



# A.P.Z.

# NIEUWS

MAANDELIJKS  
Maand FEBRUARI 2022  
Erkenningsnummer: P806032  
Laaglandweg, 13  
B 2610 WILRIJK  
APZ : GSM - 0496-25 97 38  
Email: apz79@hotmail.com  
www.apz-zandhoven.be  
Rekeningnummer APZ:  
BE79 7331 4131 9633  
(BIC-Code: KREDBEBB)



WILRIJK 1

(ANTWERPEN)



(Bron: [klik hier](#))

## Vergadering van 31 januari 2022

### Afscheid van Cecile Destecker – De Backere



Liefdevolle herinnering aan

Mevrouw

### Cecile De Backere

Echtgenote van wijlen de heer Joseph Destecker

Geboren te Assebroek op 23 februari 1932  
en ingeslapen te Brugge op 23 januari 2022

Gewezen vrijwilligster O.C. Rustenhove Assebroek  
Gewezen vrijwilligster Mensportverenigingen  
Vrijwilligster AZ Sint-Lucas

Moeder Cecile, je bent er niet meer.

Je was er nochtans altijd, blij gezind en zorgend.  
Belangloos, met een warm hart en een vrolijke lach.  
Geen gekunstelde woorden, geen groot vertoon,  
maar ongedwongen en luisterend naar iedereen.  
Waar nodig sprong je in de bres om te helpen  
en als je het niet zelf kon,  
was je een hartverwarmende steun.  
Een echte moeder voor iedereen  
Ja... en zelfs wanneer het leven pijn ging doen  
bleef je overeind met een kwinkslag en  
een schittering in je ogen.  
Nu zoeken we naar woorden,  
want we willen je mooie leven vasthouden.

Dankjewel moeder Cecile!

Op 23 januari 2022 hebben we afscheid moeten nemen van een icoon binnen de mensport. Ieder die maar iets met de mensport heeft te maken gehad kent zeker en vast Jozef en Cecile. Jarenlang hebben zij zich, belangeloos, ingezet voor de mensport. Geen enkele koets kon vertrekken aan de wedstrijd of het startsein diende gegeven te worden door hen. Met de hulp van de nodige verkeerslichten en het alom gekende aftellen van Jozef "5, 4, 3, 2, 1, succes" konden de paarden steeds stipt vertrekken.

Het Bestuur van het APZ wenst de familie veel sterkte toe in deze moeilijke periode.

## Corona

Wil je meer weten over corona en paardensport? Via volgende link van "Paardensport Vlaanderen" kunt je er alles over nalezen: klik [HIER](#).



## APZ - Dressuur- en Vaardigheidswedstrijd

Het APZ heeft een aanvraag ingediend bij de VLP voor de organisatie van haar jaarlijkse dressuur- en vaardigheidswedstrijd. De wedstrijd was gepland op 24 april 2022 op domein Moervelden te 2520 Ranst, Bistweg 11. Om volgende redenen kan deze datum echter niet aangehouden worden: op 24 april is een nationale wedstrijd (CAN - ABC) gepland te Saive dewelke voorrang heeft op onze organisatie en ondertussen is er een BMX-wedstrijd voorzien naast onze terreinen, hetgeen niet verenigbaar is met paardensport.

Wij gaan verder ook afwachten wat de coronamaatregelen brengen vooraleer te beslissen over het al dan niet kunnen organiseren van onze wedstrijd op een andere datum. Indien er geen wedstrijd kan doorgaan zullen wij ons zeker focussen op de "koetsenbeurs" van december 2022.

## Zoekertjes / Te koop:

Wie iets te koop wil aanbieden of iets zoekt dat te maken heeft met de paardensport, kan dit nog steeds aan ons doormailen. De vraag of advertentie zal dan een tweetal maanden verschijnen in ons clubblad en op onze website. Dit is een gratis dienst voor onze leden.

## Varia

Leden die deelnemen aan menwedstrijden of mentochten verzoeken wij om een tekst, eventueel aangevuld met foto's, over te maken aan het bestuur zodat dit kan worden opgenomen in het clubblad. Dit leest aangenamer dan de technische/wetenschappelijke artikelen die wij zelf moeten gaan zoeken op het internet. Een mailtje hebben wij het liefst maar geschreven kan ook.

