

# Alimentation

## Courir plus pour manger plus !

Les humains ne sont pas les seuls à avoir des soucis de poids et de sédentarité. La question se pose également pour les lapins de compagnie. Il est important de bien gérer les quantités de nourriture afin d'éviter les déséquilibres et les prises de poids responsables, par la suite, de maladies chroniques.

### Le régime de base

Si vous vous reportez aux pyramides de l'alimentation présentées dans notre numéro précédent (page 22, TAP-TAP n°3), vous avez déjà une bonne vision d'ensemble de ce que doit manger chaque jour votre lapin. Le régime le plus fréquent (foin + verdure + granulés) est souvent quantifié en pourcentage du poids du lapin :

Granulés = 2 à 3%

Verdure = 10% répartis sur deux repas (matin et soir)

Le foin, quant à lui, doit être distribué à volonté.

Ceci vous donne une bonne base pour débiter mais vous pouvez ensuite faire évoluer ces quantités en fonction de la santé et de l'activité de votre lapin. En effet, les besoins du lapin sont directement liés à son mode de vie et il n'existe pas de règle absolue applicable à tous les lapins. Comme nous, les lapins ne sont pas égaux devant la



Le foin doit être en libre accès pour que le lapin puisse y chercher le brin qui a sa préférence. Un râtelier trop rigide ou aux barreaux trop proches peut détourner le lapin de son foin car il demande beaucoup d'efforts pour peu de résultats.

prise de poids ; ils ne sont donc pas égaux non plus devant la gamelle.

### Pour bien débiter

Tout d'abord, pour fixer les quantités parfaites pour votre lapin, vous devez définir son

poids idéal. Bien évidemment, il n'est question ici que des lapins adultes, c'est à dire de plus de 6-8 mois, voire un an pour les géants. Les besoins des lapins plus jeunes étant différents, ils ne seront pas abordés. Lors de la consultation vaccinale, discutez avec votre vé-





Deux gabarits différents mais un même menu. Lulu étant bien plus active que Bip, elle consomme plus d'énergie. Ceci compense la différence de taille. La cohabitation au moment des repas ne pose pas de souci.

térinaire du poids de votre lapin. Si sa silhouette semble parfaite, ce poids servira de base. S'il est un peu enrobé ou, au contraire, un peu maigrichon, le vétérinaire déterminera avec vous un objectif à atteindre. C'est ce poids idéal et non le poids actuel qui vous servira de base de calcul. En effet, si vous faites vos calculs sur la base de son poids réel et pas de son poids idéal vous allez obtenir exactement le contraire de ce que vous cherchez. Vous donnerez trop au lapin déjà en surpoids et pas assez au lapin trop mince ! Attention, il n'est pas question de chercher à rendre tous les lapins longilignes. Ils ne sont pas tous destinés à avoir l'élégance d'un lièvre ou d'un garenne. Certaines rondeurs ne sont pas des signes de surpoids. Le fanon des lapines, par exemple, disparaît ou diminue fortement après la stérilisation. Des lapines très fines et musclées peuvent avoir un fanon proéminent. Les lapins béliers, quant à eux, sont généralement trapus. Ce qui leur donne une allure pa-taude et grassouillette mais n'est

pas forcément lié à un excès de poids. Lorsque vous déterminez le poids idéal, gardez bien en tête les caractéristiques de votre lapin. On ne transforme pas un bélier en lapin de garenne en lui appliquant le même régime. Les humains ont sélectionné les lapins au fil des siècles pour obtenir des physionomies juvéniles plus rondes.



Les lapins de petite taille sont souvent les plus énergiques. Ils ont donc besoin d'un apport calorique plus important. Paradoxalement, ce sont donc eux qui peuvent le plus facilement avoir droit à des légumes racines. Attention cependant, à réduire les quantités si leur activité diminue avec l'âge.

