

Inhalt

Geleitwort von José Arce	10
Vorwort	12
Einleitung: Vom Glück des Lebens mit einem Hund	16
Der Himmel hat einen neuen Stern	18
Hundemama mit 70?	23
Körperliche und geistige Fitness	25
Vorsorge treffen für den „Ernstfall“	26
Hundepatentante	27
Der Entschluss	28
Warum ein Hund gut für Senioren ist	30
Wenn ich das alles gewusst hätte ...	32
Ein neuer Hund?	34
Es hat gefunkt – die richtige Züchterin	37
Die Geburt der Welpen	41
Wer von den 10 Welpen ist Frieda?	46
Warum wieder ein Berner Sennenhund?	52
Welche Hunderassen sind besonders für Senioren geeignet?	54
Dieser Hund passt nicht in unser Leben	56
Hund in der Etagenwohnung	56
Berufstätigkeit von Herrchen & Frauchen	57
Urlaubswünsche	58

Vorbereitung auf Frieda – mein Traumhund	61
Von Anfang an ein gutes Team: Erziehung mit Bauchgefühl	64
Frieda abholen – in ein welpensicheres Zuhause	67
Welpensichere Wohnung und Dachterrasse	78
Mindset I: Hundemama mit Souveränität und Intuition	82
Alle lieben Frieda: Tauffeier mit Nachbarn und Freunden	85
Eine turbulente Welpenzeit	88
Bindung schaffen	88
Den Alltag strukturieren	92
Stubenreinheit	93
Alleinbleiben	95
Spazierengehen	97
Ernährung	102
Ruheinseln	106
Regeln lernen	108
Spielen	111
Zerstörungswut? – Welpensichere Wohnung (Fortsetzung)	112
Spitze Welpenzähnchen	117
Autofahren	119
Respekt zeigen	120
Die „schlimmen“ 5 Minuten	122
„Müllschlucker“	123
Büroarbeit	124
Hundeschule	126
Tierarztbesuch	128
Besuch beim Hundefriseur	130
Zum ersten Mal im Hotel	132
Weihnachten feiern	136

Der Unfall – Umgang mit dem Ernstfall	138
Unser erster Urlaub an der Ostsee	143
Frieda wird ein Junghund – Pubertät und erste Läufigkeit 149	
Frieda braucht Gesellschaft – gehen wir in die Hundeschule?	152
Begegnungen mit anderen Hunden	156
Begegnungen mit Joggern, Fahrradfahrern, Fußgängern, Autos und anderen ungewöhnlichen Fahrzeugen	157
Kontakt mit Besuchern und Kindern: Darf ich den mal streicheln?	159
Der große Schock – Anti-Giftköder-Training	161
Frieda wird erwachsen – Entspannung	163
Scheinschwangerschaft und Kastration	168
Und dann endlich die Kastration	172
Und nun noch mal: Pubertät	175
Mindset II: Hundemama mit Kraft, Humor, Geduld, Ausdauer und Durchhaltevermögen	177
Lebe deinen Traum: Ferien in Armentarola	180
Spaziergänge – Ein Junghund erobert die Welt	185
Wir machen es aus eigener Kraft	190
Veränderungen	191
Wir üben noch	193
Mindset III: Souveränität und Intuition bei Hundeverbegegnungen	198
Waldspaziergänge: Auf dem Weg zum Dreamteam	201

Resümee und Ausblick: Mein Traumhund	210
Auswahlbibliographie	214
Internetseiten	215
Danke	216
Zu den Autorinnen	220