

# Op mijn paard kom

Een interview met Aranka van Lindert. Aranka is vorig jaar geslaagd voor de HAVO en studeert journalistiek en communicatie in Utrecht, houdt van schrijven, lezen, interviewen, paardrijden, shoppen en lunchen met vriendinnen. Ze is drie dagen geleden 20 geworden en heeft net haar rijbewijs gehaald. Aranka heeft het Goltz-Gorlin syndroom. Daardoor mist zij een hand en een deel van haar linkerbeen. Ze draagt een onderbeenprothese.

## Bijzondere ontmoeting

Op 12 oktober werd er feest gevierd binnen de muren van De Hoogstraat Revalidatie in Utrecht. Daar werd de nieuwe vereniging KortMaarKrachtig opgericht. Het was een groot(s) feest. Na één van mijn lezingen werd ik aangesproken door een meisje. Ze vroeg me naar de naam van een filosoof, die ik had geciteerd tijdens de lezing, die zei: "Mensen raken niet zozeer van slag van de gebeurtenissen of veranderingen op zich, maar wel door de manier waarop ze er tegenaan kijken." Die uitspraak had haar geraakt. Een jonge meid die nadenkt over het leven, dat moet een bijzonder mens zijn, dacht ik! Hoe bijzonder ze is, ontdekte ik een week later. Ze schreef een prachtig verslag over 12 oktober en wij ontvingen dat in onze postbus. We wisten het onmiddellijk: haar wilden we interviewen voor dit eerste nummer van Kort & Krachtig. Op 18 december rijd ik in een winterzonnetje richting haar woonplaats. Ik herken haar direct als ze opendoet in een spijkerbroek en op sokken. Dit is het meisje dat vraagtekens zet bij zaken die voor andere jonge mensen heel gewoon zijn. Met een kop thee nestelen we ons aan de grote tafel in de woonkamer en starten we het interview.

### *Voor jou was 12 oktober een bijzondere dag*

Ja, ik wilde eigenlijk niet gaan, ik had het idee dat het zo'n suffe vergadering zou worden die ik inmiddels wel kende, maar mijn moeder haalde me over. Samen zijn we die zaterdag naar Utrecht gegaan en we hebben er geen seconde spijt van gehad! We hebben er leuke en interessante lezingen gevolgd, mijn moeder heeft kunnen ervaren hoe het is om met een bovenbeenprothese te lopen en ik heb er mijn vroegere orthopedisch instrumentmakers, die wij thuis altijd 'beenlaarsjesdokters' noemen, weer ontmoet.

### *Kun je vertellen waarom je een prothese draagt?*

Ik ben geboren met een verkort linker been en een kortere arm met één vinger. Vrij snel na mijn geboorte werd duidelijk dat ik het Goltz-Gorlin syndroom heb, een heel zeldzame lichamelijke aandoening. Door het syndroom zijn de uiteinden van mijn lichaam niet goed ontwikkeld. Daarom draag ik een onderbeenprothese. Mijn linkerhand is ook niet helemaal goed aangelegd; ik heb aan die hand maar 1 vinger. Mijn huid is ook gevoeliger, ik hoor en zie minder en mijn tanden zijn niet goed ontwikkeld. Vanaf mijn 15e heb ik vooral aan de bovenkant van mijn gebit kunsttanden.

### *Dat is een heel pakketje...*

Ja, zeker. Toen ik voor het eerst geopereerd werd, was ik anderhalf. Ik moest als kind veel naar het ziekenhuis en veel operaties ondergaan. Wat ik me nog heel goed herinner is dat ik na de afspraken altijd met mijn moeder ergens wat ging eten en drinken. We maakten er echt ons eigen feestje van. Hierdoor heb ik de ziekenhuisbezoeken nooit als heel naar ervaren. Nu hoef ik gelukkig nog maar weinig naar het ziekenhuis, maar als ik er toch heen moet voor controle vind ik het altijd wel een goede smoes om weer eens als vanouds lekker te lunchen.

