

KINDERCOACH THARA

PRESENTEERT

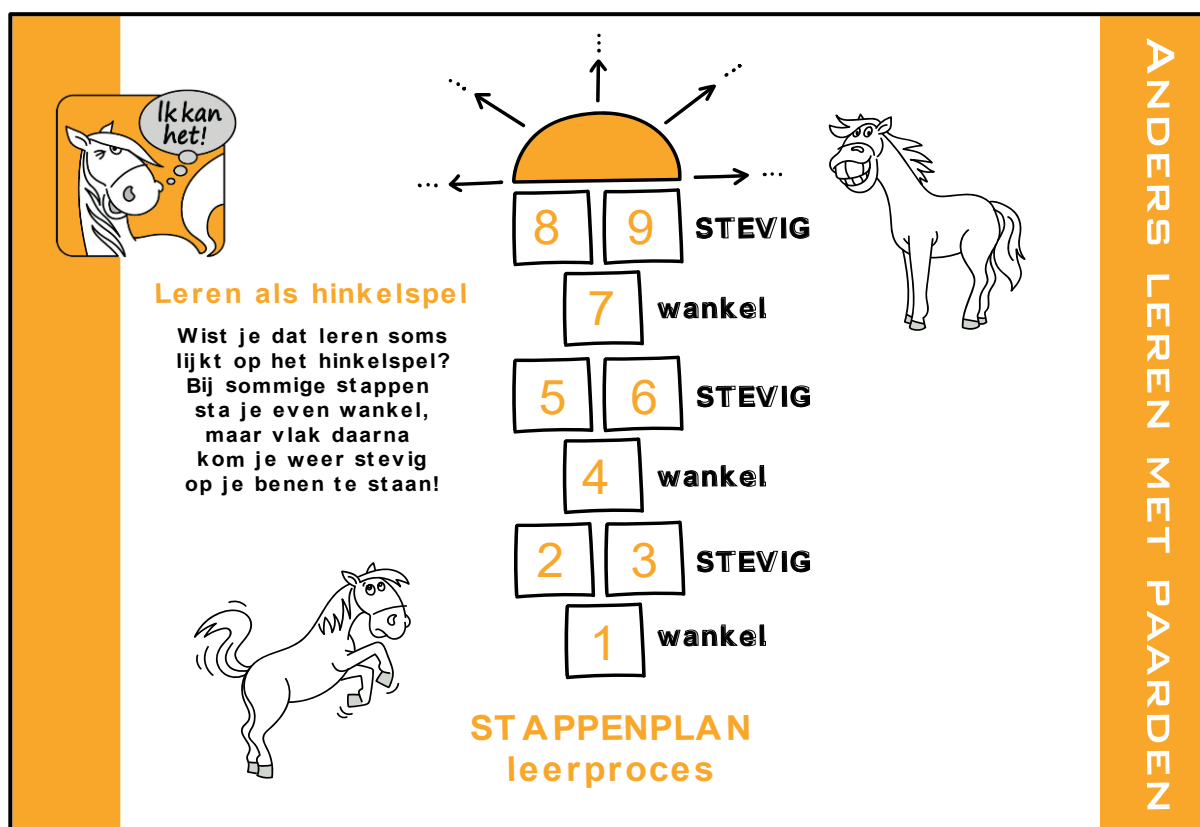


DE BUITENKLAS

EEN INITIATIEF VAN
ANDERS LEREN MET PAARDEN

DE BUITENKLAS VAN KINDERCOACH THARA IN WOERDEN

Ben jij tussen de 8 en 17 jaar en lukt het je niet om (alle dagen) naar school te gaan? Vind je paarden leuk en ben je graag buiten? Ben je niet bang voor een flinke plensbui, modder aan je schoenen of vieze handen? Dan ben je welkom bij de Buitenklas! Je helpt mee met de verzorging van de paarden en hun paardenparadijs. Wat is allemaal nodig om dit stukje natuur en alles wat er leeft gezond en in balans te houden? Je leert heel veel over paarden, hun omgeving en jezelf!