Certains lapins ont également une tendance à avoir la peau qui tombe ou plisse façon Shar-peï ce qui leur donne une apparence grassouillette ne correspondant pas forcément à la réalité. Il faut donc accepter les rondeurs naturelles de votre lapin, tout en veillant à ce qu'une petite couche de graisse ne s'y ajoute pas. Un lapin très musclé sera également plus lourd, à volume égal, qu'un lapin peu musclé. Il faut donc peser, observer et toucher le lapin pour définir son poids idéal.

Ne vous laissez pas non plus influencer par l'avis des autres. Une personne n'ayant jamais vu de lapin bélier va forcément le trouver rond. Ne vous braquez pas sur le fait que vous avez lu qu'un lapin bélier doit faire tel poids et un lapin nain tel autre. Ce sont des règles applicables aux lapins de concours, c'est à dire à des lapins qui vivent en clapier ou en cage et font peu d'exercice. Si votre lapin vit en liberté, il est obligatoirement beaucoup plus musclé

et donc plus lourd. Pas parce qu'il est trop gros mais parce qu'il est en meilleure forme ! De plus, un grand nombre de lapins, sinon la très grande majorité, ne correspondent pas du tout aux standards.

Vous devez aussi évaluer son activité physique. Si votre lapin passe ses journées couché sur votre canapé, il n'aura pas droit à un régime alimentaire de sportif. Si, au contraire, c'est un véritable marsupilami qui bondit et court de pièce en pièce, poursuit le chat, grimpe partout et adore jouer, il pourra bénéficier de quelques largesses. D'où le titre de cet article : pour manger plus, il faudra courir plus ! Parfois, la ration de votre lapin est parfaite mais votre lapin ne faisant aucun effort physique, il va tout de même prendre du poids au fil des années. Avant de mettre un lapin au régime, il faut donc revoir son hygiène de vie dans son ensemble et le pousser, si besoin, à se bouger le popotin ! On ne peut pas garder la ligne en se contentant d'allers-retours entre la gamelle et le bac à litière. Il faut sauter, courir, grimper, jouer ! Vous avez défini le poids idéal ? C'est parti pour établir les quantités !

### Calculer les quantités

Si le poids de votre lapin a été jugé idéal par votre vétérinaire, cela ne signifie pas obligatoirement qu'il n'y a pas de modifications à faire. Vous pouvez optimiser la part de foin et de verdure et diminuer, voire supprimer les granulés.

La quantité de foin est souvent définie comme « à volonté », le souci c'est que ce n'est pas parce que vous en distribuez « à volonté » que votre lapin en mange



suffisamment. Le gaspillage est très fréquent et il n'est pas rare que le lapin finisse par ne manger qu'une toute petite part de ce que nous lui distribuons. C'est pour cette raison que l'on précise souvent que le volume de foin ingéré doit correspondre grosso modo au volume du corps du lapin. Formez une boule non compressée de la taille du corps de votre lapin pour visualiser ce que cela représente. C'est l'objectif de

consommation de votre lapin.

S'il en est très loin, diminuez progressivement les granulés ou supprimez-les.

Si l'objectif est presque atteint, diminuez ou supprimez les granulés également.

Si l'objectif est atteint, c'est que votre lapin à un apport qui lui correspond bien.

Une fois que votre lapin parvient à consommer une bonne ration de foin, vous pouvez encore per-



Les lapins ne pouvant pas manger autant de foin que nécessaire du fait de problèmes dentaires chroniques, peuvent bénéficier de salade à volonté pour leur permettre de grignoter tout au long de la journée, et donc d'user leurs dents, sans ingérer trop de calories.



fectionner son régime en remplaçant ce qu'il reste de granulés par une plus importante ration de verdure. S'il est déjà au régime naturel, vous pouvez vous permettre de lui donner des légumes racines un peu plus souvent ou en quantité légèrement plus importante. Tant que la consommation de foin ne baisse pas et que le poids est stable, tout va bien.

