

Näin lemmikit ovat tukeneet omistajiaan korona-aikana

Agria Eläinvakuutus teki kyselyn selvittääkseen miten lemmikit ovat auttaneet lemmikinomistajia korona-aikana. Kyselyyn vastasi lähes 1000 suomalaista lemmikinomistajaa ja selvisi, että lemmikit ovat ennen kaikkea pitäneet seuraa, piristäneet ja parantaneet omistajiensa henkistä hyvinvointia.



Agria Eläinvakuutuksen teettämään kyselyyn vastasi lähes 1000 suomalaista lemmikinomistajaa, joista noin 50% omistaa koiran ja 40% kissan. Muita lemmikkejä oli noin 10%:lla vastaajista, muun muassa hevosia, kaneja ja jrsijöitä. Mukaan mahtui myös muutamia erikoisempia lemmikkejä kuten kesyrotta, kilpikonna ja käärme.

Lemmikit ovat pitäneet seuraa

Lemmikit ovat ennen kaikkea pitäneet omistajilleen seuraa ja vähentäneet yksinäisyyden tunnetta. Korona-aikana on pitänyt välttää muiden ihmisten tapaamista ja joillekin lemmikki on ollut ainoa seuralainen kotona. Vastanneista 86% kertoi lemmikin pitäneen seuraa korona-aikana.

”Kissojen ja kesyrottien rapsuttelu on auttanut muistamaan, mitä kaikkea hyvää elämässä on ja vähentänyt yksinäisyyden tunnetta.”

”Kissani ovat olleet päivittäinen seurani, poistaen ahdistuksen ja yksinäisyyden kehräämällä sylissäni päivät ja yöt.”

”Kani oli minulle suuri tuki, kun olin yksin kotona karanteenissa.”

”Seuraa ja syy lähteä ulos! Koiran kanssa ei milloinkaan tule yksinäinen olo.”

Lemmikit ovat piristäneet ja viihdyttäneet

Lemmikit tuovat iloa omistajilleen – ja ovat erityisesti tuoneet iloa koronakevään aikana. Vastanneista 82% koki, että oma

lemmikki on tuonut piristystä päiviin ja 74% vastasi, että lemmikki on viihdyttänyt.

"Karanteeni olisi ollut tuskaa, jos ei näitä hännänheiluttajia olisi. Kun tulee töistä kotiin väsyneenä epidemia-asemalta, on joku aina iloisena vastassa."

"Kissani on tuonut elämäni merkityksellisyyttä, välittämistä ja naurua. Asun yksin ja ilman kissaani olisin miettinyt, onko minulla ylipäätään mitään merkitystä. Nyt tiedän olevani tärkeä ainakin kissalleni."

"10 kaniamme on piristänyt ja tuonut iloa päiviin."

"Ihana hamsterini ilahduttaa minua joka päivä."

"Koirani on pitänyt minua touhukkaana ja pitänyt huolen siitä, että liikun päivittäin. Hänen hassuttelu on piristänyt valtavasti!"

Kaikenlaiset lemmikit ovat viihdyttäneet omistajiaan. Toisinaan pelkkä lemmikin puuhailujen seuraaminen on riittänyt tuomaan hyvän mielen.

"Kilpikonna ei ole niin seurallinen, mutta sen touhuja on hauska seurata."

"On vaan ihanaa katsella gerbiilien touhuja. Ovat uteliaita ja aivan älyttömän söpöjä ja hauskoja veitikoita. Kyllä siinä vaan piristyy, kun katselee niitä söpöjä karvapalloja, ihan sama vaikka olisivat nukkumassa tai hereillä."

"Kanat ovat mukavia, touhukkaita eläimiä, aikaa saa kulumaan ihan vain katselemalla niiden puuhastelua."

"Vaikka olisi kuinka tylsä ja huono päivä niin aina ne lemmikit saavat hymyilemään."

Lemmikit ovat parantaneet henkistä hyvinvointia ja lohduttaneet

Eristäytyminen ja karanteeni sekä epätietoisuus, pelko ja muut negatiiviset tunteet ovat tehneet keväästä monelle haastavaa aikaa henkisen hyvinvoinnin kannalta. Oma lemmikki onkin ollut monelle lemmikinomistajalle tärkeä apu: kyselyyn vastanneista 75% kertoi oman lemmikin parantaneen henkistä hyvinvointiaan.

"Henkinen hyvinvointini on säilynyt, vaikka muita ihmisiä ei pääsekään näkemään niin koira tuo iloa päivään."

