

Avustajakoira

Teksti ja kuvat:
Tina Finn

muuttaa omistajansa elämän

Jokainen koira on omistajalleen tärkeä. Se tervehtii omaa ihmistään aina yhtä iloisesti, saa liikkumaan, vie harrastusten pariin ja lohduttaa ikävässä. Sen merkitys omistajansa kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille on kiistaton. Vielä tärkeämpään osaan koira nousee silloin, kun omistajalla on erilaisia rajoitteita. Kun helsinkiläiseltä Sampa Halmevaaralta kysyy, mitä koira hänelle merkitsee, on vastaus hyvin yksiselitteinen. Kaikkea. Elämää.

Halmevaara oli 12-vuotias, kun hänen elämänsä muuttui kertaheitolla. Pieni poika oli leikkimässä kallioilla ystäviensä kanssa kun hän liukastui ja putosi kuuden metrin matkan alas kalliolouhikkoon.

Laskeutuminen tapahtui kasvot edellä. Toinen puoli kasvoista sekä silmä vammautuivat pahoin, ja poika kuljetettiin ambulanssissa tajuttomana sairaalaan. Kasvot ja silmä korjattiin useissa leikkauksissa, ja pojan oletettiin kuntoutuneen koettelemuksestaan täysin. Halmevaara suoritti opintonsa loppuun, kävi armeijan ja siirtyi työelämään graafisen alan taitajana.

Työpaineet kuitenkin aiheuttivat fyysisistä ja psyykkistä pahoinvointia, joka ilmeni voimakkaana päänsärkinä sekä epileptisinä kohtauksina. Vasta silloin diagnosoitiin lapsuuden onnettomuudessa syntynyt aivovamma. Lisäksi nuoren miehen todettiin kärsivän posttraumaattisesta päänsärystä, neuropaattisista kiputiloista sekä paniikkihäiriöstä. Aiemmin niin aktiivinen nuori mies eristäytyi sosiaalisesti, ja vietti seuraavat neljä vuotta elämästään käytännöllisesti katsoen kotona neljän seinän sisällä.

Avustajakoira avasi oven uuteen elämään

Kaikki kuitenkin muuttui, kun hoitava neuropsykologi tuli syksyllä 2008 ehdotaneeksi Halmevaaralle avustajakoiran hankkimista. Tuolloin oli epätavallista, että avustajakoiran voisi saada joku muu kuin liikuntarajoitteinen henkilö. Halmevaaran hakemus hyväksyttiin Invalidiliitossa, ja keväällä 2009 Halmevaaran ohjaukseen tuli labradorinnoutajanarttu



Sampa Halmevaaran elämä sai uuden suunnan Disney-koiran avulla.

Disney. Disney avasi ohjaajalleen ovet uuteen elämään.

- Neljän vuoden sosiaalisen tyhjiön jälkeen oli mykistävää, kun liikuin koiran kanssa ulkona ja ihmiset tulivat puhumaan minulle. Koira toimi suorastaan kuin magneetti sosiaalisten kontaktien luomisessa. Koiran avulla uskalsin avautua ja alkaa jälleen elämään, hymyilee Halmevaara ja rapsuttaa vierel-

lään uskollisesti istuvaa ja ohjaajaansa aktiivisesti kontaktia hakevaa Disney-koiraansa.

Disneyn avulla Halmevaara voitti sosiaalisten tilanteiden pelkonsa. Kun tietää, että ystävä on vierellä, ei usuaikaan asioita tai ihmisiä tarvitse kauheasti jännittää. Tarvittaessa koira avustaa ohjaajaansa edelleen esimerkiksi kaupan kassalla. Mikäli ohjaajan jännitys sattuu

tiivistymään sietämättömäksi, hoitaa koira maksuliikenteen: antaa omistajansa maksukortin kassaneidille ja kortin jälleen kuitin kera takaisin omistajalleen. Yleensä tilanne päättyy kaikkien osalta vapautuneeseen hymyyn.

Kroonisten kipujen yltyessä koira kantaa ostokset repussa kotiin, tilaa matkalla hissillä, nostaa vauhdilla pudonneet tavarat ja huomauttaa vielä saapuneesta tekstiviestistäkin.

- Disneyn ansiosta olen myös ollut pakotettu aloittamaan liikunnan. Käymme päivittäin pitkillä lenkeillä ja kesäisin pyöräilemme ja mökkeilemme, kertoo Halmevaara.