Lorsque l'équilibre foin-verdure, et éventuellement granulés sera établi, vous n'aurez plus besoin de peser le contenu de chaque gamelle. Vous pourrez juger les quantités à l'œil. Chaque mois, votre lapin sera pesé et si vous constatez une évolution du poids c'est que vous avez commencé à avoir la main lourde. Ce n'est pas dramatique si vous corrigez le tir rapidement.

### Attention au grignotage

Il arrive que le lapin prenne du poids régulièrement alors que nous mesurons scrupuleusement le contenu de sa ration. Dans ce cas, il faut enquêter sur ce que votre lapin mange en dehors du râtelier et des gamelles. On est parfois surpris par ce que peut engloutir un lapin trop gâté ! Si vous avez pris l'habitude de lui donner des friandises, demandez-vous quelle quantité cela représente exactement sur un mois. Quand on donne une petite rondelle de pomme, on se dit que ce n'est vraiment pas grand-chose mais au rythme de plusieurs par jour, on parvient rapidement à une pomme entière, ni vu ni connu... Si vous n'avez pas l'habitude de distribuer des friandises, peut-être que quelqu'un d'autre le fait ! Votre lapin n'avouera pas ; enquêtez donc plutôt dans votre

entourage. Il n'est pas rare que l'on découvre que monsieur lapin a pris l'habitude de grignoter avec les hommes de la maison devant un match de foot ou que le petit dernier lui balance des morceaux de pomme depuis sa chaise haute ou que certains noctambules lui refont une gamelle en pleine nuit en le découvrant triste devant une gamelle vide. On n'est jamais à l'abri d'une surprise dans ce domaine ! Il vous faudra parfois procéder à plusieurs interrogatoires des suspects car à la question « Qui donne à manger au lapin ? » tout le monde répond généralement « pas moi » la première fois. Ce n'est que plus tard que viendront les « Mais parfois, je lui donne un bout de biscotte / Je lui fais goûter ma pomme, etc. » sans oublier les « Il adore mes chocapic ! ». Menez l'enquête, et rééduquez les coupables en leur réexpliquant ce qui peut être donné ou pas au lapin et détaillez bien les conséquences que ce grignotage intempestif peut avoir sur sa santé. En revanche si votre chat maigrit et que votre lapin prend du poids, nul besoin de mener l'enquête : votre lapin lui pique ses croquettes. Il faut donc placer la nourriture du chat en hauteur.



Les lapins savent parfaitement réclamer des friandises ou une part de votre goûter. Ne cédez pas à la tentation de leur faire systématiquement plaisir. Si vous avez du mal à ne pas céder, optez pour des feuilles séchées plutôt que des fruits ou, pire, des friandises industrielles.

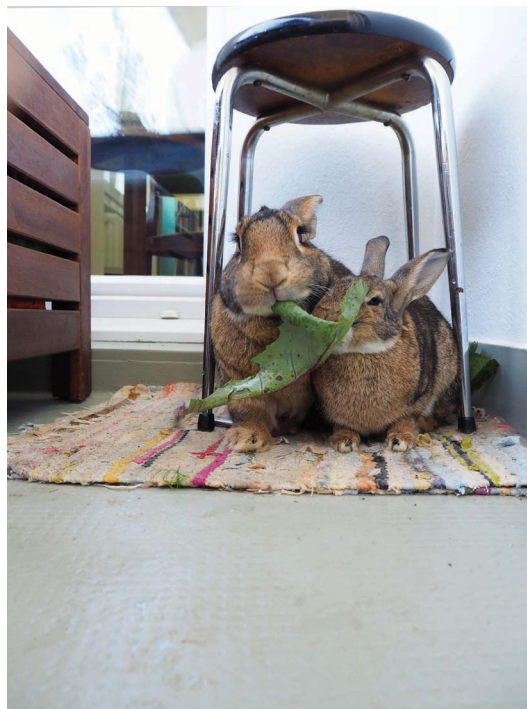
### Comment gérer les quantités dans un couple ?

