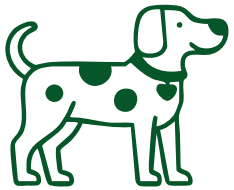
Mustin verkkokoirakoulu

Hyvinvoivan koiran resepti



Musti ja Mirri
Kaverina myötä- ja vastakarvassa

Koiran kokonaisvaltainen hyvinvointi



Fysiologiset tarpeet



Liikunta ja monipuoliset virikkeet



Ruoka ja sen tarjoilu



Uni, lepo ja palautuminen



Leikki, uuden oppiminen ja hauskanpito



Sopiva ympäristö ja yksilölliset tarpeet



Terveys, kunto ja hoitotoimenpiteet



Turvallisuuden tunne ja vaikuttamisen mahdollisuus



Hyvät sosiaaliset suhteet ja palkitsemiseen perustuva koulutus

Musti ja Mirri
Kaverina myötä- ja vastakarvassa

1. Fyysinen hyvinvointi

- **Laadukas ja tasapainoinen ruokavalio:** ravinteikasta ruokaa, joka sopii koiran ikään, kokoon ja aktiivisuustasoon. Mietitkö kuinka valita sopiva ruoka? Mistä tiedät onko koirasi terveellisessä painossa? Tule keskustelemaan asiasta myymälään, lue lisää netistä tai varaa aika etäravitsemusneuvontaan.

- **Aina raikasta vettä saatavilla**

- **Riittävä ja yksilölle sopiva liikunta:** nyrkkisääntönä voi todeta, että hyvän liikkumisen resepti on 1) vaihtelevuus, 2) koiran mahdollisuus liikkua omaehtoisesti kaikissa askellajeissa ja 3) mahdollisuus tutustua ympäristöön omassa tahdissaan.

- **Lepo ja uni:** rauhallinen ja turvallinen nukkumapaikka ja riittävästi unta ja lepoa (aikuisella koiralla usein noin 14–18, pennuilla ja veteraaneilla jopa 20 tuntia vuorokaudessa).

- **Säännöllinen terveydenhoito:** rokotukset, loishäädöt, terveystarkastukset, tarpeen mukaan hieronnat ja fysioterapia. Lue lisää ja varaa aika eläinlääkäreillemme.

- **Kehonhuolto ja hygienia:** kynsienleikkuu, turkinhoito, hampaiden harjaus, hieronta ja fysioterapia – lue lisää ja varaa aika kouluttajalle, trimmaajalle tai kehonhuoltajalle. Jos hoitaminen on hankalaa, hae apua eläintenkouluttajalta.

  Lue lisää:
  • Trimmaus:
  https://www.mustijamirri.fi/koirantrimmaus
  • Kehonhuolto:
  https://www.mustijamirri.fi/koirahieronta
  ja https://www.mustijamirri.fi/fysioterapia

Musti ja Mirri
Kaverina myötä- ja vastakarvassa

2. Henkinen hyvinvointi ja virikkeet

- **Päivittäinen virikkeellistäminen**, eli elämän rikastaminen: esim. hajutyöskentely, ongelmanratkaisuleikit, aktivointilelut, sosiaaliset tapahtumat. Lue lisää ruokavirikkeistä.

- **Mahdollisuus tutkia ympäristöä:** haistelu lenkeillä, uusien paikkojen kokeminen ja tutkiminen – käy vaikka eri metsissä, toreilla ja Mustin ja Mirrin myymälöissä.

- **Koulutus ja oppiminen:** positiiviseen vahvistamiseen ja palkkioihin perustuva koulutus tukee koiran taitojen kehitystä, on eettistä, turvallista ja tehokasta. Koulutuksen alkuu pääset yksinkin, mutta helpointa se on usein yhdessä: ilmoittaudu kurssille tai varaa tehokas yksityistunti eläintenkouluttajalta.

- **Mahdollisuus tehdä rodulle ja yksilölle luonnollisia asioita:** jos koiralla on esimerkiksi kova halu vetää, uida tai kaivaa kuoppia, jopa haukkua, se kannattaa koiralle jollain tavalla ajoittain mahdollistaa, sillä tarpeet eivät häviä kieltämällä!



3. Sosiaaliset suhteet ja turvallisuus

- **Turvallinen ja ennustettava kotiympäristö:** yritä luoda koiralle ennakkovinkit siitä mitä seuraavaksi tulee tapahtumaan – miltä itsestäsi tuntuu tuntematon yllätysvieras?

- **Luotettava suhde omistajaan:** ole koirasi turva ja tuki mutkikkaassa maailmassa. Johdonmukainen, selkeä, reilu ja lempeä kohtelu ovat avaimet hyvän suhteen luomiseen. Opettele lukemaan koiran elekieltä.