Koiran mukana uusi harrastus

Koiran myötä on löytynyt myös uusi harrastus - rally-toko. Parivaljakko käy treenaamassa lajia säännöllisesti kaksi kertaa viikossa. Kisattukin on. Ensimmäiseltä kisamatkalta tuotiin kotiin ensimmäinen palkinto ja täydet sata pistettä. Tällä hetkellä koirakko kisaa rally-tokon avoimessa luokassa.

- Koiran ehdoilla tässä harrastetaan. Disney on minulle uskollinen ystävä, henkinen tuki ja harrastuskaveri. En osaisi enkä haluakaan enää kuvitella elämäni ilman koira, niin tärkeä se minulle monin tavoin on, Samppa Halmevaara miettii.

Tätä nykyä aiemmin sosiaalisia tilanteita väistellyt Halmevaara esiintyy mielellään koiransa kanssa erilaisissa tapahtumissa kertomassa kokemuksistaan, sekä koiran merkityksestä ihmisen henkiselle ja fyysiselle hyvinvoinnille.

- Olen niin iloinen siitä, että terapeutti tiedosti kuinka paljon koira voisi minua auttaa, ja välitän enemmän kuin mielelläni tätä sanomaa myös ympäristööni. Haluan näyttää omalla esimerkilläni, kuinka elämästä voi selvitä silloinkin, kun seinät syystä tai toisesta tuntuvat kaatuvan päälle.

Ystävät, tuttavat ja terapeutti vahvistavat, kuinka Halmevaarasta on Disneyn myötä kehkeytynyt kuin uusi ihminen. Toisinaan Sampan aktiivisuutta joudutaan jopa hillitsemään, niin innokas hän on Disneynsä kanssa osallistumaan kaikkien toimintaan.

- Invalidiliiton leirillä Disneyn avustajakoira kouluttanut Reetta Mikkonen mulkoilee välillä, jos en malta levätä taukojen aikana, nauraa Halmevaara. Ja äiti Katja muistuttaa välillä, että itsestäänkin tulee pitää huolta eikä vain koirasta. Koiran kanssa harrastaessa ja sen hyvinvoinnista huolehtiessa mei-



Lotta Vihtonen saa apuja postin noutamisessa koiraltaan Ronnylta.

naavat ohjaajan omat ruokailut jäädä toisinaan väliin.

Ronnysta tuli itse koulutettu avustajakoira

Aalto-yliopiston teknillisessä korkeakoulussa tutkijana työskentelevä Lotta Vihtonen on ollut liikuntarajoitteinen syntymästään lähtien. Rakkaus eläimiin ja koiriin syntyi varhaisessa iässä, kun Vihtonen sai lapsena opetella lattialta ylösnousua perheen koiraan nojaten. Kiinnostus syveni vuosien karttuessa, ja kun Vihtonen 14-vuotiaana sai ensimmäisen oman koiran, oli se tietysti itse myös koulutettava.

- Opetin koiralleni erilaisia pikku temppeja. Harjoittelimme ahkerasti

agilityakin omatekoisella esteradalla. Myöhemmin ymmärsin kouluttaneeni jo tuolloin positiivisen vahvistuksen keinoin, hymyilee Vihtonen ja on elävä esimerkki ihmisestä, joka ei anna vastoinkäymisten lannistaa itseään. Pyörätuolista kouluttaminen sujuu Vihtosen mukaan pääperiaatteiltaan kuten muillakin, tarvitaan vain hiukan enemmän luovuutta.

- Esimerkiksi täyskäännöksessä koiran liikkeet jäävät pyörätuolin käytöstä johtuen pakostakin väljiksi. Eikä minun koirani seuraamisen tarvitse olla niin tiivistä kuin palveluskoiralta vaaditaan. Sekin on tuolin takia mahdollista. Mikään ei kuitenkaan estä opettamasta koira seuraamaan sivulla, pitämään paik-

kaansa ja säilyttämään katsekontaktia seuratussa, Vihtonen toteaa.

Vihtosen mielenkiinto eläinten kouluttamiseen sai lisäpontta kun taloon saapui musta labradorinnoutajauros Ronny, viralliselta nimeltään Mickelsbackens Fagus. Ronnystä Vihtonen päätti kouluttaa itselleen avustajakoiran. Se suoritti avustajakoirille erityisesti sovelletun luonnetestin hyväksytysti vuoden ikäisenä. Virallinen katsastuskoe läpäisti toisella yrittämällä. Ensimmäisellä kerralla hyväksytty suoritus jäi kiinni paikallaolosta.

- Näin jälkikäteen asiaa miettien emme varmaankaan olleet treenanneet paikallaoloa tarpeeksi usein häiriön alla, joten laitoin ensimmäisen yrittämisen epäonnistuminen sen piikkiin. Sen sekä oman jännitykseni. Ohjaajan epävarmuus tarttuu luonnollisesti koiraankin, Vihtonen sanoo.

