chevaux. Alors qu'un cheval se laisse super bien aller et travailler à la longe, il y a aussi des chevaux qui s'enfuient constamment à la longe, s'accrochent et repoussent leur dos. Pour et avec ces chevaux, le travail à la longe peut vite devenir stressant.

### **Il faut varier les plaisirs**

Pour pouvoir travailler efficacement les chevaux agités à la longe, il faut du calme et de la variété. Il est important que le longeur soit au centre, qu'il soit un pôle de tranquillité pour le cheval et qu'il fasse des annonces claires et cohérentes.

Intégrez différents changements de rythme dans la séance d'entraînement. Réduisez, agrandissez et déplacez le cercle et sollicitez votre cheval dans sa tête. Des barres au sol permettent également de varier les exercices et d'activer l'arrière-main de ton cheval.

### **C'est le cadre qui compte**

Un point essentiel est votre attitude et votre langage corporel. Comme pour l'équitation, vous devez garder la tension de votre corps et être toujours présent lorsque vous longez votre cheval. Pour bien encadrer votre cheval, le dos de la main de longe, la longe et le mors doivent former une ligne droite. L'autre main ainsi que le fouet et le jarret de votre cheval forment l'autre ligne. Le fouet représente l'aide motrice, tandis que l'aide de la longe représente l'aide acceptante et l'aide cédante.

### **La voix est importante**

Plus que pour l'équitation, l'aide vocale du maître de longe est importante pour le longeur. Même si les parades et le fouet sont responsables de l'aide principale, il est important de soutenir l'aide par une voix calme. C'est justement avec les chevaux nerveux, agités ou tendus qu'une voix apaisante est très efficace lorsqu'il s'agit de donner de l'assurance au cheval et de le calmer.

## **7** entraînement en extérieur

La saison en salle est terminée, il fait beau et le soir, il fait jour longtemps. De nombreux cavaliers préfèrent donc le terrain extérieur lorsque le temps le permet.

Contrairement à la salle, il y a toutefois beaucoup plus de choses sur la place extérieure qui peuvent distraire le cheval et l'empêcher de se concentrer sur son travail. Celles-ci sont multiples et varient d'un cheval à l'autre : du bruissement des feuilles sur les arbres aux flaques d'eau sur le terrain, des chevaux dans le pré d'à côté à l'arrosage du gazon sur le terrain voisin.

### **Comment puis-je savoir que mon cheval est stressé lorsqu'il monte ?**

Si les chevaux sont excités, peureux et ne lâchent pas prise sous la selle, c'est un signe clair qu'ils sont stressés. Mais le stress n'est pas toujours visible de l'extérieur. Si le cheval transpire sans effort, grince des dents ou bat plus souvent de la queue, cela peut indiquer qu'il est stressé. Mais des hennissements fréquents et des diarrhées peuvent également être des signes de stress aigu.

### **Comment réagir lorsque mon cheval est stressé à l'extérieur ?**

Si votre cheval signale qu'il est stressé à l'extérieur sur le terrain, vous devriez réagir avec calme. Ce n'est pas une mauvaise habitude que votre cheval ne lâche pas prise, qu'il court ou qu'il ne se laisse pas mettre la bride, et votre cheval ne le fait pas non plus intentionnellement. Vous devrez donc réagir avec beaucoup de calme et adapter les objectifs pour l'entraînement.

- Répondez à votre cheval et récompensez-le pour qu'il associe l'extérieur à des choses positives. Une voix calme et des caresses et tapotements apaisants de l'encolure du cheval signalent à votre cheval que tout va bien et qu'il peut se détendre.
- Occupez-le pour qu'il ait besoin de se concentrer sur vous et varie l'entraînement.
- Si votre cheval a peur d'un certain objet ou n'aime pas aller dans un certain coin, vous devrez certes le confronter à cela, mais il n'est pas judicieux de passer et repasser par là et peut-être de vous disputer avec votre cheval.

Montrez à votre cheval qu'il n'a aucune raison d'avoir peur en n'évitant pas complètement la situation, mais ne risquez pas non plus de vous disputer en confrontant votre cheval encore et encore à la même chose effrayante.

Parfois, il est bon de ne pas accorder trop d'importance aux choses, car le prochain entraînement peut être tout à fait différent.

