

Ijmond

Kriebelt het met dit mooie lenteweer om lekker met je paard buiten te gaan rijden, maar zijn er nog wat beren op de weg die je daarvan weerhouden?

Ellen de Boer, gedragstherapeut voor paarden, geeft zaterdag 10 juni een lezing over de aard van het paard en tips voor de buitenrijdende ruiter.

Ellen de Boer geeft 10 juni lezing over buitenrijden



Ellen de Boer, gedragsdeskundige voor paarden, geeft aanwijzingen aan Nada met haar pony Sun.

FOTO UNITED PHOTOS/REMCO VAN DER KRUIS

'Observeer je paard heel goed, ruiters!'



Evelien Engle
e.engle@hollandmediacombinatie.nl

Santpoort-Noord * Wat voor de Santpoortse Ellen de Boer ooit begon met vele zaterdagmiddagen als paardenmeisje doorbrengen op een gezellige manege in Zwanenburg, groeide uit tot een serieuze belangstelling in de aard van het paard. Sinds zes jaar mag ze zich gediplomeerd gedragstherapeut voor paarden noemen en sinds een jaar is ze aangesloten bij Tinley Gedragstherapie voor Dieren. Zaterdag 10 juni staat een lezing in De Stalpoort op de agenda voor iedereen die graag met zijn viervoeter

buitenritten wil maken en nog wel wat tips kan gebruiken. Eigenlijk wilde ze nooit een eigen paard want het leek haar zo veel werk. Toch liep het anders toen ze Soeda ging verzorgen en de Haflinger te koop kwam te staan. „Ik wilde haar niet uit het oog verliezen en ben toen toch gezwich.“ Ze lacht: „En ja, een eigen paard is heel veel werk.“ Toch zou ze niet meer zonder haar trouwe en tikkie eigenwilde Haflinger kunnen die ondertussen 23 jaar oud is. Soeda is zelfs de reden dat ze zich verdiepte in de wereld van het paard. „Soeda was altijd erg stressgevoelig en kon ergens lang in blijven hangen“, blikt Ellen terug. „Was er iets anders aan de route die we buiten

liepen dan schrok ze daarvan en had ze daar uren later nog last van.“ Ellen startte met het volgen van de module 'Hoe leert mijn paard?' bij Tinley Academie om daar vervolgens zo enthousiast van te raken dat ze doorging met de driejarige opleiding tot gedragstherapeut voor paarden. De opgedane kennis kon ze in de praktijk goed gebruiken. „Ik heb bijvoorbeeld geleerd dat structuur Soeda goed doet. Dezelfde oefeningen in dezelfde volgorde zorgt voor concentratie. Door naast je paard te lopen en oefeningen aan de hand te doen, geef je je paard vertrouwen dat het goed gaat. Dat is het samen doen.“ Vroeg ze zich eerst nog af waarom het niet lukte met

Soeda buiten te rijden, nu accepteert ze dat Soeda van karakter een paard met meer angst en stress is. „Ik ben erachter gekomen dat de band met je paard belangrijker is dan het rijden. In eerste instantie had ik niet meteen een klik met Soeda. Nu kan ik lezen en schrijven met haar, maar daar hebben we wel aan moeten werken.“

Belonen

Wat ze aan paardeneigenaren mee wil geven? „Observeer je paard heel goed. Probeer na te gaan wat het normale gedrag is. In welke situatie is je paard tevreden? Dan weet je ook wanneer het gedrag afwijkt. Dan herken je ook pijn, stress en ongemak. Wat goed is om

te realiseren is dat een band opbouwen met je paard tijd kost. Train je paard stapje voor stapje. Waar een dier in de training heel gevoelig voor is, is belonen. Zeg iets liefs, kriebel in de manen of geef een brokje om te laten weten dat je paard het goed doet.“ Met name de stressgerelateerde kant is een facet waar Ellen zich de laatste jaren veel in heeft verdiept. Hoe gaat ze als gedragstherapeut te werk? „Een eigenaar vult eerst een vragenlijst in. Dat is een soort anamnese. Daarna observeer ik het paard en geef ik een diagnose“, zo legt ze uit. „Aan de hand van de diagnose maak ik een plan met adviezen om het paard bijvoorbeeld te hertrainen.“ Ze noemt het

voorbeeld van shetlander Sun. Sinds de politie vorig jaar december een Ijmuidenaar in zijn been schoot die naar stal Rutte was gevluht, is de pony bang voor knalgeluiden. „De eigenaresse wil graag de pony voor de sulky zetten en ze had al heel veel geoefend met de lange lijnen met hem, maar ze merkt dat hij schrikkerig is geworden. Voor Sun is het daarom fijn om een paar stapjes terug te doen in de training. Zo kan de pony fysiek en mentaal groeien.“ Gedragstherapeut: het is een redelijk nieuw begrip. „We kennen het wel voor honden en katten“, vergelijkt Ellen. „Maar veel paardeneigenaren kunnen voor adviezen terecht bij hun rij-instructeur.