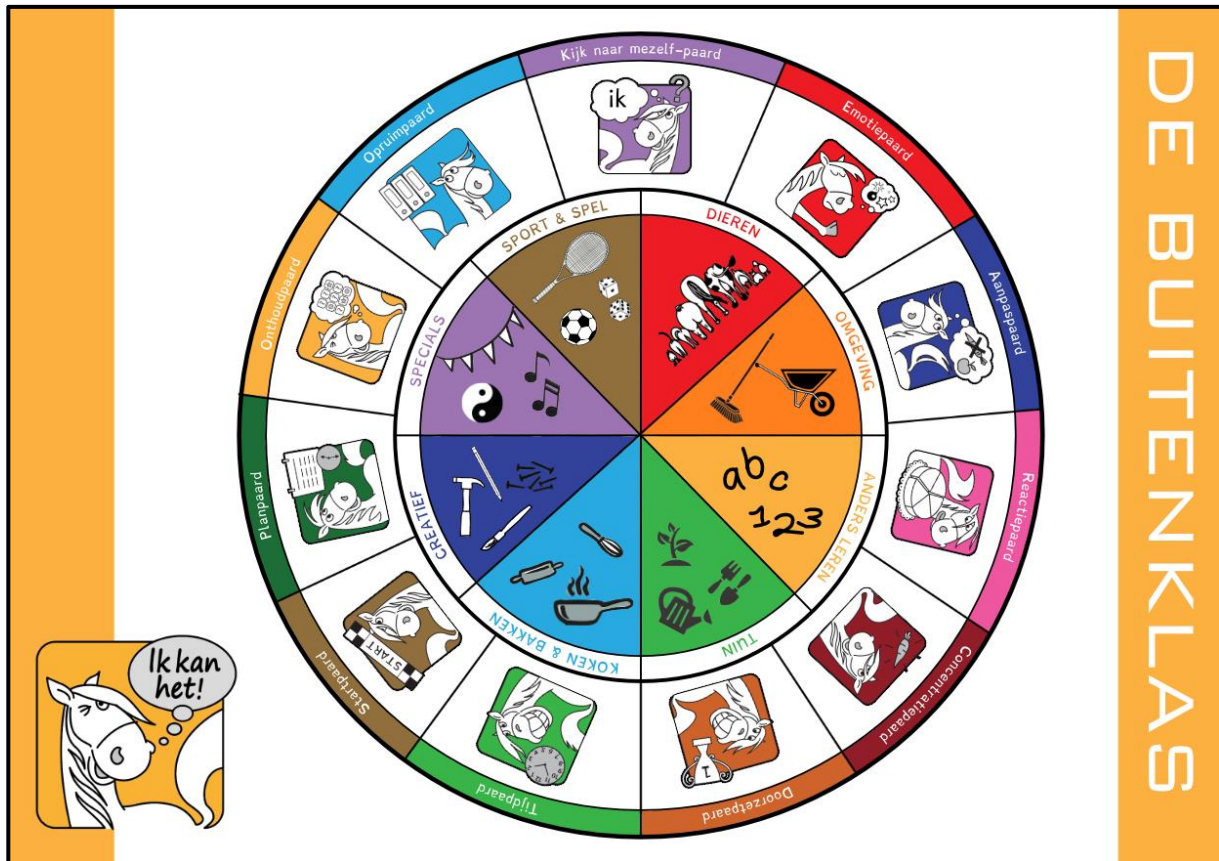


Bij de Buitenklas doe je veel dingen die je niet op school doet. Bij ons leer je niet aan een tafeltje uit een boek, maar door lekker bezig te zijn en alles echt te beleven. We hebben paarden, koeien, kippen, een boomgaard, een verwarmde binnenruimte en veel ruimte om te bewegen. We zitten op een melkveehouderij, ongeveer 700 meter van de openbare weg af, wat maakt dat we veel vrijheid en privacy hebben. Daarnaast hebben we ook veel ruimte om nieuwe dingen samen op te zetten zoals

een moestuin, een groot konijnenhok of een bomen- en plantenparadijs voor de paarden. Je helpt mee om ons stukje van de wereld een beetje beter en mooier te maken. Je leert veel over paarden, andere dieren en de natuur. Zo groeit niet alleen onze mooie paardenplek maar jijzelf ook. Want je ontdekt veel dingen over jezelf waar je trots op zult zijn. Dingen waarvan je misschien niet eens wist dat je het in je had. Zodat jij ook kunt zeggen 'Ik kan het!'