"Kanini on jokapäiväinen syy jaksaa. Hän pitää seuraa, muistattaa, että en ole ikinä yksin vaan aina on joku, joka minua tarvitsee."

"Kissat ja koirani ovat jatkaneet normaalia elämää kaikesta ympärillä olevasta huolimatta. Niiden ansiosta kotona on pysynyt sama rauha ja turvallisuus kuin aina muulloinkin. Ne ovat olleet koko ajan läsnä ja hyvätuulisia silloinkin, kun itse on ollut alla päin. Niitä on saanut halata aina tarvittaessa."

Moni vastaaja koki myös, että ilman lemmikkiään ei välttämättä olisi selvinnyt korona-keväästä, ainakaan yhtä hyvin.

"Pelkkä kissamme läsnäolo parantaa fiiliksen täysin, jos esimerkiksi ahdistaa. Puolisoltani ja minulta meni työt kummaltakin koronan takia ja olenkin monta kertaa sanonut hänelle, etten olisi selvinnyt täysin tästä ilman kissaamme."

"Olin yksinäni seonnut päästäni, kissoista ollut huima apu, kun ovat pitäneet minut järjissäni ja lohduttaneet, kun olen ollut allapäin ja yksinäinen. Olen monesti jo pelännyt pahemman kerran mielenterveyteni puolesta, mutta kissat palauttaneet maan pinnalle. Myös käärme luonut ruokinta-aikoinaan hiukan jännitystä elämään, vaikkei muuten kovin sosiaalinen otus ole."

56% vastanneista koki, että lemmikki on myös lohduttanut, kun korona-ahdistus tai muut negatiiviset tuntemukset ovat päässeet valloilleen.

"Kissani olivat ainoat kontaktini korona-ajan alussa. Edes kumppaniltani en saanut samanlaista lohtua mitä rakkaat kissani antoivat läheisyydellään. Ymmärsin, että tästäkin selvitään yhdessä kuten menneistä yhteisistä muutoksista elämässä."

"Stressin takia on itketty paljon. Aina kun kissani kuulee itkun, hän juoksee luokseni nuuskimaan kyyneleitä ja kiehnäämään minua vasten. Kissani osaa piristää"

"Koira on kerta kaikkiaan vienyt ajatukset pois korona-kauhusta ja tullut kylkeen kiinni lohduttamaan, jos itsellä on ollut paha mieli."

"Koira tulee ihan viereen nukkumaan ja selvästi aistii, että minua ahdistaa asiat. Lohduttaa pussailemalla ja tökkimällä nenällä. Hakee leluja paljon tiuhempaan tahtiin ja haluaa leikkiä enemmän kuin normaalisti. Se piristää kummasti! Kissa tulee nukkumaan mahan päälle normaalia useammin."

Lemmikit ovat antaneet muuta ajateltavaa

Korona ja siihen liittyvät uutiset ja muut päivitykset ovat pyörineet lähes kaikilla mielessä kuluneen kevään aikana. Oma lemmikki on monelle ollut hyvä tapa saada ajatukset muualle. Kyselyyn vastanneista 72% koki lemmikkinsä antaneen muuta ajateltavaa.

"Kissani ovat olleet todella iso apu korona-aikana. He auttavat unohtamaan välillä koronan ja kaiken muun mikä vaivaa juuri nyt."

"Kissani on erittäin energinen ja sen touhuja on viihdyttävä seurata. Ollessani kissani seurassa, en ole tullut ajatelleeksi juuri muuta. Arkí on tuntunut silloin täysin samalta kuin ennen korona-aikaa. Stressi on lievittynyt merkittävästi kissani ansiosta."

"Sosiaalialan ammattilaisena en voi tehdä etätöitä. Alussa työ jopa pelotti, koska eri suunnilta tuli erilaisia tietoja koronasta. Kotiin oli aina helpotus mennä. Oma koira aina iloisena vastassa. Antoi muuta ajateltavaa ja piti arkirutiinit yllä ulkoiluineen ja

touhuineen.”

Moni etätöitä tekevä on saanut lemmikistään myös etätyökaverin ja hyvää vastapainoa etätyöpäiville. Lemmikit ovat myös muistuttaneet omistajiaan pitämään taukoja.

