



En hund å holde i

Menneskets beste venn som terapeut

Forskning viser at DAT kan:

- senke blodtrykket og kolesterolet
- dempe angst
- skape optimisme, livslyst og motivasjon
- gi bedre restitusjon og hurtigere rehabilitering
- redusere behovet for smertestillende medisin
- aktivere det stress-reducerende systemet
- redusere symptomer hos Schizofrene pasienter
- lette påkjenninger hos kreftsyke barn
- redusere problematferd hos autistiske barn
- bedre tilstanden hos pasienter med demens
- redusere og reversere symptomer på depresjon
- gi generell følelse av å være ønsket og verdsatt
- styrke empati og redusere aggressivitet hos kriminelle
- forløse vonde følelser og lette sorgarbeid



Nærkontakt med dyr har en helsemessig positiv effekt

Menneskets beste venn som terapeut

Du har kanskje tenkt at å omgås dyr gjør at du føler deg bedre og holder deg friskere. Dette er du ikke alene om. Forskning viser at nærkontakt med dyr har en helsemessig positiv effekt, - både psykisk og fysisk. Gjennom opptrening av menneskets beste venn kan det oppnås svært gode resultater innen helse- og omsorgsektoren.

En terapihund er en hund som er spesielt trent til å jobbe med mennesker med fysiske, psykiske eller sosiale utfordringer. Hunden ledsages av en fører som veileder hunden og gir den oppgaver for å stimulere og kommunisere med pasienten.

Hva er DAT - dyreassistert terapi?

Dyreassistert terapi (DAT) er en systematisk måte å bruke dyrenes medfødte evner til å hjelpe enkeltpersoner og gi lys i hverdagen til mennesker på institusjoner. Dyr gir en etterlenget mulighet for kroppskontakt og ubetinget hengivenhet, de virker kontaktskapende og gir humøret et løft. Dette arbeidet er utbredt og anerkjent i mange land, noen har benyttet DAT i over 30 år. I Norge er det foreløpig relativt ukjent og lite utbredt.

Hvem er NODAT?

NODAT (Norsk organisasjon for dyreassistert terapi) er en humanitær organisasjon som har som mål å spre denne terapiformen i Norge. Som i andre land, vil vi ha det inn i sykehus, sykehjem, krisesentre, skoler, osv. Gjennom vårt arbeid sprer vi informasjon om og tilrettelegger for DAT i Norge, holder kurs i dyreassistert terapi og utplasserer frivillige med dyr. Dette gjør vi ved å samarbeide med lokale, regionale og nasjonale myndigheter samt ulike fagmiljøer relatert til dyr og innenfor fysisk og psykisk helse og utdanning.

Oksytosin - den hemmelige ingrediensen

Senere tids forskning har avdekket *hvorfor* dyr har terapeutisk effekt på mennesker. Hormonet oksytosin som frigjøres ved nærhet og berøring virker anti-stressende og gir en følelse av velbehag både hos dyr og mennesker. Oksytosin har vist seg å være essensielt i behandling av autisme, og behandling med dyr gir derfor svært gode resultater. Forskningen framover vil gi oss mer eksakt viten om dette fantastiske stoffet og hvordan menneskets beste venn bør benyttes i helselatert arbeid.

Jan og Spiran - en kjærlighetshistorie

På Cathinka Guldberg Senteret i Oslo bor Jan på et rom med en fantastisk utsikt over hele Oslo. Han er invalidisert av en muskelsykdom og har bodd der i flere år nå. Iblant får han besøk av søsteren sin, men for det meste går dagene til å se solen stige opp og gå ned over byen. Av personalet får han godt stell, pleie og mat. Jan kommuniserer med sine pleiere ved hjelp av håndtegn. Han får alt han trenger for å leve, men skal ikke livet være levende?

På det intellektuelle plan er Jan minst like oppegående som deg og meg. Tidligere skrev han og oversatte bøker, jobbet som fotograf og regisserte filmer. Han var kjent som et raust menneske med stor kjærlighet til naturen og sine to dachser som alltid var ved hans side. Alle skjønner vi hvilken enorm omstilling det må ha vært å gå fra å leve et rikt og aktivt liv til å bli invalid og sengebundet.

En oppmerksom pleier fanget opp hans interesse for hunder og på den måten var det at Jan fikk treffe blandingstispa Spiran og hennes menneskelige livsledsager Loretta. Jan ble forelsket i Spiran fra første stund. Etter bare et par besøk av Spiran begynte Jan å blomstre opp, han takket ja til aktiviteter som han tidligere hadde vært uinteressert i. Før noen visste ordet av det begynte han å vokalisere.



Jans ansikt stråler og øynene lyser av fryd når Spiran kommer inn i rommet. Det blir litt hårete i sengen og godterismuler på teppet hans, men hva gjør vel det? Jan har fått livsgnisten tilbake. Nå skal han skaffe seg en laptop og ta kurs på internett for å bedre livskvaliteten. Spiran kjenner Jan og vet at han kommer til å erobre verden - igjen.



En hund kan være en sterk motivasjonsfaktor i fysioterapi



Et dyr kan gi livslyst og skape optimisme



Også hunden får økt oksytosin-nivå ved kos og nærkontakt



Hunder kan hjelpe barn med læringsvansker

NODAT samarbeider med ulike institusjoner som ønsker å tilby besøk av terapihunder til sine brukere. Vi rekrutterer, utdanner og følger opp de frivillige ekvipasjene. Kvalitet og sikkerhet kjennetegner vårt arbeid. Slik kan vi sikre dyrenes velferd, levere kompetanse og gode opplevelser.

Ikke alle dyr vil være komfortable med å bli kost med av fremmede i et institusjonsmiljø som kan være komplisert og uforutsigbart. Dette er noe vi vektlegger ved utvelgelse. Både hund og fører blir trent i å takle alle situasjoner som kan oppstå. Våre kurs leder fram til en krevende eksamen, kvalitetssikret i forhold til internasjonal standard innen terapihundarbeid.

NODAT har som mål å tilby terapihunder til alle som ønsker det, i hele Norge. For å vokse trenger vi flere medlemmer som støtter arbeidet vårt. Som VIP-medlem betaler du minimum 50 kroner per måned eller 600 kroner per år. Da får du flotte medlemsfordeler, som rabatter på utvalgte varer og tjenester, samt invitasjoner til arrangementer. Les mer om medlemsfordelene på www.nodat.no.



Fornavn: _____

Etternavn: _____

Vei/gate: _____

Postnr./sted: _____

Telefon: _____

E-post: _____



Medlemsnivå (sett kryss):

___ 50 kr. pr. måned ___ 600 kr. pr. år

___ 100 kr. pr. måned ___ 1200 kr. pr. år

___ 200 kr. pr. måned ___ 2400 kr. pr. år

NODAT
Hausmannsgate 6
0186 Oslo

(Telefon: 21 38 58 53)

Hvor hørte du om oss? _____

Vervet av: _____

- eller meld deg inn på www.nodat.no