DIT GA JE ALLEMAAL DOEN IN DE BUITENKLAS

We hebben alle activiteiten ingedeeld in acht onderwerpen. Die zie je hieronder in de binnenste ring.



Dieren

We hebben een kleine kudde van twee paarden: Jessie, een Tinker merrie en Rena, een New Forest pony merrie. Zij hebben elke dag verzorging nodig. Daar help je bij. We maken de hooibakken schoon en vullen ze met nieuw hooi, we maken de waterbakken schoon en we ruimen de mest met elkaar op. We poetsen de paarden en we geven ze beweging met positieve trainingmethodes in de kleine paddock of in het weiland. Daarnaast zijn er ook andere dieren zoals de koeien, de kalfjes, de kippen en de konijnen die ook verzorging nodig hebben. Daar helpen we allemaal samen mee.

Omgeving

We hebben een mooi plekje midden in het Groene Hart. In bepaalde seizoenen harken we bladeren en rapen we de gevallen vruchten en nootjes op. We checken de wei en de paddock regelmatig op (on)kruiden en halen de giftige soorten voor de paarden weg. Van de soorten die wel gezond zijn voor de paarden, maken we snacks.

Omdat onze paardenplek recent helemaal nieuw is aangelegd, is er veel ruimte en vrijheid om nieuwe dingen op te zetten. We kunnen nieuwe snackhoekjes voor de paarden maken en we kunnen allerlei speelattributen maken zodat er een kleine

paardenspeeltuin ontstaat. Daarnaast kunnen we allerlei nieuwe bomen, struiken en andere planten gaan aanplanten zodat de paarden genoeg schaduw hebben en ook af en toe kunnen snacken van de hagen. Het kan ook voorkomen dat we een voerplek veranderen van plaats of juist een nieuwe voerplek erbij maken. De paddock moet ook regelmatig geregeld gesleept worden en daar kunnen we onze Tinker Jessie voor gebruiken of de mini trekker. En daarnaast zorgen de koeien en kalfjes ervoor dat we ook altijd wat kunnen opruimen, maken of juist kunnen verbeteren in en rondom de stallen.

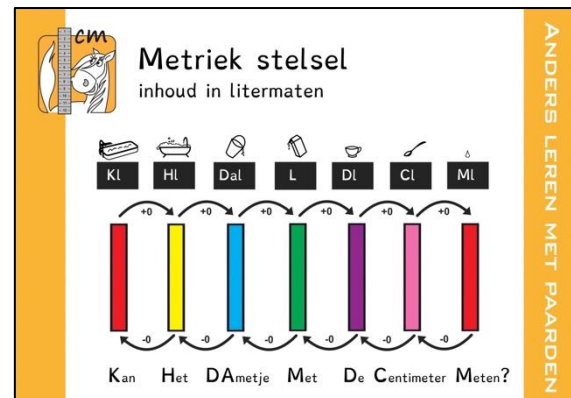
Verder wil ik een fijne plek voor de konijnen en kippen maken en dit kunnen we samen realiseren. Wat vinden deze dieren fijn? Waar hebben ze behoefte aan? Maar ook gaan we onze eigen binnenruimte verder inrichten en gezellig aankleden. Dit gaan we allemaal samen uitzoeken en vervolgens samen uitvoeren.

Anders leren

We houden van bewegen en van paarden, dus we doen af en toe ANDERS LEREN MET PAARDEN. Dat zijn superleuke parcoursjes waarbij je op het paard spelling, lezen, klokkijken, werkwoord-spelling, tafels, optellen en aftrekken, breuken, procenten en kommagetallen, maten en gewichten leert.

Stel: we willen soep met groenten uit onze tuin maken. Of slobber voor de paarden. Dan is het handig om eerst met de paarden het Maten & Gewichten parcours te lopen zodat je daarna op de parcoursplaat in onze buitenkeuken precies kunt aflezen hoeveel water er in de soep of slobber moet. Of na het breukenparcours kun je net wat handiger de hooibalen verdelen over de hooibakken of helpen uitrekenen wanneer we weer hooi moeten bijbestellen bij de hooiboer.

En wist je dat paarden ervan houden om voorgelezen te worden?