”Koirani ovat tasapainottaneet työn ja vapaa-ajan ja muistuttaneet aina, kun on aika lopettaa työt sekä huolehtineet säännöllisistä leikki-/silitystauoista työn lomassa. Koirat ovat huolehtineet päivittäisestä liikunnasta ja pitäneet mielen positiivisena. Ilman koiriani tämä kevät olisi ollut todella masentavaa aikaa”

”Minun on pakko ajatella jotakuta muuta ennen itseä. Eläin elää hetkessä eikä murehdi turhia. Etätyötä tehdessä on muuten ihan yksin, mutta kani pitää seuraa ja tulee pidettyä taukoja.”

”Koirani on mainio etätyökaveri, tulee välillä keittiön pöydän ääreen omalle tuolille seuraamaan kokouksia. Hän myös ilmoittaa tökkimällä kuonolla, milloin olisi sopiva tauon paikka - todella hyvä asia, sillä olen tehnyt etätöitä jopa tiiviimmin ilman taukoja kuin ennen koronaa toimistolla.”

Lemmikit ovat auttaneet ylläpitämään rutiineja

Koronakevään aikana monen arki muuttui hyvinkin paljon. Lemmikistä huolehtiminen on auttanut ylläpitämään arkirutiineja: vastanneista 60% koki lemmikin olleen apuna rutiinien ylläpitämisessä. Muun muassa lemmikin ruokinta ja muu hoito sekä mahdollinen ulkoiluttaminen ovat tuoneet monelle lemmikinomistajalle tarvittavia rutiineja päiviin.

”Pakko poistua kotoa liikkumaan. Pakko nousta aikaisin ruokkimaan. Tulee pidettyä rutiinista ja tavoista kiinni paremmin.”

”Ilman koiriani olisin jäänyt neljän seinän sisään. Olen ulkoillut, tavannut muita koiranomistajia ja elänyt normiarkea tällä rintamalla - kiitos koirien!”

”Kaneja ulkoiluttaessa on tullut itsekin oltua pihalla, kanien silittely rauhoittaa ja tuo lohtua. Ruokinta yms. kanien hoitaminen on tuonut rytmiä päiviin.”

”Kissa herättää aamulla ruoka aikaan ja nousen sen myötä sängystä. Siitä päivä lähtee käyntiin. Päivän mittaan kissan seura tuo hyvää mieltä ja vähentää stressiä.”

Lemmikit ovat huolehtineet omistajansa liikunnasta

Lemmikeistä erityisesti koirat ovat huolehtineet omistajansa päivittäisestä liikunnasta myös korona-aikana. Vastaaajista 50% oli lemmikinsä ansiosta muistanut liikkua päivittäin. Osa koiranomistajista on korona-kevään aikana liikkunut ja ulkoillut koiransa kanssa jopa enemmän kuin normaalisti.

”Korona-aika on ollut aika erityistä ja toisinaan raskastakin aikaa. Onneksi on saanut liikkua paljon ulkona. Paljon kierrelty uusia kansallispuistoja ja retkeilyreittejä. Ollaan myös aloitettu toisen koiran kanssa juoksu-harrastuskin tänä aikana. Huippua, kun on terapia- ja harrastekaveri samassa paketissa.”

”Ilman koiraani korona-kevät olisi ollut yksinäistä ja ilotonta aikaa. Onneksi koronan takia ei kuitenkaan kiellettyä ulkoilua, sillä sitä olemme tehneet päivittäin tuntitolkulla!”

”On lenkkeily keväällä hyvien ilmojen vuoksi kymmeniä kilometrejä päivittäin. Ei ollut kiire töihin ja kerrankin aikaa viettää pitkiä luontohetkiä parhaan ystävän kanssa.”

Koirien lisäksi myös jotkut kissat ovat pitäneet omistajansa liikkeessä:

”Olen pysynyt notkeana ja virkeänä, kun olen kontannut kurkkimassa, minkä hyllyn alla kissan leikkikalut on ja kepillä kurkotellut ne sieltä pois.”

”Kissani rakastaa valjaissa ulkoilua. Itsekin on täytyntä lähteä luontoon kävelemään ja olenkin löytänyt ihania luontokohteita kaupungin läheisyydestä, joista en ennestään tiennyt.”

Agria Eläinvakuutus on Suomen ainoa eläimiin erikoistunut vakuutusyhtiö, joka tarjoaa vakuutuksia kissoille, koirille ja pienlemmikeille.

Toivomme julkaistaviin lehdistötiedotteisiin lähdeviitteeksi aina [Agria Eläinvakuutus](#).