# TOG TE DIER-BAAR

Martina Habelgaarn en haar Maltese poedel, Debbie. Sy is baie geheg aan haar honde en kan nie haar lewe sonder hulle indink nie.

Diere se geselskap is goed vir oumense, maa voordat hulle troeteldie re kry, is daar belangrike goed om te oorweeg.

**DEUR ELMARINE ANTHONY**

Dit klink soos 'n ma wat met haar kinders praat: "Wil jy na jou kamer toe gaan?" en "Moenie stout wees nie".

Maar Martina (Stienie) Habelgaarn (73) van Kuilsrivier buite Kaapstad se twee kinders is groot en getroud. Dis met haar "dierekinders", Debbie (10), Chloe (6) en Bruno (8) met wie Martina so lekker gesels.

Soos Martina is baie ouer mense in hul goue jare op hul diere aangewese vir geselskap. Dit is al wetenskaplik bewys dat bejaardes baie voordeel trek uit hul interaksie met diere.

Martina sê sy sou "agteruit" gaan as haar honde ooit weggeneem word van haar. Sy sê sy ken bejaardes wat deur hul kinders in aftreeoorde en ouetehuise gesit word.

"Dis tragies, want hulle kan nie hul honde of katte saamneem nie. Hulle treur dan oor hul diere. Só gaan hulle agteruit. Die diere treur ook oor hul eienaars en gaan ook agteruit. Vir bejaardes is diere hul geselskap en soos hul kinders. Hulle voel verlate en alleen in ouetehuise." Martina hoop ouetehuise en aftreeoorde sal dit eendag oorweeg om die inwoners se diere ook toe te laat.

## WAGHONDE

Terwyl Debbie, 'n maltese poedel, langs haar op die bank sit en 'n jaloerse Chloe, 'n labrador, rondom haar speel, vertel Martina dat sy nie haar lewe sonder haar hondekinders kan indink nie. Bruno was in die agterplaas met *Kuier* se besoek.

Martina woon in 'n woonstel wat vas aan haar seun se huis is. Hoewel Martina al 73 is, is sy nog hups, veral met Chloe wat baie rondbeweeg. Haar seun help haar na die diere kyk veral deur met hulle te gaan stap.

Martina was nog altyd 'n diereliefhebber en het nog goeie herinneringe van haar eerste labrador wat sy in 1971 as trouge-skenk ontvang het.

"Labradors is baie goeie waghonde. Ek

voel baie veilig met hulle hier. Hulle slaap in die kamer by my."

Sy sê hulle verstaan wanneer sy met hulle soos mense praat. Tydens die onderhoud het Chloe 'n paar keer haar poot op Martina se been gesit "om om verskoning te vra" nadat sy uitgeskel is omdat sy opgewonde op *Kuier* se fotograaf wou spring.

"Sy sê 'hello' met haar pootjie en 'jammer' met haar pootjie," verduidelik Martina. Dis opvallend dat sy vreeslik lief is vir haar honde en hulle vir haar.

Dr. Marieanna le Roux, 'n dosent by die sielkunde-departement aan Universiteit Stellenbosch, doen al vir 13 jaar navorsing oor mense en diere. Sy is ook 'n lid van die nieregeringsorganisasie Pets as Therepy (PAT). Die organisasie besoek onder meer ouetehuise, aftreeoorde, hospitale en skole vir leerders met spesiale behoeftes in 75 dorpe regoor Suid-Afrika. Volgens Marieanna beteken die besoeke vir bejaardes 'n onderbreking in hul dag.

"Die eensaamheid wat hulle ervaar, word verbreek deur die teenwoordigheid van die honde."

Sy sê bejaardes in sulke plekke verlang na hul eie honde of ander troeteldiere en dus is dit vir hulle lekker om met die honde te sosialiseer en te gesels. Die fisiese voordele, volgens Marieanna, is dat bejaardes se bloeddruk daal wanneer hulle aan 'n hond vat.

Nog 'n voordeel is wanneer iemand byvoorbeeld 'n beroerte gehad het en dan aan honde vat. "Die spiere in hul hande ontspan. Dit gaan nie die beroerte of artritis regmaak nie, maar vir daai oomblik is daar nie pyn nie, want die spiere ontspan in daai hand."

