# Dovolenka so psom? Takto zvládnete BARF na cestách bezpečne, komfortne a bez stresu

**BARF (*Biologically Appropriate Raw Food*), teda biologicky vhodná surová strava pre psov, si v posledných rokoch získava čoraz viac priaznivcov. Mnohí majitelia vidia pozitívne zmeny v zdraví, vitalite a kvalite srsti svojich štvornohých parťákov. Čo však robiť, keď sa rozhodnete vyraziť na cesty? Dá sa surová strava pre psa zvládnuť aj mimo domova?**

Na túto tému sme sa porozprávali s **Luciou Janigovou – Orlíkovou**, odborníčkou na výživu psov a zakladateľkou [**BARFDOG**](https://barfdog.sk). Dlhodobo sa venuje poradenstvu v oblasti barfovania a pomáha majiteľom nájsť najlepšie riešenia – aj v náročných situáciách, akou je napríklad cestovanie.

## Výzvy na cestách? Netreba sa báť

Cestovanie so psom, ktorý je zvyknutý na stravu BARF, môže na prvý pohľad pôsobiť komplikovane – najmä ak chýba mraznička alebo stabilné skladovacie podmienky. Lucia však upozorňuje, že mnohé obavy sú zbytočné: *„BARF na cestách je často zbytočne demonizovaný. Stačí poznať základné zásady a všetko sa dá zvládnuť bez problémov.“*

Mnohé potravinové reťazce, miestne mäsiarstva či trhy ponúkajú suroviny, ktoré viete využiť priamo na mieste. Krátkodobo dokonca nie je nutné striktne riešiť kompletné nutričné vyváženie misky – výnimku predstavujú šteniatka alebo psy so špeciálnymi potrebami.

## Ako prepravovať BARF?

Ak sa rozhodnete vziať si krmivo so sebou, Lucia odporúča použiť **termoboxy** so suchým ľadom alebo mrazenými vložkami. *„Ideálne je vziať celé kusy mäsa, nie mleté alebo krájané – tie sa rozmrazujú rýchlejšie. Box naplňte čo najviac, aby sa v ňom chlad udržal dlhšie,“* vysvetľuje.

Prílohy ako ovocie či zelenina nie sú na cestách nevyhnutné – mäso je základ a psy si poradia aj bez vody z melóna.

## Existujú alternatívy k surovej strave?

V prípadoch, keď BARF na cestách nie je možný, odporúča Lucia siahať po **kvalitných konzervách**. Osvedčené značky ako Terra Canis poskytujú dobrú znášanlivosť a nutričnú hodnotu.

Naopak, tzv. „sušený BARF“ Lucia označuje len za marketingový ťah: *„Niečo také neexistuje. Všetko, čo je tepelne upravené, už nie je BARF. Mrazom sušené mäso môže byť riešenie na pár dní, no z dlhodobého hľadiska je veľmi drahé a nutrične chudobné. Prečo to robiť, keď existujú rozumnejšie možnosti?“*

Zaujímavú alternatívu podľa nej predstavujú produkty značky Pala Pet Food, vyvíjané v spolupráci s Helsinskou univerzitou, kde je výživová dávka presne vypočítaná.

## Kombinácia BARFu a granúl?

*„Kombinovanie BARFu s granulami neodporúčam – tráviace problémy na dovolenke nikto nechce riešiť. Ak už kombinovať, tak radšej BARF s konzervami,“* dodáva Lucia. Odporúča **začať s novým krmivom 2 – 3 dni pred odchodom**, aby ste vedeli, ako naň pes reaguje.

## Praktické tipy, ktoré sa na cestách osvedčili

Medzi praktické rady patrí mať po ruke tzv. **morovú polievku** z rozvarenej mrkvy, ktorá pomáha hydratovať a zastaviť hnačku. Dá sa kúpiť v konzerve a hodí sa aj v prípade tráviacich problémov.

Na aktívnych dovolenkách je dobré mať po ruke **energetické doplnky** ako ovčí tuk či proteínové zmesi.

## Osobný tip od Lucie

*„Vždy záleží aj od typu dovolenky. Na aktívnu dovolenku do hôr vezmite psa so sebou. No ak ide o plážovú destináciu, kde riešite horúčavy, piesok, slanú vodu a obmedzenia – nechajte psa doma. Psy väčšinu dovolenky aj tak prespia. A nezabúdajme – najviac prípadov leishmaniózy, popálenín na labkách či úpalu sa vyskytuje práve pri plážových dovolenkách.“*

## BARF kdekoľvek – s prípravou to ide

Či už plánujete víkendový výlet alebo dlhšiu dovolenku, nemusíte sa barfovania vzdávať. Na Luciinom instagramovom profile [@barf.dog](https://www.instagram.com/barf.dog/) nájdete **prehľad miest a krajín**, kde sa dá barf strava pohodlne zohnať aj v zahraničí.

Ak si nie ste istí, ako barf prispôsobiť vášmu spôsobu cestovania, neváhajte Luciu kontaktovať! Na webe [barfdog.sk](https://www.barfdog.sk/) nájdete možnosť [**konzultácií na diaľku**](https://barfdog.sk/o-barfdog/#poradenstvo) a ďalšie užitočné informácie. Pre skupiny ponúka aj **osobné semináre kdekoľvek na Slovensku**.

Prajeme vám krásne spoločné dobrodružstvá a nech barfovanie funguje, nech ste kdekoľvek na svete!