Tuin

Als je nog geen groene vingers hebt, dan krijg je ze wel bij ons! We zijn van plan om een eigen moestuin aan te leggen en daarnaast ook een paardentuin met allerlei bomen en planten voor de paarden. Dit heeft allemaal het nodige onderhoud en natuurlijk liefde nodig. Ook hebben we een aantal bakken staan met fruitplanten en bloemen die af en toe wat nodig hebben. En wie weet kunnen we aan de slag bij de appel- en perenbomen.

Koken & Bakken

Voeding is belangrijk. Van te veel slechte voeding word je ziek. Misschien merk je dat niet direct, maar na langere tijd wel. Maar wat is gezond voor paarden? Wat niet? Wat is gezond voor ons? Wat niet? Wie hebben er een dieet/allergie? We hebben een buitenkeuken met een picknicktafel waar we voor onszelf en voor de paarden kunnen kokkerellen. Paardentaarten, pannenkoeken, taart, cake, koekjes, soep, vlierbessensiroop, onze lunch. Als we uit de tuin of de boomgaard kunnen oogsten, kunnen we daar ook allerlei lekkers mee maken.

Daarnaast vind ik het leuk om zelf zuivel te maken met jullie. We zitten immers op een melkveebedrijf en hebben veel melk tot onze beschikking. Hoe kan je kaas

maken, wat moet je doen om boter te krijgen en hoe maak je heerlijke kwark, yoghurt of vla? Het hele proces, van melk tot bord, gaan we samen in kaart brengen.

Creatief

Van de wilgentakken die de paarden overlaten, maken we takkenrillen. Ook maken we bijv. een paardensnackpuzzel, een opbergrek voor de bezems en harken, maken we een mineralenbuffet voor de paarden, een handig opbergsysteem voor alle paardenspulletjes, bankjes om op te zitten in de binnenruimte, maken we een nieuw idee voor in de paardenspeeltuin, spannen we de stroomdraadjes weer aan en vervangen waar nodig, verven we de wanden van de sleufsilos of de muren van de binnenruimte, maken we onze eigen naambordjes of voor de paarden, maken we een eigen boerengolfset of verzamelen we allerlei seizoensdecoraties bij elkaar. Er is altijd wel iets te knutselen, schilderen, zagen of te timmeren. Ook als je zelf nieuwe ideeën hebt die de plek van de paarden, de anderen dieren of onszelf beter en leuker maken, mag je dat zelf gaan maken. Hoe leuk is dat?

Specials

Er is ook altijd wel iets te vieren! Jouw verjaardag, een paardenverjaardag, dat het lente, zomer, herfst of winter geworden is, of dat een paard iets bijzonders geleerd heeft. Aan vieringen besteden we graag aandacht. Paarden en muziek zijn ook een mooie combinatie: wel eens djembé met paarden gedaan? Misschien bespeel je zelf wel een

