

Cinema Gouda is fairtrade

GOUDA - Cinema Gouda is sinds kort officieel fairtrade-deelnemer. Dat betekent dat Gouda's nieuwe bioscoop enkele fairtrade-artikelen in haar assortiment heeft, zoals ijs, koffie, thee, appelsap en chocola. Om dit aan het publiek duidelijk te maken, ontving Cinema Gouda onlangs de officiële sticker van Fairtradegemeente uit handen van Jaap Warners, voorzitter van de Stichting Fairtrade Gouda. Deze sticker zit aan de voordeur geplakt en is zichtbaar voor de bezoekers. De sticker werd overhandigd aan Lonneke Limpens, service manager van Cinema Gouda. "Wij vinden het belangrijk om op deze manier een steentje bij te dragen aan eerlijke handel. We merken dat het publiek er soms wel naar vraagt of wij fairtrade-artikelen verkopen."

De Stichting Fairtrade Gouda probeert zo veel mogelijk deelnemers te krijgen, die meedoen aan de fairtrade campagne. Deelnemers zijn te vinden onder winkels, supermarkten, horeca en bedrijven. Inmiddels telt Gouda rond de honderd deelnemers. De stichting is blij dat Cinema Gouda aan de lijst kon worden toegevoegd. De bioscoop die vorig jaar december werd geopend, ontving eerder dit jaar de honderdduizendste bezoeker.

Ontdek meer van jezelf

Waarom doe je zoals je doet, blijf je hangen in een vast patroon en kom je maar niet verder in je loopbaan. Een loopbaancoach kan uitkomst bieden, die je een spiegel voorhoudt en leert hoe je een bepaald patroon kunt doorbreken. Maar dat contact met paarden misschien wel effectiever is om je doel te bereiken, is minder bekend.

Tekst en foto: Marianka Peters

GOUDA - De Broekriem organiseert regelmatig activiteiten om werkzoekenden te inspireren en in beweging te zetten op weg naar een baan.

Aanstaande vrijdag organiseert De Broekriem een workshop met medewerking van paardencoach Ine Ruijffrok bij Manege de Goudse Hout.

Ine helpt al tien jaar mensen op weg bij hun loopbaanontwikkeling. Want waarom lukt het niet iedereen om een leuke baan te vinden, terwijl je alle kwalificaties in huis hebt? Ligt dat aan je eigen houding, motivatie en hoe kom je over op ande-



Paardencoach Ine Ruijffrok 'in gesprek' met Indigo, één van de geselecteerde paarden.

ren? "Mensen kunnen door verschillende oorzaken anders overkomen tijdens een gesprek. Vaak hebben ze dat zelf niet door. Werken met paarden gaat veel verder dan een goed gesprek," vertelt Ine gepassioneerd. "Paarden reageren op dingen, waarvan je jezelf niet bewust bent. Paarden spiegelen als geen ander het gedrag, de onbewuste uitstraling en de gevoelens van mensen. Dat is heel confronterend, maar helpt diegene wel op weg om veranderingen aan te brengen."

Paardencoaching inzetten in het proces van het vinden van een baan, helpt je dus vooral om meer bewust te worden van je (onbewuste) dilemma's waar je als werkzoekende mee zit.

Coaching met inhoud

Ine noemt het ook wel coaching met 'inhoud'. "Paarden reageren individueel op mensen en zorgen voor zelfreflectie. Het geeft mensen een andere energie, waardoor ze snel tot inzicht komen en dingen kunnen veranderen. Het is confron-

terend, maar voor velen ook een eye-opener," stelt Ine. "Maar paardencoaching is natuurlijk niet zaligmakend, maar kan wel helpen om richting te geven. Of het nu gaat om het zoeken naar een baan of een carrière

switch."

Volgens Ine hoeft angst voor paarden geen belemmering te zijn om deel te nemen. "Het is geen paardrijden, maar de deelnemers nemen het paard aan de teugels mee en voeren opdrachten uit. Paarden zijn heel fijngevoelig en reageren hierop. Soms heel verrassend. Bij de Goudse Hout heb ik de keuze uit een vijftal paarden, die uitermate geschikt zijn voor paardencoaching en honderd procent betrouwbaar zijn."

De workshop van aanstaande vrijdag is al helemaal volgeboekt, maar gezien de grote belangstelling komen er zeker nog meer workshops. "Ik ben heel blij dat de Goudse Hout 'bak en paard' ter beschikking stelt voor de workshop. Ik hoop mijn steentje te kunnen bijdragen door nog meer mensen op weg te kunnen helpen naar een baan." Meer info: www.debroekriem.nl en www.inemensenwerk.nl/ine-ruijffrok.

De Broekriem is een platform voor werkzoekenden. Ben je net afgestudeerd of in-between-jobs en op zoek naar een vaste baan? Verbeter je sollicitatievaardigheden, vergroot je netwerk en ontmoet nieuwe mensen via De Broekriem. De Broekriem is een vrijwilligersorganisatie. De vrijwilligers vormen dan ook de motor van de organisatie. De events worden georganiseerd door collega baanzoekers.