### *Wanneer kreeg jij je eerste prothese?*

Ik kreeg al snel een prothese, nog voordat ik kon lopen. Ik was een jaar of anderhalf. Alle protheses heb ik trouwens bewaard, ik heb een hele doos vol. Op de basisschool nam ik die benen allemaal mee als ik een spreekbeurt moest houden. Wel zo makkelijk dat de kinderen direct konden zien wat ik had!



# ik tot rust



Foto: Jaap de Boer

Inmiddels ben ik zo en loop ik heel goed met mijn prothese. Als mensen niet zien dat ik een prothese draag, ben ik daar best een beetje trots op.

### *Heb je vaak gedoe met je prothese?*

Nee, eigenlijk niet. Soms kom ik maanden niet bij mijn instrumentmaker en soms ben ik er ineens een paar keer per week. Vooral in de zomer is het lastig. Dan gaat mijn huid irriteren en dan moet de prothese soms iets strakker of losser. En dat is een heel gepuzzel. In de zomer draag ik de prothese ook niet de hele dag.

### *Op welk moment ontdekte jij: ik ben anders dan anderen?*

Ik weet dat eigenlijk niet zo goed. Op de basisschool was ik best onzeker. Ik had wel goede contacten, maar niet heel veel. Wat ik me wel herinner is dat kleinere kinderen, uit de kleuterklas wel eens naar me keken. Van die kleuters kon ik het hebben. Van oudere kinderen soms niet.

### *Hoe ging jij verder met die onzekerheid om?*

Ik gaf altijd antwoord op vragen van kinderen. Als ze naar de hand wezen, met de ene vinger, dan zeiden ze: "Hé, jij hebt maar één vinger. En dan zei ik: "Nee hoor, ik heb er zes!" Ik droeg eerst korte broeken en rokjes, maar op een gegeven moment ging ik dat verbergen om die vragen niet steeds weer te krijgen. Later kwam ik er achter dat het juist heel erg opviel als ik lange mouwen droeg tijdens heel warme dagen. Zo ben ik langzaam weer korte mouwen gaan dragen. Inmiddels durf ik mij in de zomer meer bloot te geven, ook al heb ik af en toe even mijn dipjes. Die horen er bij.

### *Wat is de moeilijkste periode geweest?*

Dat was voor mij het einde van de basisschool, meer nog dan de middelbare school. Soms is het prettiger voor mij om in een onbekende situatie te zijn, dan in een bekende. In dit dorp kent iedereen elkaar, dat is heel fijn, maar heeft ook nadelige kanten. Op het Montessori Lyceum in Amsterdam waren er zoveel mensen anders dan anders. Mensen uit alle lagen van de bevolking en uit verschillende landen; iedereen liep daar door elkaar, het was heel divers. Daar in Amsterdam verdween mijn onzekerheid langzamerhand naar de achtergrond.

### *Zijn er dingen die lastig voor jou zijn?*

Ik vind het wel lastig dat je met een prothese niet ver kunt lopen. Soms willen mijn vriendinnen in de schoolpauze even ergens heen. Als ik dan zeg dat ik de afstand te groot vindt, dan zeggen ze dat dat



## Paspoort

Aranka van Lindert

Leeftijd: 20

Studie: MHBO Journalistiek  
en Communicatie

Woont: met vader, moeder  
en broer

Hobby's: paardrijden,  
zwemmen, schrijven, lezen,  
shoppen en lunchen

Beperking aan: linker been  
en linker arm

Toekomstdroom: een leuke  
baan in de journalistiek

echt wel meevalt. Maar kijk, voor mij gelden andere normen, voor mij is een afstand al snel groot. En aan het eind van de dag ben soms doodmoe. Ik ga heel vaak toch wel over mijn grenzen heen.

