

# Jannette Eggers



En...geïnspireerd door het paardenpanel? We hopen van wel.

Al 7 jaar laat ik me inspireren door de oliën. Niet alleen ikzelf, maar ook mijn gezin en natuurlijk ook onze paarden. Inmiddels denk ik in oliën. Wanneer en waarvoor kan ik de oliën inzetten in plaats van andere middelen waar toxinen in zitten die ikzelf niet binnen wil krijgen en al zeker onze paarden niet. Paardenwelzijn staat bij ons hoog in het vaandel. Door te lezen over de werking van de verschillende oliën, uit te proberen en te observeren wat welke olie voor onszelf en de paarden doet, heb ik verschillende workshops samengesteld. De insteek is om zo effectief mogelijk met de oliën om te gaan. Waar een olie emotioneel kan werken, kan het ook fysiek ondersteunen. Zo reinigen wij onze groepshuisvesting voor de paarden geregeld met Purify. De elektrische waterbakken met lemon. Zo worden de bakken lekker schoon en de electrolyten als van het paard krijgt een boost. Druppelen we Lavendel om de paarden minder stress te laten ervaren onder anderen met oud en nieuw. In de periode van kriebel- en steekbeesten gebruik ik Lavendel en Pepermuntolie in een grote sprayfles aangevuld met water. Ook hier weer een dubbel effect: de paarden hebben minder last van gekriebel en gesteeek. En ze koelen af door de pepermint. Ook kan je jezelf insprayen en heb je dus geen last van beestjes en koel jezelf ook af. O en natuurlijk even lekker in je mond sprayen. Krijgen onze paarden preventief een beadlet OnGuard in de herfst. Ze staan immers in groepshuisvesting dus is het fijn als ze een goede weerstand hebben.

Tijdens de workshops komen tips voor paard en ruiter.

Daarnaast geef ik de training Equineoiltouch. Dit is de Aromatouch voor paarden. Het protocol hiervoor heb ik 6 jaar geleden geschreven. Lekker laagdrempelig zodat een ieder deze na de training zelf kan toepassen bij het eigen paard.

Heb je zelf wel eens natuurlijke paardenshampoo gemaakt of vliegenspray? Ook daar geef ik workshops over.

Tevens ben ik paardencoach, ik coach mensen met behulp van het paard, om mensen weer in hun kracht te zetten en ben ik trainer bij Open2Contact, de opleiding tot paardencoach. Na de sessie kiest de coachee een olie die goed bij zijn/ haar proces hoort om extra te bekrachtigen.

Belangrijk is natuurlijk wel dat je weet welke olie je wel of juist niet voor paarden kunt gebruiken. Daarvoor hieronder een klein overzicht.

Alleen bij uitzonderingen of tijdelijk kort en sterk verdund gebruiken: • eucalyptus, kruidnagel, theeboom, tijm, wintergroen, kaneel

Bij epilepsie mijden: • basilicum, dille, venkel, hysop en wintergroen.

Bij groene staar (Glaucoom) mijden: • eucalyptus, lemongras, melisse

Bij drachtige en zogende dieren mijden: anijs, basilicum, venkel, gember, koriander, salie, kruidnagel, pepermint, rozemarijn, tijm, jeneverbes, wintergroen, kaneel

**De reukzin van paarden**

Paarden hebben een zeer goed reukvermogen nodig om vijanden van een afstand te kunnen herkennen • De geur van een paard reikt meer dan 2 km ver • Paarden kunnen hun weg naar huis vinden door de reuk- en reukpunten vanaf mijlenver • Hun soortgenoten worden herkend aan hun reukzintuig, de geur van vreemde paardenuitwerpselen onthult, wie er voor hen op dezelfde plaats was. • Als twee vreemde paarden elkaar voor het eerst ontmoeten, zetten ze hun neusgaten tegen elkaar, blazen ze in elkaars neus en verkennen ze elkaar • Door de neusgaten wordt de geur van voedsel herkend en gesorteerd, worden soortgenoten geïdentificeerd, feromonen en geslachtshormonen waargenomen. Soms is het alleen al goed genoeg om het paard aan het flesje te laten ruiken. Realiseer je dus dat een olie binnen 3 seconden bij het brein van het paard is en dat het daar ook direct op kan reageren. Het paard reageert immers reactief. Dus let goed op je paard wat de olie met m doet.

### **Veilige oliën voor paarden:**

Anijszaad, basilicum, bergamot, blauwe kamille of duizendblad, copaiba, dille, eucalyptus, venkel, geranium, grapefruit, gember, Romeinse kamille, kardemom, koriander, lavendel, citroengras, marjolein, mandarijn, balsem, salie, Mirre, Kruidnagel, Neroli, Sinaasappel, Oregano, Patchouli, Petitgrain, Pepermunt, Roos, Rozemarijn, Sandelhout, Strobloem, Theeboom, Tijm, Vetiver, Jeneverbes, Wierook, Wintergroen, Ylang Ylang, Cederhout, Kaneel, Citroen, Cypress.

Ik werk bij dieren en bij paarden dus ook, heel veel met rollers of met sprays verdund met een draagolie. Hierdoor voorkom je dat je een dier teveel olie geeft. Bij de oliën geldt voor ons al "less is more", bij dieren helemaal. Wees voorzichtig met de olie. Komt het per ongeluk in het oog van je paard, ondersteun hem dan met een draagolie.

- Cardiovasculaire ondersteuning: Helichrysum, Cypress, Marjolein, Copaiba
- Ondersteuning van de spijsvertering: Zengest, Gember, Kardemom, Venkel, Koriander
- Ondersteuning van het endocryne systeem :(klieren en cellen die hormonen produceren) Mirre, Citroengras, Geranium
- Weerstand: Rozemarijn, Copaiba, On Guard, Melissa
- Integumentaire ondersteuning (huid en haar): Lavendel, Wierook, Mirre, Helichrysum, Cederhout, Geranium, Romeinse kamille, Melisse
- Ondersteuning van het bewegingsapparaat: Wierook, Copaiba, AromaTouch, Marjolein
- Ondersteuning van het zenuwstelsel: Copaiba, Helichrysum, Kurkuma, Sandelhout, Balance
- Ademhalingsondersteuning: Air, On Guard, Kardemom, Rozemarijn, Arborvitae
- Urinewegondersteuning: Copaiba, Citroengras, Jeneverbes, Zendocrine

Voor meer informatie of het maken van een afspraak voor een workshop kan je me bellen: 0627389309 of mailen [jannette.eggerts@hotmail.com](mailto:jannette.eggerts@hotmail.com) Linnaeusweg 16, 1331AC Almere Buitenvaart

P.s..

Boekentips: Horse essentials van Elvira Noot, de flyer van dr. Janet Roark Essentialy Equine (Amerikaanse dierenarts die al jaren met DoTerra werkt) je kunt haar ook volgen op Facebook.

Geniet van je paard, de oliën en het samenzijn...