- **Seura ja sosiaalinen kontakti:** yhteys ihmisten ja mahdollisesti muiden koirien kanssa, jos koira siitä nauttii. Jos sinulla on pentu, muista pentutreffit ja Musti Eskari.

- **Yksinolon harjoittelu ja taidot:** lähes jokainen koira joutuu olemaan ajoittain yksin, joten tämän taidon harjoittelu on tärkeää. Katso esimerkiksi Mestariluokan yksinolojakso tai Mustin verkkokoirakoulun yksinolokurssit:
  - Rauhoittuminen ja yksinolo 1
  - Rauhoittuminen ja yksinolo 2



4. Tunteiden ja käyttäytymisen huomioiminen

- **Mahdollisuus valintoihin:** onko koiralla esimerkiksi mahdollisuus pyytää taukoa hoitotoimenpiteiden aikana? Onko mahdollisuus valita useista eri nukkumispaikoista? Onko mahdollisuus kutsua omistajaa leikkiin?
- **Pelkojen ja stressin minimointi:** rauhallinen lähestymistapa uusiin asioihin, siedättäminen tarvittaessa.
- **Positiivinen palaute ja palkitseminen:** Mikä motivoi juuri sinun koiraasi juuri tässä hetkessä? Onko se jokin lelu, herkku, huomio tai muu tilannekohtainen palkkio, esim. lupa mennä uimaan tai hypätä ulos autosta?
- **Motivaatiosta ja palkitsemisesta koirakoulussa on myös oma jakso:** Mustin verkkokoirakoulun motivointi- ja palkitsemiskurssi.



5. Harrastukset ja yhteinen tekeminen

- **Valitse lajit ja aktiviteetit koiran kiinnostusten mukaan:** esimerkiksi toko, agility, rally-toko, jäljestys, vetolajit tai vaellukset. Mikä voisi kiinnostaa juuri teitä? Harrastamisen ei tarvitse aina tähdätä kisoihin, tärkeintä on pitää hauskaa yhdessä!

- **Leikki ja yhteinen ilo omistajan kanssa:** Millaisista leluista juuri sinun koirasi riemuitsee? Miten koirasi toivoo niillä leikittävän? Erilaisia leikkejä on valtavasti ja erityisesti etsimis- ja repimisleikit ovat monelle koiralle tärkeitä ja sopivia.

- Kurkkaa leluvalikoimamme täältä.
- Lue lisää koiran kanssa leikkimisestä täältä.



Musti ja Mirri
Kaverina myötä- ja vastakarvassa

6. Elämänlaadun seuranta ja toiminnan mukauttaminen

- **Koiran iän ja terveystilanteen huomioiminen:** tarkkaile jatkuvasti koirasi hyvinvointia ja muista, että kaikille muutoksille on aina jokin syy.
- **Oman koiran tarpeiden tunnistaminen:** tutustu huolellisesti koiraasi ja muokkaa elämäänne koirasi mukaan. Jokainen koira on yksilö, ja vaikka kaikilla koirilla on paljon samankaltaisia tarpeita, on niissä myös todella paljon eroja.
- **Säännöllinen hyvinvoinnin arviointi:** käykää säännöllisesti eläinlääkärin terveystarkastuksessa ja aina tarvittaessa muiden ammattilaisten luona. Jo yksi käynti esimerkiksi eläintenkouluttajan luona opettelemassa pari arkea helpottavaa temppua ja tekemässä koirallesi sopiva virikesuunnitelma voi muuttaa arkeanne huomattavasti paremmaksi – teille molemmille.