## **8** entraînement en salle

Qui n'a jamais fait l'expérience suivante : après le travail, il faut encore aller à l'écurie et faire bouger le cheval - et puis l'entraînement ne se déroule pas comme on l'avait imaginé. Le cheval est tendu, peu relâché et les leçons ne tiennent pas du tout. Pourtant, les progrès de l'entraînement étaient si bons ces derniers temps ! Mais aujourd'hui, votre cheval est tout simplement stressé et sa concentration laisse également à désirer.

### **Est-ce que c'est moi ?**

Soyez honnête, comment s'est passée votre journée ? Le stress que nous avons ou que nous nous créons se transmet à votre cheval. Pouvez-vous travailler de manière concentrée lorsque vous êtes sous tension ? Il en va de même pour votre cheval. Si son esprit n'est pas libre et qu'il n'est pas capable de se concentrer, il est tout simplement plus difficile de travailler. Si vous êtes stressé, votre cheval l'est aussi et une séance d'entraînement efficace peut devenir une épreuve de patience.

### **Travaillez sur vous !**

Si vous constatez que vous êtes stressé et tendu, essayez de maîtriser ta tension et tes émotions. Faites attention à votre respiration, inspirez profondément et expirez à nouveau, et essayez de vous concentrer.

### **De petits pas pour un grand succès**

Souvent, moins c'est mieux. Si votre cheval est tellement stressé dans le manège qu'un entraînement efficace n'est pas possible, vous devriez adapter vos exigences en matière d'entraînement avec votre cheval à la situation. Ne placez donc pas vos objectifs trop haut, car rien n'est plus démotivant qu'un objectif non atteint ou même non-réalisable.

À la fin de la journée, vous et votre cheval sortirez plus satisfaits de l'entraînement si l'objectif était simplement de guider le cheval de manière détendue dans le manège que si vous vous étiez mis en selle et que vous vous étiez accrochés. Il est plus positif et efficace d'atteindre un petit objectif que de stagner devant un obstacle insurmontable - car ainsi, le cheval et le cavalier sortent de l'entraînement avec un sentiment positif.

Si tout cela ne fonctionne pas, vous pouvez toujours arrêter et simplement faire un tour en extérieur avec votre cheval ou le laisser simplement brouter à la main.

## **9** station de toilette

Le grattage des sabots sur la station de toilette : ce que de nombreux cavaliers considèrent comme une mauvaise habitude en cas d'ennui peut être un signe évident de stress. Les stations de toilette sont généralement très animées : les chevaux arrivent, sont pansés, sellés, débouffés et repartis, et les cavaliers ont l'impression de courir sans cesse d'un point A à un point B. Il n'est pas surprenant que cela puisse stresser les chevaux.

### **Comment puis-je savoir si mon cheval est stressé sur le lieu de pansage ?**

Les chevaux sont des animaux de fuite et ont besoin d'échapper à des situations désagréables. Comme les chevaux sont généralement attachés sur l'aire de pansage, ils ne peuvent pas s'échapper, ce qui entraîne un stress pour le cheval.

Vous le reconnaissez à ses yeux écarquillés et à ses narines gonflées. Les chevaux se mettent à danser et à gratter des sabots. Si le stress est extrême pour le cheval, il peut aussi casser la corde ou se jeter par terre. Ce dernier signe est également fréquent lorsque les chevaux ont peur et sont stressés à l'idée d'être sellés.

### **Que puis-je faire si mon cheval est stressé sur la station de toilette ?**

Si les chevaux ne supportent pas d'être attachés sur une station de toilette, il est possible de préparer le cheval dans le box ou éventuellement de choisir un endroit où il y a un peu moins de monde.

Toutefois, le fait de se tenir tranquillement sur la station de toilette devrait également être exercé, car c'est plus relaxant pour tout le monde. Travaillez avec des récompenses, parlez beaucoup avec votre cheval et soyez vous-même détendu. Il est contre-productif de crier sur le cheval lorsqu'il remue les sabots - cela conduit plutôt à plus de stress et de malaise.

Calmez votre cheval et récompensez-le lorsqu'il est attaché sagement et détendu. Essayez de ne pas laisser s'écouler trop de temps entre la toilette et la sellerie. Préparez votre cheval rapidement, mais faites attention à ne pas le stresser.