Ronny on Suomen ensimmäinen ohjaajansa itse avustajakoiran tehtävään kouluttama koira. Se kulkee emäntänsä mukana niin arjessa kuin vapaalla, työmatkoillakin. Erottamaton kaksikko on Vihtosen työvaihon johdosta viettänyt vuoden myös Saksassa asuen. Matkus-

taminen sekä uudet työ- ja asuinympäristöt luovat elämälle omat haasteensa, mutta positiivisuus ja ennakkoluulottomuus edesauttavat niistä selviämisessä.

- Kyllä me Ronnyn kanssa aina selvitään ja ainahan voi pyytää apua, jos sitä tarvitsee, toteaa Vihtonen. Arjessa koirasta on apua monessa asiassa.

- Ronny osaa avata ja sulkea kotioven, nostaa pudonneita esineitä, kytkeä ja sammuttaa valot sekä kantaa esineitä puolestani. Ulos lähdetessä se saattaa hoputtaa minua matkaan kantamalla syliini kengät, naurahtaa Vihtonen.

Avustajakoiralle työrauha

Tarpeen tullen Ronny myös vetää emäntänsä pyörätuolia ja toimii tukena pyörätuolista noustessa. Töihin lähdetessä sille puetaan päälle avustajakoiran liivi, josta ihmiset voivat tunnistaa sen työkoiraksi. Julkisilla paikoilla liikkuville ihmisille Vihtosella on toive.

- Työkoiraa ei saisi häiritä sen ollessa työtehtävissä. Käytännössä sille siis ei saisi puhua, eikä siihen saisi muutoinkaan ottaa kontaktia. Nykyisin tämä seikka kyllä ymmärretään jo paremmin, mutta toisinaan vastaan tulee ih-

misiä, joiden on "rakkaudesta koiriin" ihan pakko päästä silittämään, huokaa Vihtonen.

Ronnyn rinnalla Vihtosen koirapopulaatiosta vastaa kymmenen viikon ikäinen Tintenfass l'entokala, kotoisasti Fisu.

- Olen vahvistanut Fisulle luoksetuloa ja opettanut sitä kulkemaan pyörätuolin vierellä. Näiden asioiden on oltava hanskassa ennen kuin koira voi viedä pyörätuolin kanssa julkisille paikoille, sanoo Vihtonen ja suunnittelee kouluttavansa Fisusta Ronnyn seuraajan.

- Koirani ovat minulle ensisijaisesti lemmikkejä ja vasta sitten avustajiani. Pidän ehdottoman tärkeänä, että myös työkoiralla on mahdollisuus olla niin sanotusti vain koira, ja että se pääsee säännöllisesti tuulettamaan päätään paljon keskittymistä vaativien työtehtävien vastapainoksi.

Kotona Ronny saa huilailaa olohuoneen sohvalta. Sinne se tykkää käperytä työpäivän päätteeksi siksikin, ettei Fisu ainakaan vielä pääse sinne. Rauha on näin taattu. Ainakin toistaiseksi. Iso koira tarvitsee sekin välillä omaa aikaa.



Pronature

Holistic

Viljaton

ankka & appelsiini

Pronature Viljaton ankka & appelsiini -täysravinto aikuisille koirille sisältää vain luonnollisia ja luonnollisesti tuotettuja raaka-aineita. Ei lisättyjä viljoja - päävalmistusaineena on käytetty runsaasti tuoretta ankkaa.

- Sopii hyvin koiran lyhyelle ruuansulatusjärjestelmälle, joka on tarkoitettu sulattamaan runsasproteiinista ja -rasvaista sekä vain vähän tai ei ollenkaan viljoja sisältävää ravintoa. Erinomainen sulavuus.
- Appelsiini sisältää runsaasti suojaravinteita, kuten A-, B- ja C-vitamiineja sekä kalsiumia.
- Sisältää kaikki koiran tarvitsemat ravintoaineet, vitamiinit ja mineraalit sekä runsaasti erityisiä luonnollisia ainesosia, kuten luomuyrttejä, maustekasveja, hedelmiä ja vihanneksia.
- Säilytetty luonnollisesti rosmariinilla ja tokoferoleilla.