Un lapin à l'appétit de moineau cohabite parfois avec une ogresse. Ceci peut remettre en question le savant équilibre alimentaire mis en place avant leur cohabitation. Cependant, si les deux lapins sont en bonne santé, un nouvel équilibre ne tardera pas à se mettre en place. Le petit mangeur va comprendre que s'il ne mange pas plus rapidement, il ne lui restera que des miettes. Il passera donc à la vitesse supérieure ! S'il est

trop timoré pour oser défendre sa part, aidez-le un peu. Restez près des lapins après le service et repoussez l'ogre dès qu'il tente de piocher dans la gamelle de son compagnon. N'hésitez pas, dans un premier temps, à proposer le repas dans deux gamelles différentes afin de poser des limites claires au gros mangeur. Vous ne pourrez jamais totalement éviter les vols dans la gamelle du voisin. Les lapins sont de petits chenapans qui veulent toujours LA feuille que l'autre a entre les dents. Ce n'est pas un problème, c'est au contraire stimulant. Un peu d'émulation empêche l'ennui !

Vous ne pourrez pas non plus empêcher que chacun mange avant tout ce qui lui plaît, quitte à chambouler vos compositions équilibrées. Si vos gamelles sont composées essentiellement de feuillage, il n'y aura aucun souci. En revanche, si vous avez l'habitude de mettre de la carotte et de la pomme dans chaque gamelle et que l'un ne mange que ça pendant que l'autre mange la verdure, vous aurez un lapin bien nourri et un autre très mal. Il est préférable d'en faire des friandises à distribuer rondelle par rondelle pour éviter tout souci. Une gamelle de verdure équilibrée (Cf TAP-TAP n°1 article L'équilibre dans la gamelle) ne pose pas de problèmes à un couple de lapins qui se disputent les meilleures feuilles. Inutile de vous demander chaque jour si chacun a mangé exactement sa part. Il est fort probable que vos lapins ne soient pas à égalité dans bien d'autres domaines : temps de sieste, efforts physiques, jeu, etc. Chacun

finit par trouver son équilibre. Enfin, si votre couple est formé d'un géant et d'une petite puce, pas d'inquiétude non plus ! On n'a jamais vu un géant maigrir dramatiquement, ni une petite lapine devenir énorme parce qu'ils échangeaient leurs rations. Là encore, chacun mangera sa part. Tant que le contenu de la gamelle est bon, ce qui est consommé par l'un au détriment de l'autre n'aura pas de conséquence.



### **Peut-on donner de la verdure à volonté ?**

En dehors du cas des lapins vivant en extérieur et qui ont accès à l'herbe du jardin autant qu'ils le souhaitent, distribuer de la verdure à volonté n'est pas utile. Les lapins vivant en liberté en extérieur se dépensent bien plus que des lapins d'intérieur. Ils consomment également plus d'énergie pour lutter contre le froid. Ils peuvent donc se permettre de manger autant de verdure qu'ils le souhaitent. Les

lapins d'intérieur ne font face à aucune dépense énergétique liée au climat et même s'ils peuvent être très dynamiques, le mobilier ou la nature des sols les brident dans leurs exploits physiques. Ils n'ont donc pas besoin de verdure à volonté. Il existe cependant une exception : les lapins ne parvenant pas à manger du foin à cause de leurs soucis dentaires. Ces derniers peuvent, lorsqu'ils souffrent ou n'ont plus assez de dents pour manger le foin correctement, totalement abandonner le foin,

passagèrement ou définitivement. Dans ce cas, augmenter la ration de verdure en privilégiant les feuillages et les herbes, permet de limiter les effets négatifs de cette absence de foin. Ainsi, l'usure des dents est conservée et votre lapin se maintient à un poids tout à fait correct.

Une fois le poids idéal de votre lapin déterminé et son environnement adapté à l'exercice physique, votre lapin ne devrait plus connaître de variation de régime ni de silhouette pendant de longues années. Seul le cycle des saisons rythmera les changements de composition de ses repas. Le check-up réalisé pendant les consultations vaccinales et le check-up mensuel à la maison, vous assureront de sa forme !

Gwenaëlle