Terapiehonde kan in baie verskillende situasies help, insluitend mense wat angstig is, post-traumatiese stres, dementia of depressie het, verduidelik sy verder.

Verskeie studies, insluitend een wat Marieanna in 2009 by Nerina Place, 'n ouetehuis in Bishop Lavis op die Kaapse Vlakte gedoen het, het al bevind dat weeklikse interaksie met honde bejaardes se depressie help verlig.

Dr. Magdie van Heerden, 'n maatskaplike werker en mens-dier-interaksiespesialis, sê egter die voordele hang baie van die bejaarde se omstandighede af. Sy sê die lewens van bejaardes, veral dié wat alleen bly, is baie eensaam, dus speel diere 'n baie groot rol as metgeseldiere.

Martina en Chloe speel buite en REGS: Martina en Debbie.

"Dit gee vir hulle 'n doel om op te staan, veral bejaarde dames wil nog iets of iemand hê om voor te sorg. Daar is niemand meer om voor koekies en beskuit te bak nie, niemand om meer voor kos te maak nie, behalwe vir hulself. Hulle het nog daardie behoefte om om te gee aan ander. Dis daardie rol wat troeteldiere speel."

## VOOR- EN NADELE

Sy sê ouer mense verwaarloos ook hulself om baie redes, byvoorbeeld hulle is nie lus om te eet nie of is te moeg. Baie bejaardes word ook siek weens depressie en ontneem hulself byvoorbeeld deur nie te eet nie. Volgens Magdie is bejaardes egter meer geneig om beter na hulself te kyk as hulle ook diere het om te versorg.

Nóg 'n voordeel is dat diere bejaardes se interaksie en kommunikasie met ander vermeerder. Wanneer hulle byvoorbeeld gaan stap met hul diere, bring dit hulle in sosiale kontak met ander. "Onthou, as jy alleen gaan stap, praat mense nie sommer met jou nie. Mense ignoreer mekaar nogal. Maar gaan stap jy met 'n hondjie, dan kan mense met jou praat daaroor of selfs met katte. Dit is 'n aanknopingspunt en verbreek die isolasie."

Diere bevorder ook bejaardes se self-versorging en higiëne, voeg Magdie by. Sy sê veral bejaardes wat alleen woon, is meer geneig om skoon te maak wanneer hulle diere het omdat die diere mors en hulle só dwing skoon te maak. Hulle is ook dan meer aktief omdat hulle miskien met die honde moet loop of die katte se sandbakke moet skoonmaak.

"'n Mens sou dink dis andersom. Hulle is oud en kan nie meer baie dinge doen nie, maar diere dwing hulle om meer aktief te wees en omdat hulle agter die diere skoonmaak, maak hulle agter hulself ook skoon."

Diere hou ook sekuriteitsvoordele vir bejaardes in. Hulle voel beter wetend dat hul kat of hond gaan wakker skrik indien daar 'n gevaar is.

So baie voordele soos wat diere vir bejaardes bied, is daar ook nadele, waarsku Magdie. Bejaardes het nie altyd die fisiese krag om met hul diere te stap nie of om aan hul fisiese en geestelike behoeftes te voorsien nie. Soms word die diere oorgewig of kry diabetes omdat hulle nie uit die huis kom nie of omdat hulle oorvoed word.

Bejaardes het baie keer ook nie meer krag om hul diere reg skoon te maak nie of geld om vir hulle ordentlike kos te koop nie. "Soms sal bejaardes liewer hulself afskeep ter wille van die troeteldier."

Volgens Magdie moet mense altyd die voor- en nadele in gedagte hou. Sy sê dit gaan nie net oor die mens nie, maar ook oor die diere en dat dit onetes is om net aan die voordele vir die mens te dink.

"Die glimlag op die persoon se gesig maak nie op vir die hartseer in die hond se oë nie. Honde en katte het fisiese, emosionele en sosiale behoeftes. Hulle het kognitiewe stimulasie nodig. As jy dit nie vir hulle kan gee nie, moet jy dit nie doen nie. Dit gaan nie net oor wat die dier vir jou beteken nie, maar baie beslis ook wat jy vir die dier beteken." Die verhouding tussen diere en bejaardes moet dus wedersyds voordelig wees.

FOTO'S: DALE FOURIE