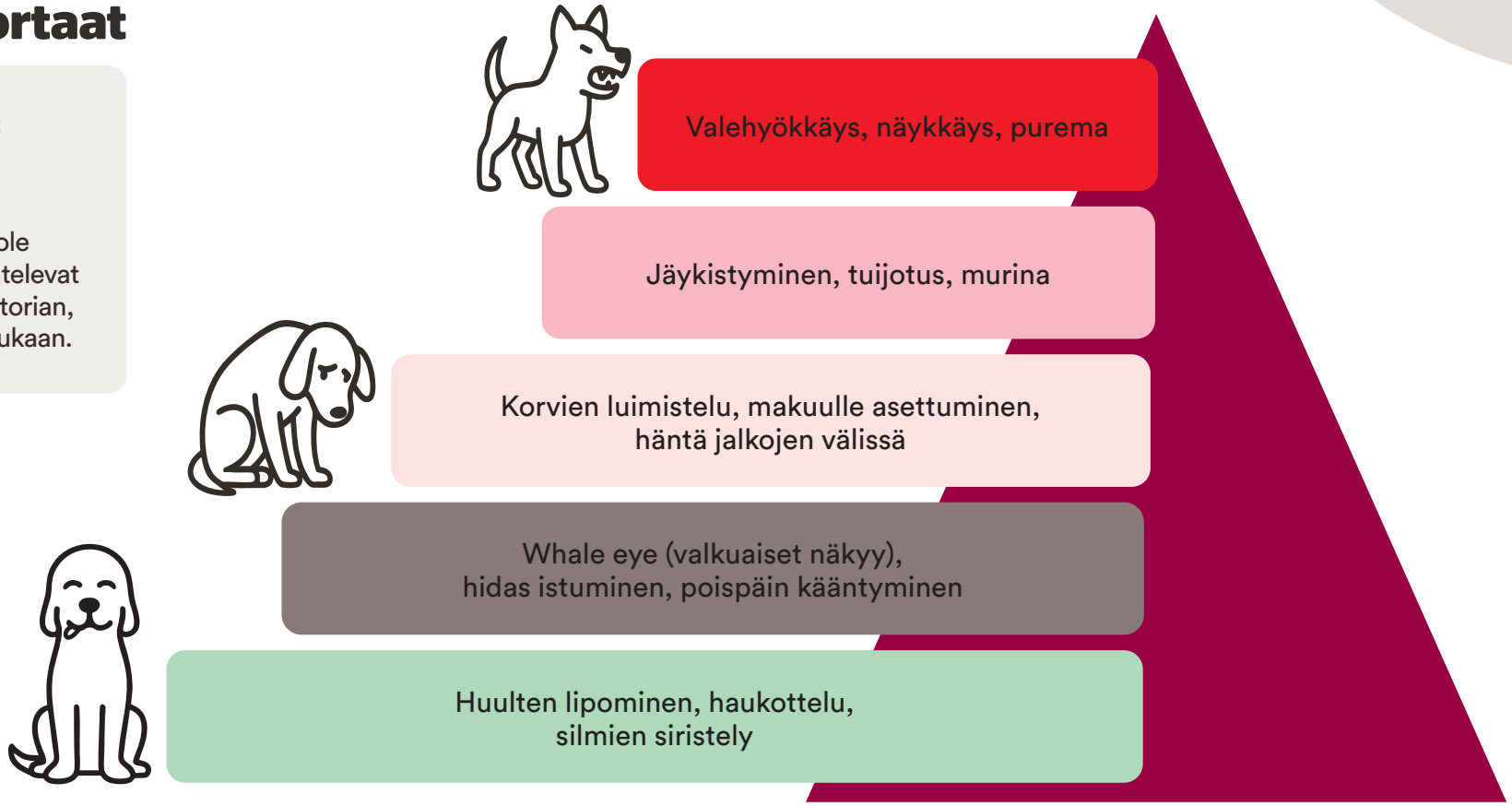


Opettele koiran kieltä: koira viestii yllättävän paljon sille, joka osaa sen kieltä.
Lue koiran elekielestä täältä.

Esimerkiksi elekieli ennen aggressiota: kun tunnistat merkit voit välttää tilanteen kärjistymisen

Aggression portaat

- **Elekielen porrasmalli:** Kuinka koira päätyy puremaan?
- Kaikki eleet eivät aina ole käytössä, tilanteet vaihtelevat mm. koiran oppimishistorian, perimän ja tilanteen mukaan.



(Sepherd, K 2009. BSAVA Manual of Canine and Feline Behaviour, 2nd edition, pages 13-16. Editors Debra F. Horwitz and Daniel S. Mills)

Musti ja Mirri
Kaverina myötä- ja vastakarvassa

7. Koiralle sopiva ympäristö

- **Turvallisuuden tunne:** uskaltaako koira asettua levolle, kun siltä tuntuu? Uskaltaako koirasi tehdä aloitteita esimerkiksi leikkiin tai pyytää ulos?

- **Onko ympäristön lämpötila sopiva?** Jatkuva palelu tai liian kuumissaan oleminen lisäävät stressiä ja voi aiheuttaa vakavaakin oireilua.

- **Eihän koiran tarvitse pinnistellä ympäristössä jatkuvasti?** Tällä tarkoitetaan sitä, että koiralla olisi esimerkiksi valtava halu paimentaa lampaita, mutta joutuu elämään lampaiden kanssa samassa pihassa ilman lupaa paimentaa. Tai pihassa on lampi jossa koira ei saa uida ja uiminen on sille valtavan tärkeä käyttäytymistarve. Tai koiralla on tarve hälyttää huomioistaan, mutta sen oletetaan olevan mahdollisimman hiljainen. Oikea koira oikeassa ympäristössä tekee arjesta helpommin soljuvaa.

Neljä F – Koirien toimintamallit stressaavissa tilanteissa

Toimintamalli saattaa muuttua saman tilanteen aikana, ole tarkkana



”Jännittää, pelottaa,
stressaa, en tiedä mitä tehdä...”

→ Helpota tilannetta!

Musti ja Mirri
Kaverina myötä- ja vastakarvassa