



↖
Kom weer terug
in ritme & routine
in 2026!

De checklist voor een frisse start




WOOF
Ritme & Routine

De checklist voor een frisse start

Het nieuwe jaar 2026 is begonnen!

Tijd om terug te komen in een **ritme & routine** voor de **gezondheid** van jouw maatje. Misschien zijn de dagen wel lang, donker, koud & nat. Wij hebben de **tips** voor jou om het jaar weer samen goed van start te gaan.

Onze Winter favoriet: Schapenvet met kurkuma - bites

Natuurlijke
ontstekings-
remmer



Ondersteunt
gezonde
gewrichten

Wil jij wekelijks op de hoogte gehouden worden voor **meer tips, weetjes en advies**? Volg ons dan op social media @woofnl of meld je aan voor onze nieuwsbrief. Inschrijven op de nieuwsbrief kan via [woof.com](https://www.woof.com)

[WOOOF.COM](https://www.woof.com) • BARK@WOOOF.COM • 085-0653696

Doe jij mee?
Tip: kies iedere
week één doel

WOOF-Winter checklist!



Vaste eetmomenten

Back to the basics: breng de vaste voertijden weer terug. Honden houden van voorspelbaarheid; het verlaagt hun stressniveau.

Wist je dat?

Een hond kan in de winter soms iets meer calorieën nodig hebben om zichzelf warm te houden, maar alleen als hij veel buiten is. Voor de gemiddelde "huismus" is de normale portie vaak genoeg! Twijfel je? Bel gratis onze voedingsexperts voor meer advies.



De "anti-zout" routine

De strooiwagens rijden weer, en dat is minder fijn voor de pootjes.

- **Pootjes-APK:** spoel na elke wandeling de pootjes af met lauw water om pekels en zout te verwijderen.
- **Pro-tip:** smeer de kussentjes in met een beetje balsem of kokosolie tegen kloofjes.

Grappig weetje:

Honden zweten alleen via hun tong en hun pootjes. Die voetzolen zijn dus belangrijker dan je denkt!



Word een wandelende kerstboom

Ja, kerst is voorbij... Maar zorg dat je buiten goed verlicht bent. Check de batterijen: werkt dat lichtgevende halsbandje nog? En zorg natuurlijk ook goed voor jezelf. Wees zichtbaar door bijvoorbeeld reflecterende kleding te dragen.

WOOF-Winter checklist!



Nieuw jaar, nieuwe kunstjes

Regent of sneeuwt het pijpenstelen? Blijf lekker binnen, maar zet het brein van jouw hond aan het werk.

- **Keukenkastje-speurtocht:** Verstop brokjes in een lege eierdoos of rol ze in een oude handdoek.
- **Nieuw jaar, nieuwe truc:** Leer je hond deze maand één nieuw kunstje, zoals "poot" of "opruimen".

Wist je dat?

10 minuten hersenwerk staat gelijk aan een lange wandeling!



Hydratatie-check

In de winter vergeten we vaak te drinken, en dat geldt ook voor honden.

- **Vers water:** Door de centrale verwarming is de lucht in huis droger. Zorg dat de waterbak altijd vol en fris is.
- **Lauwwarm diner:** Voeg een klein scheutje warm water toe aan de droge brokjes. Dat ruikt lekkerder én zorgt voor extra vochtinname.

Winters weetje

Ik slaap meer in de winter. Bij de kachel is mijn favoriete plekje! Ook houd ik van bevroren grassprietjes. Dit zijn net ijsjes! Alleen prikken dit soms wel in mijn maag. Niet heel handig dus...



Altijd op de hoogte blijven van het laatste nieuws?



@woofnl



WOOF Geperst Hondenvoer



@woofhondenvoer