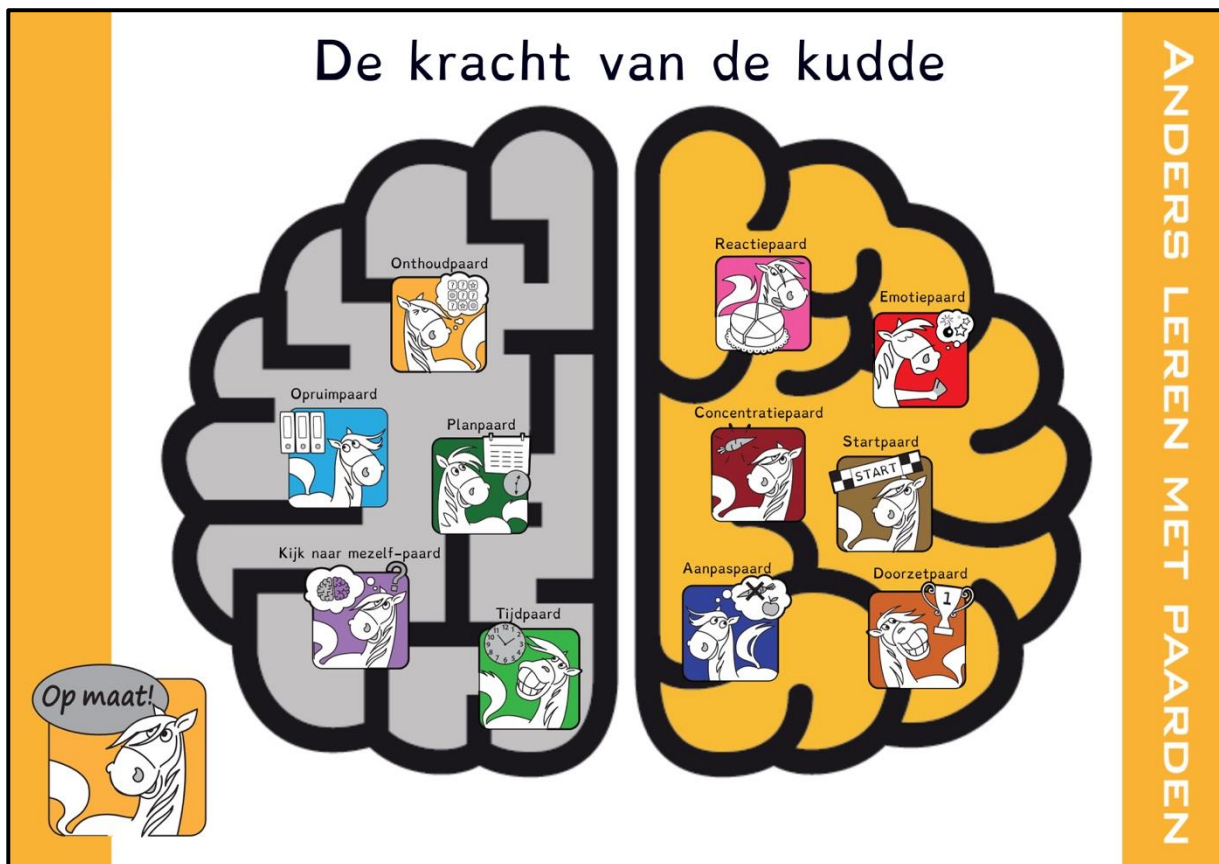
instrument en kun je deze meenemen of luisteren we je favoriete nummer met de paarden en kijken we waar zij van houden. Of wat dacht je van paardenmassage? De paarden zullen er heerlijk van ontspannen en jij ook. Daarnaast hebben we een aantal boeken en magazines waarin mooie verhalen en meditatie te lezen zijn. Ook besteden we de nodige tijd aan ontspanning: yoga en mindfulness. Uiteraard alles met of bij de paarden of tussen de kalfjes.

Sport & Spel

Is het weer een keer echt heel slecht? Dan doen we een spelletje of knutselen we in onze eigen binnenruimte of bij de koeien in de stal. Maar voor de rest zijn we buiten, buiten en nog eens buiten. Je beweegt daarbij sowieso veel. Mocht je nog meer energie hebben, dan kunnen we een heus paardenparcours maken dat we met en zonder paarden kunnen belopen, we kunnen boerengolf in het land doen of we kunnen een stokpaardenrace doen. Tussen de bomen kunnen we ook een net spannen zodat we kunnen badmintonnen of volleyballen. Ook een voetbaldoel is zo gemaakt. Misschien willen de paarden zelfs een potje paardenvoetbal meespelen. Heb jij zelf een leuk spelletje in gedachten? Haal alle benodigdheden voor het spel bij elkaar en laten we samen vooral veel plezier maken!

HOE ZIT HET MET JOUW PAARDENKRACHTEN?

Wist je dat je elf paardenkrachten hebt? Die hebben allemaal hun eigen kwaliteit. Dat zie in je de cirkel om de activiteiten heen. Wist je ook dat als je ergens succes in wilt hebben, je paardenkrachten veel belangrijker zijn dan je IQ? Deze paarden helpen je om je IQ goed in te zetten, dus om 'uit je te laten komen, wat er in je zit'.

