

Senioren ans Pferd

In den neuen Fortbildungen des NOEPS-Seniorenreferats bekommen Reitausbilder:innen das Rüstzeug, um ältere Menschen ans Pferd zu bringen.

Seit kurzem weht ein frischer Wind durch das Referat für Senioren-Pferdesport des Niederösterreichischen Pferdesportverbandes. Gabriele Orac, langjährige NOEPS-Referentin für Therapeutisches Reiten und ehemalige Leiterin der Sektion „Integratives Reiten“ des Österreichischen Kuratoriums für Therapeutisches Reiten, nimmt sich als dessen neue Referentin der Zusammenführung von Pferd und Mensch im höheren Alter an. Ideen hat sie viele, die neue Fortbildung „Senioren rund ums Pferd“ für Lehrwart:innen für Integratives Reiten ist heuer bereits zum ersten Mal erfolgreich über die Bühne gegangen. An zwei Wochenenden lernten die Teilnehmer:innen, mit den Besonderheiten älterer Menschen umzugehen: Wie unterstützt man bei Einschränkungen zum Beispiel nach Schlaganfällen, wie sichert man beim Aufsteigen und auf dem Pferderücken, welche Atem- oder Augen-



Foto: privat

Alte Pferde und alte Menschen gehören zusammen: Kontakt, Anregung und Bewegung tun beiden gut.



Foto: privat

Gabriele Orac ist die neue Seniorenreferentin des NOEPS.

übungen kann man einbauen, wie lassen sich Gedächtnis, Koordination und Beweglichkeit stärken? „Wenn man alle Sinne anspricht, fördert das Mensch und Pferd am besten – das wollen wir Reitausbildern weitergeben. Denn wir werden alle einmal zu Senioren!“, weiß Gabriele Orac. Auch die Pferdesenioren liegen ihr am Herzen, denn sie landen oft genauso auf dem Abstellgleis wie die Menschen. Gegen die Lethargie und das emotionale Verstummen hilft beiden der Kontakt miteinander, das Berühren und Berührt-Werden, die Streicheleinheiten und das Gefühl, beachtet und geschätzt zu werden. Unter dem Schlagwort „Fitness & Fun“ werden motorische Fertigkeiten genauso spielerisch verbessert wie die Stimmung bei Mensch und Tier. Was für ein Wink des Schicksals, dass neben der Pensionsweide, auf der Oracs alte Therapiepferde heute ihren Lebensabend genießen, nun eine Seniorenresidenz gebaut wird. „Ich möchte auch alte Menschen ans Pferd bringen, die mit Pferden vielleicht noch nie zu tun gehabt haben“, erzählt sie. „Schon sie auf der Koppel zu beobachten, zu sehen, wie die Pferde sich untereinander verhalten, dann vielleicht einmal das weiche Fell zu streicheln und die Erfahrung zu machen, dass so ein großes Tier einem am Strick folgt, das gibt den Menschen viel. Es reißt sie aus ihrem Trott, motiviert und aktiviert sie.“ Davon sollen möglichst viele Menschen profitieren können. Die Kurse des Referats richten sich daher zukünftig an Reitausbilder:innen verschiedener Sparten und werden neben den praktischen Methoden zum Beispiel auch rechtliche Aspekte sowie Kommunikation und Coaching abdecken.

EVIA SCHWEIGER

Alle weiteren Infos bei Gabriele Orac:
orac@integrativesreiten.com