

PTSS-THERAPIE 'STILLE RIDDER' GIJS TUINMAN STEUNT HULP AAN VETERANEN

Normaal is oorlogsheld Gijs Tuinman, onderscheiden met de Militaire Willems-Orde en de Bronzen Leeuw, niet iemand die graag in de aandacht staat. Maar als het om paarden gaat, een grote passie van de 'stille ridder', is dat een ander verhaal. „Een paard kan je niet voor de gek houden.“

door Niels Kalkman

Het lijkt wel herfst op stal Mansour bij Arnhem. Het ruikt er naar nat hooi en paardenvrijen. Een stralend zonnetje wordt afgewisseld met een flinke pleusbui, en dat betekent dat de speciale dag van Hephaistos grotendeels binnen wordt afgewerkt, terwijl de druppels op het golfplaten dak tikken.

Een flinke aanpassing voor de getraumatiseerde geüniformeerden die op deze dag centraal staan. „Het is al moeilijk voor hen om in de belangstelling te staan“, vertelt instructrice Jet Janssen. „Maar zo'n grote wijziging op het laatste moment is helemaal pittig.“ En toch: oorlogs- en politieveteranen die een kwartier geleden nog trilend en bleek richting de paarden sjokten, draven inmiddels trots hun rondjes.

Eregast

Eregast van de dag is luitenant-kolonel Gijs Tuinman, drager van de hoogste militaire onderscheiding. „Het gaat om die gasten“, benadrukt de oorlogsheld, die meerdere keren in Afghanistan diende. Maar als de veteranen met ptss trots met hun paarden rondstappen in de bak onder begeleiding van Jet Janssen, glundert hij van trots. „Dit is zo mooi“, vindt Tuinman. „Deze mensen hebben verschrikkelijke dingen meegemaakt. Maar vooral: ze maken nog steeds verschrikkelijke dingen mee door het trauma dat ze hebben opgelopen. Ze zijn uitbehandeld en uitgeprocedeerd. Ze kunnen niet genezen. Maar we mogen ze tegelijk ook absoluut niet uitsluiten.“

Stichting Hephaistos zet zich voor die mensen in. Door ze te laten werken met paarden wil de stichting ze helpen hun trauma te verwerken om weer 'mens te kunnen zijn', vertelt John Suijkerbuijk van de stichting. „Hephaistos was een Griekse god die kreupel was en daarom werd verstoort maar de meest prachtige dingen kon maken. En dat staat symbool voor de getraumatiseerde oorlogs- en politieveteranen, maar ook voor brandweerlieden.“ Hij vertelt over de vreselijke dingen die de veteranen nu nog meemaken. „Drankproblemen, gestrande huwelijken. Ze voelen zich onbegrepen. En paarden helpen om dat gevoel weg te nemen.“

En voor wie wil weten

'Deze dieren hebben geen dubbele agenda'

waarom paarden daar bij uitstek geschikt voor zijn, heeft het alleen even te vragen aan Gijs Tuinman. Hij is in zijn 'vakantie-uniform' omdat hij met een maat uit Afghanistan op snoekbaars aan het vissen was in de Riebosch. „Paarden houden je een spiegel voor“, ver-

teelt hij terwijl hij het enorme paard Riander onder de buik kriebelt. „Paarden hebben geen dubbele agenda. Een hond kan een maatje zijn van een mens, maar een hond doet alles om zijn baas tevreden te houden. Een paard doet dat niet. Die vindt je niet aardig omdat je vorige week extra eten hebt gegeven.“ En juist dat is voor mensen die last hebben van een posttraumatische stress-stoornis (ptss) zo belangrijk, vertelt Tuinman gepassioneerd. „Een paard merkt het als je een slechte dag hebt. Dan moet je extra je best doen om zijn vriendje te mogen worden. Het

paard zegt dan feitelijk tegen je: 'Het gaat vandaag even niet zo lekker hè?' Er is geen mens die dat zo direct tegen je durft te zeggen.“

Overwinning

En des te groter is dan ook de overwinning als het contact met het paard toch lukt, benadrukt de oorlogsheld. Hij kijkt toe naar hoe de leden van Hephaistos vol zelfvertrouwen rondjes rijden in de binnenbak. „Aan de kant“, roept er één die de bak verlaat en graag de weg vrij wil hebben. Johan Suijkerbuijk: „Een paar minuutje geleden was hij nog heel klein en in zichzelf gekeerd. Nu is hij ineens de directeur.“

Tuinman: „Als paarden je toelaten, is dat zo'n bijzonder en warm contact. Zelf rijdt hij sinds een aantal jaar

regelmatig paard. „Op de manege van mijn dochter hadden ze regelmatig wedstrijden voor moeder en dochter. Waarom niet voor vaders en dochters, vroeg ik. Dat hebben we georganiseerd. Met een bar die op vrijdagavond een uurtje langer openbleef voor de vaders en een instructeur die vroeger bij de ME zat. Die gaf even een les met militaire discipline. Dat vonden de vaders leuk.“

Toen ontdekte Tuinman ook de band die mensen met paarden kunnen hebben. Hij hoefde dan ook niet te twifelen om zich in te zetten voor Hephaistos, en daar is de stichting maar wat blij mee. „Gijs is de enige die het echt voor ons opneemt op hoger niveau“, vertelt Suijkerbuijk. „De rest steunt ons wel, maar

Gijs Tuinman, drager van de hoogste militaire onderscheiding, met een 'therapiepaard' bij stal Mansour in Arnhem. Hij onderstreept het belang van training met paarden voor getraumatiseerde oorlogs- en politieveteranen. FOTO APA

zonder Gijs waren we niet waar we nu zijn.“

En ook Jet Janssen is blij met Tuinman, die vanwege zijn bescheidenheid ook wel 'de stille ridder' wordt genoemd. Elke donderdag rijdt ze met een stuk of tien veteranen. „Het gaat hem zo natuurlijk af“, fluistert ze als de geboren Heerleenaar even een stukje verderop staat. „Wekelijks zie ik wat het bezig zijn met een paard met veteranen doet, en hij snapt als geen ander hoe belangrijk dat is.“



Trauma- begeleider op vier benen