# Artikel 160831

**Så aktiverar du din innekatt**   
**Katter är aktiva djur som kräver mycket stimulering för att må bra, både mentalt och fysiskt. En katt med överskottsenergi hittar gärna på något som den inte får göra som att klösa på möbler eller rusa runt i huset. Därför är det viktigt att man tillgodoser kattens behov i hemmet för att öka trivseln och samtidigt undvika olika beteendeproblem.**   
  
**Grundläggande behov**  
För att katter ska må bra behöver de ha flera möjligheter att klösa, ställen att gömma sig på, viloplatser, mat, vatten och låda m.m. Katter är även sociala varelser och behöver ha mycket sällskap och kärlek från sin ägare. Förutom att spendera tid med sin katt behöver man vårda kattens klor, tänder och päls. Som kattägare behöver man se till att katten får utlopp för sitt naturliga beteende och jaktinstinkter.  
  
**Innekatter behöver aktiveras**  
Utöver kattens grundläggande behov, behöver tamkatter aktiveras och ha en stimulerande inomhusmiljö. Det finns många olika leksaker för katter, både dyra men även leksaker du kan göra själv. Snören på olika leksaker, leksaksmöss, korkar och toalettrullar brukar vara oemotståndliga för katter. Även små papperstussar, pappkartonger med kryp eller titthål, metspön samt rörliga laserpunkter är ett vinnande koncept. Variera gärna mellan de olika leksakerna genom att gömma dem periodvis. Då är leksakerna nya och intressanta när de plockas fram igen.   
  
För att aktivera katten kan du lägga ut en måltid på flera olika platser i hemmet, till exempel i ett klätterträd eller på en hylla. Det finns också olika aktiveringsmatskålar som man kan använda där katterna behöver jobba lite extra för att komma åt maten. Separera gärna vattenskålarna och matskålarna så att de inte står bredvid varandra för att öka aktiveringen. Vattenfontäner där vattnet rör sig brukar vara mycket uppskattat hos katter.   
  
Köp gärna hem eller odla kattgräs, det är en bra aktivering för många katter och är även bra för magen om katten har problem med hårbollar. Leksaker med kattmynta lockar fram kattens naturliga lekfullhet.   
  
**Utkiksplatser**  
Utekatter får oftast en stor del av sin aktivering utomhus. För innekatter är viktigt med utkiksplatser på höga höjder i hemmet. Katter tycker om att spana på sin omgivning genom ett fönster eller få frisk luft genom att gå ut på en innätad balkong, uteplats eller rastgård. Du kan även öka innekattens mentala och fysiska stimulans genom promenader med katten i sele och koppel.

**Aktiviteter ihop**   
Se till och lek med katten en stund varje dag. Tillsammans kan du och din katt göra många roliga aktiviteter ihop. Ni kan bland annat träna på agility genom att sätta upp en egen bana, leka ”kattsquash” genom att kasta småbollar av hårdgummi mot en vägg som katten får hoppa efter och försöka fånga. Du kan även leka ”fånga musen” med ett fjädermetspö som löper i ett zick-zack mönster över golvet m.m.  
  
Testa att sätta upp två stolar bredvid varandra som katten hoppar över. Använd en godis för att locka över katten på andra sidan. Efter ett tag kanske du till och med kan hålla en ring mellan stolarna. Testa olika aktiviteter för att se vad just din katt tycker om.   
  
Har man en ensamkatt och inte möjlighet att aktivera sin katt på samma sätt som man önskar, kan det vara bra att fundera på att låta katten få en kompis. Om du har flera katter är det viktigt att studera gruppen för att se hur de samspelar. Det kan nämligen vara ett stressmoment om katterna inte fungerar bra ihop och istället för en miljö där det finns plats utrymme för lek och vila, blir det istället en stressad miljö där bråk och slagsmål kan uppstå.   
  
**Undvik**   
- Håll uppsikt när katten leker med snören och garn, så att inte katten trasslar in sig eller att det fastnar i kattens mag- och tarmkanal  
- Låt inte plastpåsar och liknande ligga framme då det kan kvävas till döds.   
- Glöm inte att sätta spärrar på fönster och näta in balkongen

**För ytterligare information, vänligen kontakta:**

Linda Eklund, marknadskommunikatör på Sveland Djurförsäkringar, 070-444 60 53, [linda.eklund@sveland.se](mailto:linda.eklund@sveland.se)

Läs gärna mer på [www.sveland.se](http://www.sveland.se).

**Om Sveland Djurförsäkringar:**Sveland Djurförsäkringar Ömsesidigt bildades 1911 och har alltsedan dess erbjudit ett brett sortiment av djurförsäkringar till den svenska marknaden. Idag försäkras, förutom hundar och katter, även smådjur, hästar och lantbruksdjur. Läs mer om Sveland Djurförsäkringar på [www.sveland.se](http://www.sveland.se) eller följ oss på Facebook.