Si les jeunes chevaux sont très stressés au début sur la station de toilette, on peut par exemple les panser d'abord dans le box et les seller sur la station de toilette ou les panser uniquement sur la station de toilette et les seller ensuite dans le box, afin de réduire le temps passé à la corde en cas d'agitation sur la station de toilette. On peut ensuite prolonger progressivement ce temps pour habituer les jeunes chevaux et leur montrer que la station de toilette n'est pas une mauvaise chose.

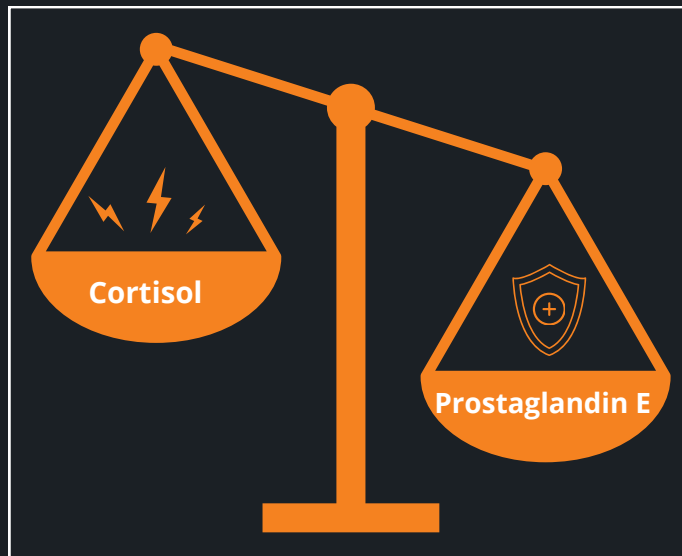
## 4. ULCÈRES GASTRIQUES ET STRESS

### 4.1. LIEN ENTRE ULCÈRES GASTRIQUES ET STRESS

Dans la nature, le stress chez le cheval survient généralement en cas de danger, à la suite de quoi l'instinct de fuite se déclenche. L'hormone cortisol est alors sécrétée en plus grande quantité, ce qui indique au corps de mettre à disposition l'énergie nécessaire à la fuite. Ce faisant, la digestion est notamment ralentie et l'acide gastrique produit en permanence n'est pas suffisamment tamponné.

En même temps, la production de l'hormone prostaglandine E est interrompue. La prostaglandine E est importante pour la production et la régénération de la muqueuse gastrique, qui protège l'estomac des dommages.

L'augmentation du taux de cortisol et le manque de prostaglandine E peuvent entraîner une perturbation de l'équilibre dans l'estomac. La fonction protectrice de la muqueuse gastrique est altérée, ce qui augmente le risque d'ulcères gastriques. Sans prostaglandine E en quantité suffisante, la muqueuse gastrique ne peut pas se régénérer efficacement, ce qui peut entraîner des inflammations et des lésions.



### 4.2. PRÉVENTION DES ULCÈRES GASTRIQUES

Une alimentation et un élevage adaptés aux besoins individuels de votre cheval jouent un rôle décisif dans la prévention des ulcères gastriques.

Le corps de nos chevaux est parfaitement adapté à une vie au pré. Ils trouvent de la nourriture tout autour d'eux, ils peuvent brouter pratiquement en continu et ainsi tamponner l'acide gastrique qu'ils produisent en permanence. Mais en présence de l'homme, il y a quelques défis à relever : Un pâturage n'est pas toujours disponible, que ce soit en voyage, pendant l'hiver ou en cas de mauvais temps.



Il est donc essentiel que le fourrage grossier riche en fibres soit toujours disponible en quantité suffisante. D'une part, pour que l'acide gastrique produit en permanence soit occupé à la digestion et n'attaque pas soudainement les parois de l'estomac - car ces lésions de la muqueuse gastrique peuvent finalement entraîner des ulcères gastriques.

D'autre part, le fourrage grossier doit être soigneusement salivé par votre cheval en raison de sa structure riche en fibres. Ainsi, davantage de salive contenant du bicarbonate arrive dans l'estomac, ce qui agit comme un tampon sur l'acide et freine son action. De plus, le fourrage grossier reste un certain temps dans l'estomac.