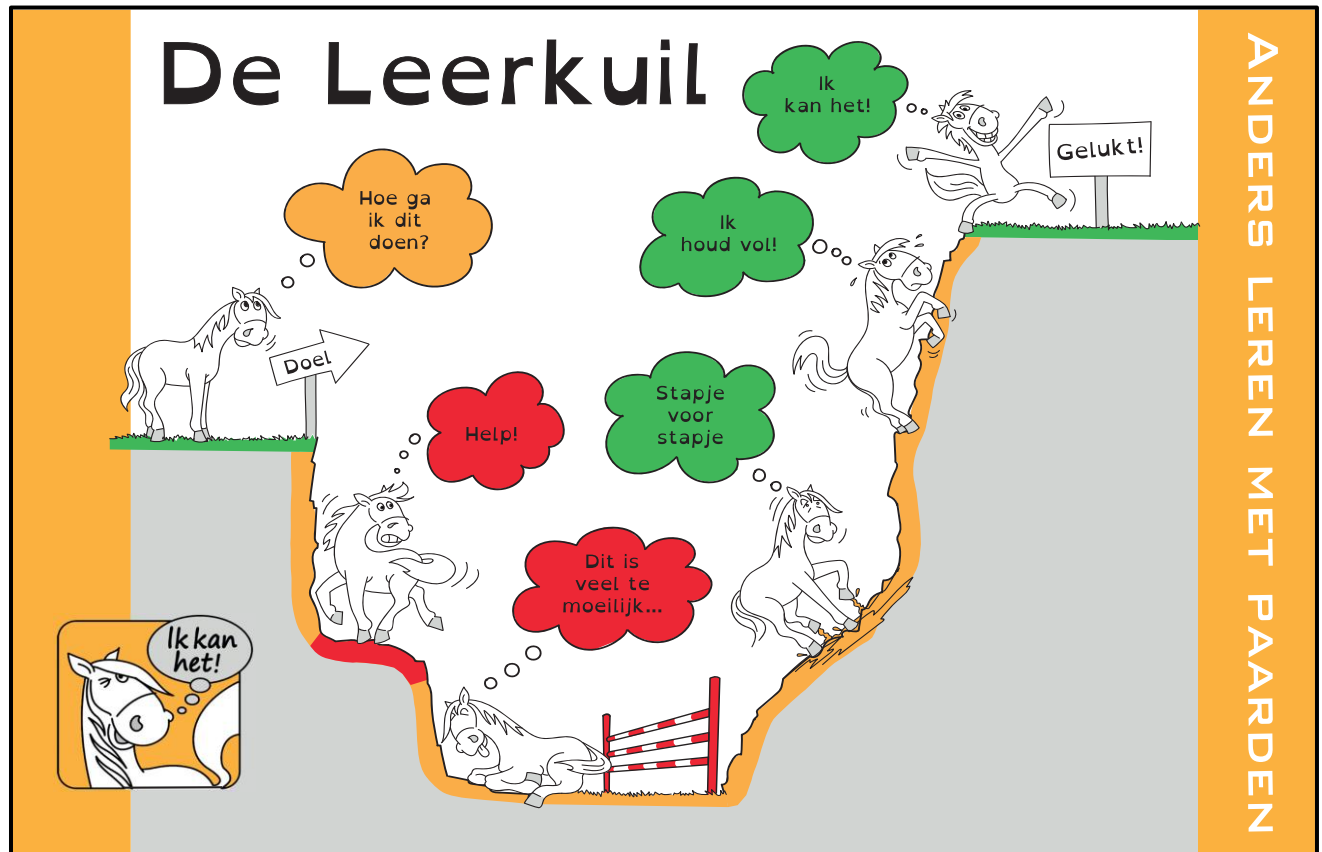


Terwijl je bij de Buitenklas met een activiteit bezig bent, helpen je paardenkrachten je daarbij. Je moet bijvoorbeeld iets plannen of de tijd in de gaten houden, je bent met iets lastigs bezig en je moet doorzetten om het voor elkaar te krijgen of je had iets in gedachten maar het loopt ineens anders en je moet je aanpassen... Dan heb je jouw Planpaard, Tijdpaard, Doorzetpaard en Aanpaspaard al nodig. En die hebben nog meer kuddemaatjes!

Als je bij de Buitenklas aan de slag gaat, zoeken we eerst uit hoe krachtig jouw kudde is. Zodat we weten welke paarden al op kracht zijn en voor welke paarden we nog een trainingsplannetje moeten bedenken. Dan weten we waar we rekening mee kunnen houden.

DE KRACHT VAN JOUW GEDACHTEN

Denk jij wel eens dat je iets niet kunt? Of dat je dom bent? Dat je het nooit zult leren? Bij de Buitenklas werken we met 'mindset'.



