

En chihuahua på recept tack

För elva månader sedan fick jag en oväntad present av min mamma. Pengar.

Hon sa: *pengarna är till en hund.*

Mina syskon fick likadana presenter. Jag blev lite chockad och tänkte att jag kanske skulle köpa något annat, för när man är sjukskriven är man riktigt FATTIG så man kan inte unna sig något.

Men min lillasyster och jag började kolla på blocket, vi fastnade för två långhåriga chihuahuor.

Vi åkte iväg för att träffa valparna, jag kommer inte ihåg vart men på gröna linjen var det. Det kändes så orealistiskt och jag tänkte: *Jag kan knappt klara mig själv och nu en hund? Hur f-n ska det gå?*

Om jag inte fixar det så får min lillasyster henne.

Väl där, en dag i maj månad, träffade jag **Märta**. Hon kommer fram till mig och det är kärlek vid första ögonkastet. Tusen frågor far iväg i min hjärna: *ska jag verkligen?*

Min syster blev kär i **Lola**, hon är vit/ beige och har ljusa ögon.

Till sist tingade vi dem och kom överens om att hämta dem efter några veckor. Kände mig jättelycklig fast med oro, eftersom jag har ångest, (gad, generaliserat ångestsyndrom) och det är ett helvetes projekt för mig att kunna ta mig ut.

Dagen Märta kom hem kändes det bra och jag började märka att hon hjälper mig att ta mig ut. I min oro googlade jag på hur lång tid man ska rasta chihuahuor och det räcker med 30 minuter om dagen. Där lättade ångesten.

Det underbara är att Märta får följa med på skrivarkurs varje tisdag. Där är det alltid någon som håller henne i famnen, hon hälsar på alla. Hade jag inte kunnat ta med henne så skulle jag säkert gå dit ändå, men bara enstaka gånger.



Märta följer med på skrivarkurs och charmar alla. Foto: Alejandra Collazo

När jag är ute börjar folk prata med mig, frågar vad hon heter och hur gammal hon är. Varje gång jag rastar henne börjar hundägare prata med mig, ger tips o s v. Ja, så fort vi kommer hemifrån så växlar jag nästan alltid några ord med någon, till och med grannar som inte hälsat på 20 år har börjat prata.

Jag googlade på i vilka gallerior man kan ha med sig hund. Jag har varit i flera olika mataffärer men blivit tillsagd att lämna affären massor med gånger, så jag vågar inte längre

smita in med henne. Det hade hjälpt mig så mycket att kunna gå och handla med henne. Tänk om hon var ett *hjälpmedel för psykisk ohälsa*, en Märta på recept? Det skulle öppna nya dörrar för många. Mina systrar eller min dotter skulle inte behöva gå och handla med mig. Jag har handlat med hemleverans någon gång men det blir jättedyrt i längden. Jag behöver handla där allt är mycket billigare.

Jag önskar från djupet av mitt hjärta att man ska kunna ha hund på recept. Man köper hunden själv men hunden får en väst där det står *ledsagare* och man får intyg från sin mottagning.

Märta har gett mig självförtroende, glädje och vänskap. Jag blir inte frisk men jag bryter isoleringen, åtminstone för en stund. Och den lilla stunden är värdefull för en person med psykisk ohälsa – jag börjar känna att jag lever.

Ja, en Märta på recept tack!

PS: Tillägnad min mor **Miriam Ansoleaga de Collazo**