Tout cela ne s'applique pas aux aliments concentrés, ou seulement dans une certaine mesure. Ils sont moins structurés et ne doivent donc pas être mâchés aussi soigneusement, ce qui fait que moins de salive que d'aliments parvient dans l'estomac.

En outre, la structure réduite des aliments concentrés entraîne un autre problème : une boule se forme dans l'estomac du cheval, que l'acide gastrique a du mal à pénétrer.

Les aliments concentrés protègent donc moins efficacement l'estomac contre leur propre acidité que les fourrages grossiers. C'est pourquoi un cheval devrait d'abord manger du fourrage grossier afin de créer une base solide avant de recevoir des aliments concentrés.

Le cas échéant, le fourrage grossier devrait être complété par un aliment minéral approprié.

Il convient d'éviter les longues pauses entre les repas ou les heures de repas irrégulières afin de garantir une production de salive élevée pour neutraliser l'acidité gastrique et minimiser le stress.

Le stress devrait généralement être évité chez votre cheval, car il favorise l'apparition d'ulcères gastriques. Les plus grands déclencheurs de stress pour les chevaux se trouvent dans l'attitude et les relations avec l'homme, ce qui inclut également l'équitation.

Veillez à faire des pauses régulières entre les séances d'entraînement. En effet, lors d'un effort intensif, l'activité digestive est réduite et l'apport sanguin diminue, tandis que, dans le même temps, les sucs gastriques s'écoulent dans la partie de l'estomac du cheval dépourvue de glandes.

Malheureusement, de nombreux propriétaires de chevaux se rendent compte trop tard que l'alimentation ou l'attitude de leur cheval n'est pas optimale ou qu'il souffre de stress, ce qui fait que les ulcères gastriques passent généralement inaperçus. Même après un traitement réussi, les ulcères gastriques réapparaissent souvent. C'est pourquoi il est toujours important de prévenir l'apparition d'ulcères gastriques par une alimentation riche en structures et équilibrée et de minimiser autant que possible les facteurs de stress possibles pour le cheval concerné.



## 5. LES SYMPTÔMES DU STRESS CHEZ LE CHEVAL

### 5.1. DIFFÉRENTES RÉACTIONS AU STRESS

Le stress n'est pas toujours immédiatement reconnaissable, car tous les chevaux ne présentent pas des symptômes clairs comme ceux de la gale ou de la fourbure par exemple. Les facteurs de stress peuvent avoir des origines très diverses. Souvent, le stress est une conséquence de l'attitude du cheval, mais l'entraînement, le surmenage général ou une sensibilité accrue du cheval peuvent également être à l'origine du stress.

Les chevaux réagissent très différemment au stress. Alors qu'un cheval réagit de manière agressive, un autre peut se figer ou fuir dans la même situation. Au travail, par exemple sous la selle ou à la main, le stress est souvent plus facile à détecter que lorsque le cheval est à l'écurie ou au pré.

D'une part, cela s'explique par le fait que nous avons alors le cheval directement avec nous et que nous pouvons donc constater un changement dans sa nature, comme par exemple une tension, une bouche ferme et des yeux levés, des difficultés à monter ou une agitation permanente avec une queue qui remue et un risque permanent d'explosion.

D'autre part, il faut une observation plus longue et plus précise pour déterminer si le cheval est stressé par son environnement et son attitude, car les chevaux ne le montrent pas toujours clairement et changent souvent de comportement lorsque le propriétaire s'approche.

En tant que propriétaire concerné d'un cheval souffrant d'ulcères gastriques, on entend et on lit régulièrement que les facteurs de stress doivent être éliminés. Le problème est que l'on ne sait pas quels sont les facteurs déclencheurs du stress du cheval.

Il faut donc prendre le temps de découvrir pourquoi le cheval est stressé. Si le cheval est stressé parce qu'il se trouve à côté d'un autre cheval dans son box, il est souvent facile de s'en rendre compte lorsqu'il montre clairement un comportement défensif.

Il peut être utile d'essayer et de tester ce qui aide le mieux le cheval. Toutefois, il ne faut pas changer de centre équestre et constater, après le cinquième changement d'écurie en un an, que rien ne change.