Mindset

Ken je de kracht van je gedachten? Wist je dat je rode en groene gedachten hebt? Als je iets ingewikkeld vindt, kijken we hoe je het in kleinere en gemakkelijkere stapjes kunt opdelen. Op welke manieren kun je positief leren? Wat is negatief leren? Wanneer zit jij in de leerkuil en hoe diep is de leerkuil? Hoe voorkom je dat je in de paniekzone komt en wat heb je nodig om terug te gaan naar de leer- en chillzone? Dat geldt zowel voor de paarden als voor ons mensen.

Leerdoelen

Daar werken we niet mee. Punt. Je bent voor ons goed zoals je bent. We gaan je niet shapen en in een malletje duwen. Net zoals we onze paarden ook de ruimte geven om zichzelf te mogen zijn. Je zult vanzelf dingen leren als je ze wilt leren en nodig hebt. Op jouw tijd en op jouw manier. Je bent in De Buitenklas om over jezelf en jouw paardenkrachten te leren via de paarden en hun omgeving. Om op een mooie, fijne plek te zijn waar je tot rust kunt komen en jezelf weer kunt zijn. Waar je dingen doet waar je blij van wordt en op je eigen manier kunt ontdekken wat je wilt leren.

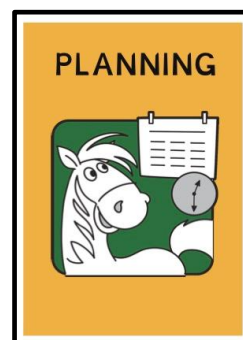
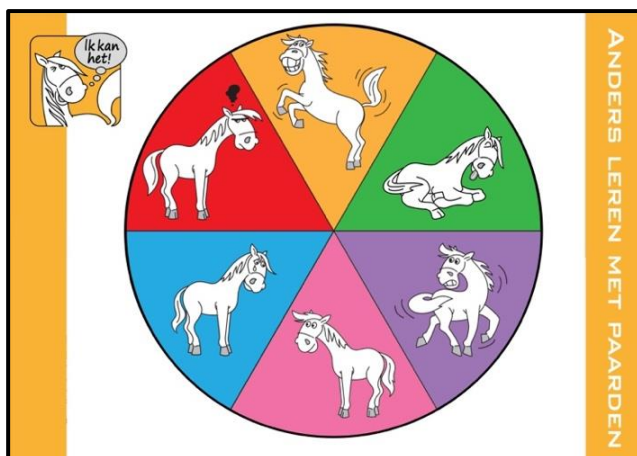
EEN OCHTEND IN DE BUITENKLAS

De ochtenden bij de Buitenklas kennen een vaste structuur.
De paarden vinden dat fijn en staan bij jouw aankomst al klaar!

10:00

Aankomst en planning

Kort praatje aan de hand van onze emotiecirkel en we maken de planning



10:15

Vaste activiteiten

Verzorging van de dieren en hun omgeving



11:15

Even uitpuffen!



11:30

Keuze uit de activiteiten



12:45

Opruimen

13.00

LUNCH

Zelf meenemen (tenzij anders aangegeven) met terugblik/vooruitblik op de ingezette paardenkrachten



13:30

Naar huis

PRAKTISCHE INFORMATIE



Wie helpt je?

Mijn naam is Thara van Winden en ik woon samen met mijn vriend en drie kinderen op een melkveehouderij in Woerden. Sinds 2023 staan de paarden ook op de boerderij en dat vind ik erg fijn. Ik vind het heerlijk om buiten te zijn, bij de paarden, bij de koeien of bij de andere dieren. Als ik maar lekker met mijn handen bezig ben en iets kan betekenen voor de dieren en hun omgeving. Zo ben ik opgegroeid vroeger, zo voed ik mijn eigen kinderen op en dit wil ik graag andere kinderen ook laten ervaren. Hoe is het om buiten te zijn en te leren van de dieren, de natuur en de omgeving om je heen? Waar kijk je naar en hoe kan je bepaalde problemen of situaties oplossen? Het geeft veel voldoening als je zo buiten met de dieren om je heen bezig mag zijn.