## AGENDA

Datum	Ptn	Omschrijving
<b>2022</b>		
06-02-2022		Grote Brogel – CAV
20-02-2022		Dessel – CAV
06-03-2022		Axel – CAV
13-03-2022		Oud-Heverlee – CAV
20-04-2022		Bornem – AC – CAN/CAV




- ~ Lesgeven
- ~ Opleiden van paarden
- ~ Leren mensen

Hoogstraatsebaan 175  
2390 Oostmalle

0032 473 702 602  
geerts\_glenn@hotmail.com

[www.glenngeerts.be](http://www.glenngeerts.be)



**KOETS & CO**

www.koetsenco.be

**KOETS & CO**

Leo Weckers  
Tel: 0032-468175666  
Tel NL: 0031-612333398  
www.koetsenco.be

Info@koetsenco.be  
Houtmolenstraat 133  
3900 Overpelt

Officieel importeur Excellent  
koetsen & marathonwagens.

## Lidgeld vernieuwing

Het lidgeld is 25,00 euro voor alle leden van vorige jaren.

Nieuwe leden: 40,00 euro voor het eerste jaar, de volgende jaren ook 25,00 euro

Naam: .....

Adres: .....

Postnr/Plaats: .....

Tel.: ..... GSM: .....

Emailadres: .....

Te storten op KBC-rekening: BE79 7331 4131 9633 (BIC-Code: KREDBEBB)  
met vermelding: "Lidgeld 2021 : Naam + Voornaam"

Of te betalen aan Liliane.

---

## Advertenties in het APZ-boekje

Voor een A4-blad = 250,00 euro

Voor een ½ blad = 125,00 euro

Voor een ¼ blad = 70,00 euro

Naam: .....

Adres: .....

Postnr/Plaats: .....

Tel.: ..... GSM: .....

Emailadres: .....

Advertentie overmaken bij voorkeur via ons emailadres [apz79@hotmail.com](mailto:apz79@hotmail.com)

Te storten op KBC-rekening: BE79 7331 4131 9633 (BIC-Code: KREDBEBB) met vermelding:  
"Sponsoring clubblad APZ"

Of te betalen aan Liliane.

Betalen a.u.b. vóór 15 februari



**Hoefjes & pootjes**  
 presenteert

**BEESTIG leuke kampen en  
 dierendagen in 2022!**



Hoefjes en pootjes  
 Hei-ende 84  
 2340 Beerse

**We leave hoof -and pawprints on your heart**

## KAMPEN 2022

DIERENPLEZIER VOOR GROOT EN KLEIN

5-6 maart

Hondenkamp **VOLZET**

2 juli

Dagkamp 4-12 jaar

18-19 juli

Tweedaagse 4-12 jaar

2-4 augustus

Puberkamp 12-18 jaar

6 augustus

Dagkamp 4-12 jaar

20-21 augustus

Tweedaagse 4-12 jaar

## DIERENDAGEN 2022

5 februari

3 september

2 april

1 oktober

7 mei

5 november

4 juni (Duo-dag  
 met mama/papa)

3 december

**IEDEREEN WELKOM!**

Inclusieve kampen voor kinderen  
 en jongeren met of zonder  
 beperking

Volg ons op facebook en instagram

**info en inschrijvingen**

[www.hoefjesenpootjes.com](http://www.hoefjesenpootjes.com)  
[hoefjesenpootjes@outlook.com](mailto:hoefjesenpootjes@outlook.com)

0470/59 11 41

# Wat paarden ons leren



[Lonneke Ruesink](#)

Paarden worden steeds vaker ingezet voor coaching. Dat is niet voor niets: door hun gevoeligheid voor lichaamstaal, emoties en intentie kunnen ze ons een spiegel voorhouden en mooie inzichten bezorgen. Het leuke is dat je eigenlijk helemaal geen speciale coachsessie nodig hebt om van paarden te leren. Als je ervoor openstaat, zal je ontdekken dat je eigen (verzorg)paard je ook een heleboel te ‘vertellen’ heeft. In dit artikel deelt instructeur Paard & Gedrag [Paula van de Geest](#) een aantal voorbeelden.