## 5.2. IDENTIFICATION DES SYMPTÔMES DE STRESS

L'identification du stress chez le cheval nécessite une observation attentive des comportements, du langage corporel et des signes physiques. Voici quelques indices qui peuvent indiquer qu'un cheval est stressé :

### 1. changements de comportement :

- nervosité ou agitation excessive
- tendance fréquente à fuir ou à être effrayé
- Comportement agressif envers les congénères ou les humains \* Retrait et isolement social
- Diminution de la concentration pendant l'entraînement
- Grincements de dents
- Augmentation des coups de queue

### 2. signes physiques :

- transpiration sans raison apparente
- Tensions musculaires ou tremblements remarquables
- perte d'appétit ou broutage excessif
- Changement de posture, comme une tête baissée
- légères coliques
- ulcères d'estomac
- Ecoulement de selles et/ou diarrhée

### 3. changements dans le comportement alimentaire

- diminution de la consommation de nourriture ou pauses remarquables dans l'alimentation
- alimentation hâtive ou détournement excessif de la nourriture

### 4. modification de l'activité

- Moins de disposition à l'exercice ou agitation accrue
- Modification du rythme de marche ou diminution de la performance

### 5. modification de la communication

- Modification des vocalisations, par exemple augmentation ou diminution des hennissements
- Jeu d'oreilles modifié, par exemple oreilles constamment en arrière

### 6. modifications du comportement de sommeil

- Manque de sommeil ou fatigue excessive
- sommeil agité ou réveils fréquents

## **6. PRÉVENTION ET ÉVITEMENT DU STRESS AU QUOTIDIEN**

### **6.1. CONDITIONS D'ÉLEVAGE ET D'ALIMENTATION OPTIMALES**

Le stress chez les chevaux peut être dû non seulement à la manière dont ils sont traités, mais aussi à la gestion quotidienne et aux maladies. La prévention est donc essentielle. Une alimentation équilibrée et une eau potable suffisante sont déjà un bon début.

L'exercice est bien sûr aussi important pour votre cheval. Dans le contexte des coliques, l'exercice est souvent mentionné comme une mesure préventive. C'est tout à fait correct, car malgré leur capacité d'adaptation à une vie au pré, il existe encore un potentiel d'amélioration dans l'anatomie de votre cheval.

L'intestin, par exemple, manque des fixations nécessaires dans l'abdomen, ce qui peut entraîner des problèmes. Les gaz accumulés, les liquides ou les boulettes de nourriture peuvent entraîner la poussée de certaines parties de l'intestin dans des zones indésirables. Un exercice prolongé sous forme de promenade peut contrecarrer ce phénomène et faire en sorte que les gaz puissent s'échapper et que la nourriture continue à être digérée.

### **6.2 LES COLIQUES ET LES ULCÈRES GASTRIQUES COMME DÉCLENCHEURS DE STRESS**

Comme nous l'avons déjà mentionné, la visite chez le vétérinaire et le transport vers une clinique vétérinaire sont des événements stressants dans la vie de votre cheval. Mais la véritable cause principale de ce stress sont les maladies elles-mêmes.

Les coliques et les ulcères gastriques font partie des maladies les plus fréquentes chez le cheval et peuvent être extrêmement douloureuses - et la douleur est synonyme de stress pour le cheval.

Les chevaux qui souffrent de coliques, par exemple, peuvent transpirer abondamment ou se rouler par terre de manière agressive - ce sont des réactions du corps pour faire face à la situation d'une manière ou d'une autre. Ce stress peut conduire le cheval à se comporter de manière agressive. En cas de coliques légères, une promenade lente peut contribuer à distraire votre cheval et à raccourcir le temps d'attente avant l'arrivée du vétérinaire.

### 6.3 L'ENNUI COMME FACTEUR DE STRESS

On oublie parfois que l'exercice n'aide pas seulement à lutter contre les coliques, mais qu'il est également bon en général. Votre cheval ne peut en effet pas fixer toute la journée les murs de son box dans l'écurie. C'est justement dans une telle situation, où votre cheval veut absolument faire quelque chose mais ne peut pas, qu'un stress actif apparaît.

Il est important de répondre aux besoins fondamentaux de votre cheval, à savoir faire suffisamment d'exercice et passer du temps avec d'autres chevaux. Mais vous ne devez pas non plus sous-estimer votre importance en tant que personne de référence.