### *In hoeverre beperkt jouw arm je?*

Eigenlijk niet heel erg. Soms vind ik het wel lastig met betalen. Dan zit ik echt met mijn portemonnee te klungelen, valt mijn tas bijna van mijn schouder en op zo'n moment baal ik. Ooit heb ik een officiële typecursus gevolgd en ik kan met mijn zes vingers super snel typen. Wat ik de laatste tijd wel jammer vind, is dat ik geen veters kan strikken. Er zijn nu juist ontzettend veel leuke schoenen met veters in de winkel, die ik best zou willen kopen. Balen dus. Ik denk dat ik het binnenkort weer eens ga proberen!

### *Kan je verder alles dragen?*

Jawel. Van mijn truien, vesten en sweaters wordt altijd de linkermouw ingekort, want mijn linkerarm is korter. Dit korter maken is heel belangrijk voor mij, ik voel me er fijner en zelfverzekerder door. Nu we het er toch over hebben: slippers dragen in de zomer is voor iedereen de normaalste zaak van de wereld, maar voor mij ligt dat ook weer anders. Ik kan de slipper namelijk niet met mijn prothesevoet vasthouden, dus valt deze elke keer uit. Geen goede optie dus.

### *Hoe zit het met sport?*

Ik heb een tijdje lang gezwommen, getennist en ook vijf jaar geschaatst. Ik was een jaar of acht toen ik begon met schaatsen. Dat schaatsen ging heel goed. Het zag er wel anders uit dan bij anderen, omdat mijn linkerbeen natuurlijk niet helemaal mee kon doen zoals het rechterbeen, maar ik vond het erg leuk om te doen.

### *Wat doe je nu qua sport?*

Ik rijd paard en daar word ik heel erg blij van. Het is zo lekker om op een paard te zitten en evenveel als een ander te kunnen. Ik was acht toen ik op de Prins Willem Alexander manege in Amsterdam startte. Dat is een manege waar kinderen en volwassenen met een handicap kunnen (leren) rijden. Ik rijd in een gewone (valide) groepsles, dus dat ik op het paard evenveel kan als iemand zonder beperking is wel duidelijk.

## Tip

### **Wat is jouw tip voor andere jongeren met een beperking**

Wees open over wat je hebt. Vertel hoe het leven voor jou is. Praat er over, maar maak het niet te groot en heb het er niet te vaak over. Doe er niet zielig over en zie het als iets dat zo is en dat je niet kunt veranderen. Verder heeft mijn moeder wel eens tegen mij gezegd: 'Je bent niet minder leuk of gezellig door je handicap.' Dit heb ik altijd onthouden en het helpt mij als ik hieraan denk.

### *Welke aanpassingen heb je nodig bij paardrijden?*

Ik heb een éénhands-teugel, want met de ene vinger van mijn linkerhand kan ik te weinig met een gewone teugel. Verder stap ik op het paard via een opstapperron; een soort plateau, waardoor je makkelijker op kan stappen. Ik heb speciaal aangepaste laarzen gekregen van de DVB foundation, waar ik heel dankbaar voor ben. De mooie rijlaarzen geven mij veel meer stevigheid en grip tijdens het rijden. De DVB Foundation is een stichting die is opgericht om ruiters met een beperking te ondersteunen. Inmiddels rijd ik twaalf jaar paard en ik ga er nog lang niet mee stoppen. Het is het rustpunt in mijn, soms stressvolle, drukke leven.

### *Hoe zou jij jouw leven omschrijven?*

Ik hou van het leven, van gezelligheid, van mijn familie en vriendinnen. Ik wil bijzondere dingen doen, ben geïnteresseerd in bijzondere verhalen. Door mijn handicap ben ik meer geïnteresseerd in anderen met een handicap. Hoe doen zij het, hoe leven zij, waar lopen zij tegenaan? Dat zijn vragen waarop ik antwoorden zoek. Sinds kort heb ik mijn eigen blog: 'Such is life', waarin ik schrijf over mijzelf, dingen die ik meemaak en onderwerpen die mij interesseren.