Maahantuonti & markkinointi:
VIP Vescor Oy, p. 03-475 3474
info@vipvescor.fi
<http://pronature.vipstore.fi>

VIP
Store.fi

30 20

% Valkuaista | % Rasvaa



Pronature ADULT Viljaton ankka & appelsiini

50%

LIHAA



36%

HEDELMIÄ JA VIHANNEKSIA

14%

MUITA AINESOSIA
(välttämättömiä rasvoja sekä öljyjä, mausteita, yrttejä, vitamiineja ja kivennäisaineita)

Avustajakoiratoiminnasta ammatti

Reetta Mikkonen harrasti aktiivisesti ratsastusta ja opiskeli maatalousoppilaitoksessa, kunnes vuonna 1999 putosi tapaturmaisesti parvekkeelta ja vammautui. Edessä oli suuri elämänmuutos.

- Pyysin ja sain vapautuksen agroligin opinnoistani, ja siirryin jo tuolloin avustajakoirien koulutuksesta vastaan Leena Rajalan ehdotuksesta pieneläinhoitajalinjalle, muistelee Mikkonen. Oman avustajakoiran hakuprosessi johti näin uuteen ammattiin, unelma-ammattiin.

Avustajakoira Andy helpottaa omistajansa liikkumista mm. tilaamalla hissin.

Koirien koulutuksesta muodostui Reetta Mikkoselle täysipäiväinen työ.



Mikkonen tietää hyvin, mitä avustajakoiralle tulee opettaa ja millaista koiran jokapäiväinen käyttö on, sillä vierellä kulkee vierellä oma avustaja, labradonrinnoutajauros Andy. Andy tuo Mikkoselle pyynnöstä kengät, kuljettaa roskapussit, kantaa kauppatavarat, nostaa pudonneet esineet ja hakee vaikkapa toiseen huoneeseen unohtuneen puhelimen. Autolla kuljettavilla työmatkoilla Andysta on paitsi matkaseuraa myös

apua kun kädet ovat täynnä ja avaimet sattuvat putoamaan tavoittamattomiin.

- Andya kuvaisin ehkä sanalla hassu, naurahtaa Mikkonen koirastaan, jolla on tapana pitää liiveistään roikkuvaa heijastinnauhaa tuttinaan, ja joka haluaa olla kaikkien kaveri. Andy tuli Mikkoselle äkillisesti hermokasvaimen takia lopetetun koiran tilalle. Hassuudesta huolimatta Andy on työliivit päälle saatuaan skarppi ja kuuliainen.

- Avustajakoirien koulutus on mielenkiintoinen prosessi. Meillä on tällä hetkellä koulutuksessa 21 koiraa, jotka on jaettu kahteen eri luokkaan. Jokaista koiraa treenataan kolme kertaa viikossa. Ekaluokkalaisilla on koulutusohjelmassaan perusharjoitusten lisäksi paljon miljöökoulutusta, toisella luokalla pääsee sitten täydentämään jo opittuja teknisiä taitoja tositilanteissa, Mikkonen juttelee.

Koirat koulutetaan positiivisen vahvistamisen keinoin, ja apuvälineenä käytetään naksutinta. Jokaiselle koiralle opetetaan samat perusasiat. Erikoisosaamiseen paneudutaan vasta kun tiedetään millä tavalla vammautuneelle henkilölle mikäkin koira luovutetaan.

”Etuoikeutetun työtä”

Mikkonen katsoo olevansa etuoikeutettu saadessaan tehdä tärkeää työtä avustajakoirien parissa.

- On todella vaikuttavaa saada kerta toisensa jälkeen todistaa, kuinka suuri positiivinen vaikutus koiralla on ihmisen elämään. Moni vammautunut saattaa helposti syrjäytyä, tuntea turvattomuutta, avuttomuutta ja tuntea yksinäisyyttä. Koira tuo turvaa, auttaa käytännön asioissa, edesauttaa sosiaalista verkostoitumista ja aktivoi muutenkin, listaa Mikkonen.

Uran kohokohdista kysyttäessä Mikkosen ei tarvitse kauaa miettiä. - Olen ylpeä siitä, että suomalainen avustajakoiratoiminta on saavuttanut asemansa osana kansainvälisen ADI- (Assistance Dog International) organisaation toimintaa. Kansainvälinen yhteistyö ja vuosittaiset konferenssit takaavat, että pystymme kehittämään toimintaamme jatkuvasti ja pysymme ajan hermolla.

Mitä oma koira merkitsee avustajakoiria muiden hyötykäyttöön kouluttavalle henkilölle? - Koirani merkitys on minulle niin suuri, etten sitä oikein pysty edes sanoin kuvaamaan. Se on muuttanut koko elämäni, sanoo Mikkonen ja silittää hellästi polvelleen kuononsa asettaneen Andyn samettista päätä. ☺