En effet, vous devez aussi être bien pour pouvoir vous occuper correctement de votre cheval et percevoir ses particularités. En fin de compte, votre cheval veut simplement profiter du temps passé avec vous. Cet aspect est souvent négligé : En tant qu'être humain, vous ne faites pas de la figuration, mais vous êtes un élément important de la relation entre l'homme et le cheval.

Seule une bonne relation permet d'éviter le stress - ou du moins de le réduire dans les situations exceptionnelles.



## 6.4 MAÎTRISER LES SITUATIONS DE STRESS

Au quotidien, une cohabitation harmonieuse devrait aller de soi, mais elle est d'autant plus importante dans les situations exceptionnelles. Un exemple classique est la visite chez le vétérinaire. Le cheval se sent déjà mal et cette visite vient s'y ajouter. C'est bien sûr encore plus important lorsque vous devez emmener votre cheval à la clinique vétérinaire. Dans ces moments-là, vous êtes le soutien émotionnel.

Et pas seulement dans ces situations : les bruits forts comme les cris et les appels ainsi que les mouvements frénétiques sont tabous. Restez toujours à portée de vue de votre cheval. Si ce n'est pas possible, faites en sorte qu'il soit au courant de votre présence.

N'oubliez pas que votre cheval est un animal de fuite. S'il perçoit un bruit ou un mouvement du coin de l'œil comme une menace, il voudra toujours s'enfuir. Ce comportement assure sa propre survie.

Ce qui est correct et ne pose aucun problème dans les vastes prairies peut entraîner des blessures pour l'homme et l'animal dans des écuries ou des remorques étroites. Et cela prend aussi du temps. Si votre cheval panique une fois, il faut environ une demi-heure pour qu'il se calme et que vous puissiez continuer à travailler avec lui. Garder son calme permet donc aussi de gagner du temps.

Peu importe à quel point vous vous occupez de votre cheval pendant le trajet vers la clinique vétérinaire, c'est dans tous les cas stressant et inévitable. Les situations occasionnellement stressantes ne constituent toutefois pas un problème majeur.

Dans la vie de tous les jours, il peut toutefois y avoir des situations qui génèrent du stress sur une plus longue période. Vous avez des voisins que vous n'aimez pas particulièrement ? Même entre chevaux, il peut arriver que deux chevaux ne se supportent pas. Pour éviter une confrontation durable, il convient de les placer à une certaine distance l'un de l'autre.

## 6.5 ÉVITER LA TRANSMISSION DU STRESS

Lorsque nous sommes stressés, ce stress se transmet généralement aussi à nos chevaux. Toutefois, il est souvent difficile de savoir qui est à l'origine du stress de l'autre. Il est toutefois clair que le stress se transmet aussi bien du cheval à l'homme que de l'homme au cheval.

Les cavaliers tendus vont souvent de pair avec des chevaux tendus et non détendus. Cela conduit souvent à un cercle vicieux, car le cavalier stressé se tend de plus en plus et transmet ainsi la tension au cheval, ce qui entraîne à son tour encore plus de stress chez le cheval.

C'est pourquoi nous devrions toujours nous rappeler que nous devons nous détendre dans nos rapports avec nos chevaux et ne pas emporter notre stress quotidien dans l'écurie.

Parfois, nous devons aussi réduire un peu nos attentes vis-à-vis de nos chevaux afin d'avoir à nouveau un cheval détendu et relâché. Car ce n'est qu'alors que la communication entre le cavalier et le cheval peut à nouveau fonctionner sans problème.