### *In hoeverre heeft jouw beperking invloed op jouw leven?*

Tja... Als ik mijn handicap niet had, was ik misschien niet gaan paardrijden. Dan had ik niet geweten hoe leuk dat was. Ik denk dat mijn leven rijker is geworden; ik zou niet iemand anders willen zijn. Het enige lastige voor mij zijn de zomers. Ik ben dan vaak wat verdrietiger, omdat ik meer geconfronteerd word met mijn beperking. Iedereen loopt lekker in luchtige kleding en dat vind ik te moeilijk. Ik wil me best enigszins blootgeven, maar niet helemaal. Ik kan er

'Ik denk dat ik door mijn beperking ook meer respect heb voor iedereen die ook een beetje "anders" is.'

Foto: Jaap de Boer



Met de prothese maakte ik ook heel grappige dingen mee, waar ik nu nog steeds om kan lachen. Met schommelen schopte ik vroeger regelmatig mijn 'beenlaarsje' uit. Daar moest ik dan heel hard om lachen. In kermisattracties die over de kop zouden gaan, deed ik altijd mijn prothese uit en legde die dan in het midden neer. En laatst nog zat ik achterop de fiets bij een vriendin en viel in één keer mijn prothese uit. Daar lag mijn been dan midden op straat. Gelukkig was het rustig en konden we er alleen maar heel erg hard om lachen.

goed over praten, maar echt helemaal los staan van de blikken van anderen kan ik nog niet. Ik denk dat ik door mijn beperking ook meer respect heb voor iedereen die ook een beetje 'anders' is. En volgens velen heb ik een goed inlevingsvermogen. Eigenlijk zijn dat ook wel vaardigheden die ik in mijn verdere leven goed kan inzetten.

#### *Hoe zie jij jouw toekomst?*

Ik hoop mijn opleiding MHBO Journalistiek en Communicatie af te ronden. Als ik hier nog zin in heb, wil ik misschien wel verder studeren op het HBO. Een droom op korte termijn is om stage te lopen bij een goede doelen stichting, het liefst bij Stichting Opkikker. Ik ga mijn best doen om deze droom te realiseren. Het lijkt mij mooi om wat te betekenen voor zieke kinderen. Deze stichting heeft altijd al mijn hart gestolen. Ik denk dat ik heel veel voldoe-

ning uit deze stage zou kunnen halen. En verder hoop ik dat ik mijn zelfvertrouwen en manier van presenteren nog meer zal kunnen ontwikkelen.

Ik wil later werken op een plek waar ik me fijn voel. En ik hoop iemand te ontmoeten waar ik van hou en wil uiteindelijk natuurlijk wel uit huis gaan. Dat lijkt me wel zwaar hoor, want als ik nu uit school kom ben ik best moe. En als ik dan zelfstandig woon, moet ik als ik thuiskom nog koken en alle dingen doen die nodig zijn om een huishouden te runnen. Maar ik weet zeker dat ik het kan!

#### *Ben je wel eens boos geweest op deze aandoening?*

Nee, ik ben er niet boos over, soms wel verdrietig. Soms heb ik even zo'n momentje 'waarom ik'. Maar heel snel denk ik er achteraan: het is gewoon zo. Dit ben ik. En daar ben ik ook trots op. Ik kan mezelf niet veranderen en mijn ouders hebben mij dat van jongs af aan meegegeven. Ik heb het heel erg met mijn ouders en mijn broer getroffen. En uiteindelijk ben ik gewoon Aranka, dat is veel meer dan een meisje met een beperking.

CAROLINE VAN DEN KOMMER

*Aranka met haar vriendin Tessa.*

#### **Meer weten?**

- Over de DVB Foundation: [www.dvbfoundation.nl/](http://www.dvbfoundation.nl/)
- Over de Prins Willem Alexandermanege: [www.pwamanege.nl/](http://www.pwamanege.nl/)
- Blog 'Such is life': <http://avlindert.blogspot.nl/>