## **Les 1: Je bent helemaal oké, ook als je een keer wat minder vrolijk bent**

We hebben allemaal weleens een mindere dag. Als je dan met je paard gaat trainen, kan het gebeuren dat je ongeduldig bent of gefrustreerd raakt. Als gevolg daarvan reageer je misschien niet helemaal eerlijk naar je paard. Veel paardeneigenaren herkennen vast het schuldgevoel dat daarop volgt: ‘Ik had niet zo onaardig mogen doen tegen hem!’ De volgende dag kom je bij je paard en wat schetst je verbazing: hij komt, zoals altijd, vrolijk naar je toegelopen. No hard feelings. Ondanks je mindere dag, associeert hij jou helemaal niet met iets onprettigs. Hij is blij je weer te zien. Mensen hebben vaak de neiging om negatieve gevoelens in zichzelf afkeuren. We moeten altijd maar vrolijk en leuk zijn. Maar dat kan niet. Paarden leren ons dat dat helemaal oké is. Zij hebben ook weleens een mindere dag. Volgende keer beter.

## **Les 2: Uit je hoofd en in het moment ‘zijn’**



Vaak zijn we druk met 101 dingen tegelijk: de boodschappen, werk, sociaal leven, telefoon etc. En dan ‘moeten’ we ergens tussendoor ook nog ons paard verzorgen en beweging geven. Geen wonder dat we soms de stal inrennen om ‘even snel’ te voeren of te trainen. Paarden houden alleen niet zo van gespannen kuddegenoten en sommige paarden zullen je duidelijk laten merken dat ze zich niet OK voelen als jij zo gehaast bent. Wat paarden ons leren: probeer rustmomenten te creëren. Zie de momenten met je paard als dé uitgelezen mogelijkheid om te focussen op hem en de eventuele training. Laat andere zaken even voor wat ze zijn. Voel je je erg gehaast? Doe dan juist even een stap terug of stel de training uit. Ga lekker met je paard grazen of gewoon even bij hem zitten. De band met je paard wordt zoveel mooier als je bewust met hem bezig bent. Het verschil is meteen voelbaar.

### **Les 3: Op een duidelijke, respectvolle manier je ruimte innemen**

Sommige mensen vinden het moeilijk om hun ruimte in te nemen en zich uit te spreken. Als jij je grenzen niet aangeeft, kan het gebeuren dat een paard dichterbij gaat staan dan je lief is. Sommige paarden doen dat op een zachte manier, maar er zijn ook types die iets minder subtiel zijn. Als jij echter respectvol, maar duidelijk je eigen plek (comfortzone) inneemt, zal een paard daarnaar luisteren. Sterker nog, de ervaring leert dat een paard vaak meer ontspanning ervaart als de afspraken duidelijk zijn. Duidelijkheid is echter niet hetzelfde als hardheid. Als je je grenzen op een agressieve manier aangeeft, kun je een hele andere reactie verwachten. Het is belangrijk om je bewust te zijn van jouw grenzen en deze te bewaken. Paarden leren ons dat dit OK is, zolang we tegelijkertijd ook de grenzen van de ander respecteren.

Er zijn oneindig veel lessen te leren van onze paarden. Het is interessant om, als je met je paard bent, regelmatig even bij jezelf na te gaan hoe je je voelt. Vervolgens is het leuk om te kijken hoe je paard die dag op jou reageert. Hoe bewuster je wordt van je eigen gevoel en gedrag, hoe meer de connectie met je paard zich kan verdiepen. En als bonus helpt het je ook in het dagelijks leven; in de omgang met andere mensen. We richten ons vaak op de dingen die wij onze paarden willen leren. Er zijn echter minstens zoveel lessen die wij van hen kunnen leren.

*Bron: [Bitmagazine.nl](https://www.bitmagazine.nl)*

*(Bron: <https://www.bitmagazine.nl/gedrag-artikelen/wat-paarden-ons-leren/139996/>)*