## 7. A RETENIR

Cinq choses dont vous devez tenir compte dans vos relations avec votre cheval :

1	Les chevaux sont des animaux de fuite. Dans une situation de panique, même les animaux bien entraînés sont difficilement contrôlables.
2	La manière dont vous vous approchez de votre cheval est très importante. Les chevaux ont juste devant leur nez et juste derrière eux des zones qu'ils ne peuvent pas voir directement. Pour éviter de l'effrayer et de le blesser en le renversant ou en lui donnant des coups de pied, il est recommandé de l'approcher latéralement, de préférence en se concentrant sur son épaule.
3	Pour éviter le stress avec les animaux de fuite, il faut également éviter les bruits forts et soudains, y compris le ton de ta voix lorsque vous interagissez avec votre cheval. Évitez de "faire du bruit". Au lieu de cela, communiquez dans un langage calme. Ainsi, l'animal sait qui se déplace dans son environnement. Il convient également d'éviter les mouvements brusques de la part de ceux qui travaillent avec les animaux.
4	Les chevaux sont très sensibles au toucher.
5	Sécurité - L'objectif du horsemanship ou du travail sans stress avec les chevaux n'est pas seulement d'éviter le stress de l'animal, mais aussi de créer un environnement sûr pour l'homme et l'animal. Cela commence par un positionnement correct, voir point 2.

## 8. CONTRÔLE DU STRESS

	<b>Points</b>
<b>1</b> Quelle est la tâche principale de votre cheval ?	<b>0</b>
<input type="checkbox"/> Cheval de loisir	<b>1</b>
<input type="checkbox"/> Poulain ou jeune cheval	<b>2</b>
<input type="checkbox"/> Cheval de compétition	<b>3</b>
<input type="checkbox"/> Cheval de course	
<b>2</b> Dans quel entraînement se trouve actuellement votre cheval ?	<b>0</b>
<input type="checkbox"/> Exercice normal	<b>1</b>
<input type="checkbox"/> Entraînement de développement	
<b>3</b> A quelle fréquence votre cheval participe-t-il à des concours ?	<b>0</b>
<input type="checkbox"/> Jamais	<b>1</b>
<input type="checkbox"/> 1-2 tournois par mois	<b>2</b>
<input type="checkbox"/> Plus de 2 tournois par mois	
<b>4</b> À quelle fréquence votre cheval est-il transporté ?	<b>0</b>
<input type="checkbox"/> Seulement si nécessaire (déménagement, vétérinaire)	<b>1</b>
<input type="checkbox"/> 1-2 transports par mois	<b>2</b>
<input type="checkbox"/> Plus de 2 transports par mois	
<b>5</b> Comment se présente l'élevage de votre cheval ?	<b>0</b>
<input type="checkbox"/> Élevage en stabulation libre	<b>1</b>
<input type="checkbox"/> Détention en boxes avec accès au pâturage	<b>2</b>
<input type="checkbox"/> Détention en boxes sans accès au pâturage	
<b>6</b> A quelle fréquence votre cheval change-t-il d'écurie ?	<b>0</b>
<input type="checkbox"/> Jamais	<b>1</b>
<input type="checkbox"/> Au maximum tous les 5 ans	<b>2</b>
<input type="checkbox"/> Chaque année, environ une fois	
<b>7</b> Quelle quantité d'aliments concentrés reçoit votre cheval ?	<b>0</b>
<input type="checkbox"/> Faible ration journalière (< 2 kg)	<b>1</b>
<input type="checkbox"/> Ration journalière normale (2-4 kg)	<b>2</b>
<input type="checkbox"/> Ration journalière plus élevée (> 4 kg)	
<b>8</b> A quel point votre cheval mange-t-il bien ?	<b>0</b>
<input type="checkbox"/> Prise alimentaire normale	<b>1</b>
<input type="checkbox"/> Refus de manger	
<b>9</b> Votre cheval présente-t-il un ou plusieurs des symptômes mentionnés ?	<b>1</b>
<input type="checkbox"/> Pelage terne	<b>2</b>
<input type="checkbox"/> Coliques fréquentes	<b>1</b>
<input type="checkbox"/> Salivation	<b>1</b>
<input type="checkbox"/> Diarrhée	<b>1</b>
<input type="checkbox"/> Comportement apathique ou nerveux.	<b>1</b>

### Voici comment cela fonctionne :

Cochez les réponses qui s'appliquent à votre cheval et additionnez tous les points de ces réponses à la fin. Qu'est-ce que votre cheval est ?

Chaussette cool (< 4 points) : Le niveau de stress du cheval n'est pas inquiétant.

Encore (tout) dans la zone verte (4 - 9 points) : Le niveau de stress du cheval est légèrement élevé.

Le stress est mon deuxième prénom (> 9 points) : Le niveau de stress du cheval est nettement plus élevé.