De kinderen die bij mij komen, zijn vaak kinderen die behoefte hebben aan 'gewoon zijn'. Dat ze gewoon mogen zijn wie ze zijn en dat dat volledig geaccepteerd wordt. Ondanks alles wat 'ze niet kunnen' volgens school of andere instanties. Ik ben van mening dat kinderen veel beter kunnen presteren en over zichzelf kunnen leren, als er meer lessen buiten in de natuur worden gegeven. Je leert niet alleen uit een boek aan tafel, maar je leert juist van het echte leven buiten de schoolmuren. Ook de kinderen die niet goed kunnen leren op school, weten mij om deze reden te vinden. Voor deze kinderen en hun ouders zet ik mij met veel liefde en passie in, om een fijne en veilige plek te creëren samen met de dieren. De methode die ik hierbij gebruik heet **ANDERS LEREN MET PAARDEN**. Lees meer info over de methode hier: www.anderslerenmetpaarden.nl.

Groepsgrootte

Drie tot vier kinderen in de leeftijd van 8-17 jaar. In overleg stellen we goed bij elkaar passende groepjes samen.

Waar

De Buitenklas vindt plaats aan de Barwoutswaarder 67 in Woerden. Dit is een melkveehouderij en ijsboerderij waar de paarden in hun paardenparadijs staan. Het ligt midden in het Groene Hart omgeven door veel groen. Er is een fijne, verwarmde binnenruimte en wc aanwezig.

Wanneer

Woensdagochtend van 09.30 – 13.30 uur, met extra optie maandagochtend.

Kosten

De prijs per ochtend per deelnemer is € 90,-. De opbrengsten komen onder andere ten goede aan de paarden, verrijking van de locatie en aan materialen voor de ochtenden zelf.

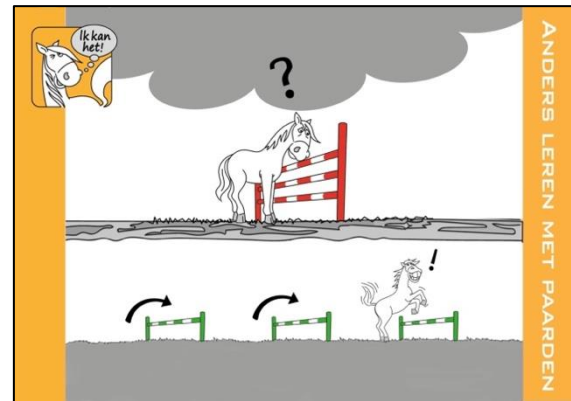
Financiering is door ouders zelf te regelen. Particulier, PGB of met een bijdrage van school, het samenwerkingsverband of de gemeente. Betaling vindt maandelijks achteraf plaats per factuur.

Hoe beginnen we?

Ik maak eerst telefonisch kennis met (een van) je ouders/verzorgers om te overleggen of de Buitenklas bij jou past en we plannen een kennismaking in. Als we na deze afspraak denken dat je op de juiste plek bent bij mij, vullen jullie de intakeformulieren in en doen we een proefochtend. Dan stel ik je voor aan mijn paarden en dieren en aan de andere Buitenklassers.

Is het een match tussen alle partijen? Dan wil ik ook jouw paardenkrachten leren kennen. Daar maken we een aparte afspraak voor met jou en (een van je)

ouders/verzorgers. Zodat ik weet welke paardenkrachten van jou al goed getraind zijn en welke nog wat training nodig hebben. Wat ik daarmee bedoel? Daar kom je vanzelf achter ;)



Verslaglegging

Dan gaan we echt van start met het programma. Je bent namelijk alle ochtenden samen met een of twee andere kinderen. Voor je weer naar huis gaat, kijken we aan het einde van de ochtend kort terug op wat we hebben meegemaakt en vooruit naar de volgende keer. Ik plaats van iedere ochtend een verslag in een beveiligd digitaal heen-en-weer schriftje. Zodat het thuisfront gemakkelijk kunt zien wat je gedaan hebt. Jij en je ouders en/of verzorgers kunnen er ook berichten in plaatsen. Aan jouw schriftje kunnen we naar wens ook je juf/meester/mentor of andere betrokkenen koppelen. Iedere drie maanden plannen we een evaluatie.

Contact

Thara van Winden
06 – 27 43 29 28
info@kindercoach-thara.nl

De Buitenklas Woerden
Barwoutswaarder 67, Woerden
Goede aanrij- en parkeermogelijkheden.

Meer weten?

www.anderslerenmetpaarden.nl
www.kindercoach-thara.nl