Gedragstherapie kan daarop een mooie aanvulling zijn. Zeker als het om problemen gaat die niet zozeer rijtechnisch zijn zoals agressie op de wei, stress op stal of angst voor de dierenarts.“ Het werk geeft Ellen energie. „Als ik het leven van een paard een beetje beter kan maken, dan word ik daar blij van.“

Ellen geeft zaterdag 10 juni (13.00-16.00 uur) de lezing 'buitenrijden met je paard' in De Stalpoort. Adres: Dinkgrevelaan 32, Santpoort-Noord. Kosten bedragen 25 euro inclusief koffie/thee. Aanmelden kan via: aardvanhetpaard@gmail.com. Zie voor meer informatie: www.aardvanhetpaard.nl en buitenrijdenmetjepaard.nl

Ijmond

De Vrijwilliger

Bijna de helft van de Nederlanders van vijftien jaar en ouder zette zich vorig jaar minimaal één keer in als vrijwilliger. Het gros doet iets voor scholen of sportverenigingen, maar er gebeurt veel meer. Deze krant gaat wekelijks in gesprek met vrijwilligers uit de Ijmond.

'Hopelijk staan anderen op, maar zeg nooit nooit'

Driehuis * Als Hugo Brink (66) 'ja' tegen een vrijwilligersfunctie zegt, gaat hij er voor honderd procent voor. Vrijwel overal werkt de Driehuisenaar zich op. „Ik heb er geen moeite mee mijn nek uit te steken.“

Zijn vrijwillig curriculum vitae lijkt oneindig. Behalve voor de Engelmunduskerk, waar zijn vader predikant was, werkt hij momenteel vrijwillig voor de Vrienden van Beeckestijn, de Consumentenbond en een pensioenfonds. „De diversiteit maakt het leuk.“

Zijn eerste vrijwillige functie is bij de kinderkerk van de Engelmunduskerk, eind jaren zestig en begin jaren zeventig van de vorige eeuw. „In die periode was ik ook voorzitter van jongerensociëteit d'Arc en werd ik politiek actief“, vertelt Brink. „Bij het CHU, de partij die later met de ARP en de KVP het CDA is geworden.“

Het kerkbestuur is lang een onneembare vesting, want het was 'ongewenst' dat de zoon van de predikant zich zou bemoeien met de koers. Nadat zijn vader met emeritaat is gegaan, treedt hij alsnog toe tot het bestuur. „Eerst als ouderling, daarna ben ik afgetreden en teruggekomen als diaken. Nu ben ik voorzitter van het kerkbestuur.“

Comeback

Na 14 jaar in het kerkbestuur, doet hij volgend jaar graag een stap terug. „Ik bied graag de ruimte aan anderen.“ Een comeback sluit hij niet uit. „Hopelijk staan anderen op, maar zeg nooit nooit. Want ook onze kerk wordt gekenmerkt door een krimpende gemeenschap.“

Voor de stichting Vrienden van Beeckestijn overlegt hij behalve met de gemeente met Natuurmo-

numenten en Hendrick de Keyser, eigenaren van de tuinen en panden op het landgoed. „We geven ook ongevraagd advies. Een goede relatie wordt gekenmerkt door de mogelijkheid om van mening te verschillen.“

De voorzittershamer van de bondsraadcommissie van de Consumentenbond heeft hij onlangs overgedragen. „Ik wil ook graag een tijdje als gewoon lid actief zijn, want als voorzitter verwoord je alleen de ideeën van anderen.“ Bij het CDA is hij 'op afstand betrokken', en hij controleert nog altijd het beleid van het pensioenfonds van zijn oud-werkgever Vopak.

Limiet

Wat vrijwilligerswerk betreft zit hij met gemiddeld 20 uur momenteel aan z'n limiet. „Als ik iets anders zou willen, moet ik iets laten vallen.“ Een nieuwe uitdaging sluit hij niet uit. „Dat is het voordeel: vrijwilligerswerk is niet vrijblijvend, maar je hebt de mogelijkheid om te zeggen dat het mooi is geweest.“ Bergen met werk heeft hij verzet, maar het door zijn enthousiasme gestimuleerde vliegwieleffect is misschien wel belangrijker. „In de instellingen waarin ik actief ben, kost het geen moeite om opvolgers te vinden.“

Niet alleen binnen de organisaties, ook daarbuiten valt zijn inzet op. „Ook ik werd onder valse voorwendselen naar het gemeentehuis gelokt“, vertelt hij over de dag voor Koningsdag. „Pas toen het op het scherm kwam, wist ik het zeker“, zegt hij over het hem toegekende lidmaatschap in de orde van Oranje Nassau. „Het is een erkenning en ik draag hem met trots.“

Jouri Bakker



Hugo Brink.

FOTO UNITED PHOTOS/TOUSSAINT KLUITERS