



## Frances Westenberg: fantasyschrijver, hondentrainer en Pinoké-boegbeeld

We kennen haar als speelster van Pinoké, waar ze al tien jaar een betrouwbare kracht in de achterhoede is. Maar het leven buiten het hockeyveld van Frances Westenberg (27) is nog veel boeiender. Het Amsterdamse clubicoon is fulltime trainer en instructeur van blindengeleidehonden en schrijft in haar vrije tijd Engelstalige fantasyboeken van meer dan vierhonderd pagina's. 'Tijdens het inlopen kan ik zomaar een dialoog verzinnen tussen twee personages.'

Als we haar begroeten in een hotel langs de snelweg in Vught, is ze net terug van een intensieve werkdag. Westenberg werkt sinds 3,5 jaar bij KNGF Geleidehonden, een non-profitorganisatie die mensen met een beperking helpt met inzet van professionele hulphonden. Ze traint de honden zelf, maar levert ze ook af aan cliënten en draagt als instructeur zorg voor de verdere begeleiding.

‘Het is heerlijk, ik ben het hele jaar door buiten aan het werk’, zegt ze, terwijl ze een slok neemt van haar cola zero. ‘Al zijn de dagen dat de regen horizontaal in je gezicht slaat wat minder leuk, haha. Maar dan kijk ik naar die supervrolijke jonge honden waarmee ik elke dag op pad mag en dan word ik meteen weer blij.’

We hebben Westenberg om verschillende redenen uitgenodigd voor een eindejaarsinterview. Ze maakt als superroutinier van Pinoké – ze is de speelster die het langst bij de selectie zit – een geweldig seizoen door. De ploeg van coach Daan Sabel, de afgelopen seizoenen stevast de nummer vijf van de ranglijst, is de winterstop ingegaan als nummer drie in de Tulp Hoofdklasse. Dat alleen al zou genoeg gespreksstof opleveren. Maar hoe Westenberg haar tophockeyloopbaan met haar werk combineert, is minstens zo boeiend. Om nog maar te zwijgen over die tijdrovende andere hobby: het schrijven van vuistdikke fantasyboeken. Daarover verderop meer.



Aan de wandel met hulphond Janta.

## Gek van honden

Eerst terug naar haar fulltime baan. Westenberg was zes jaar geleden bezig met haar Master-opleiding Engelse literatuur (*novel writing*), maar diep van binnen wist ze dat ze het liefst *iets* met honden wilde doen. Ze was er als klein meisje al gek van. 'Mijn oma had vroeger een border collie. Ze heette Kim. Als ik daar op bezoek was of logeerde, was ik alleen maar met die hond in de weer.'

Tijdens haar studie meldde ze zich als vrijwilliger aan bij Hulphond Nederland. Ze vormde met haar huisgenoot een puppypleeggezin met als taak de pup te laten opgroeien tot een stabiele, gehoorzame en zelfverzekerde hond. 'Mijn master vond eigenlijk plaats in Londen, maar je kon 'm ook online volgen. Ideaal, want zo kon ik gewoon in de Hoofdklasse blijven hockeyen en had ik met die hond in huis een mooi excuus om elke dag vroeg op te staan en op tijd achter mijn computer vandaan te komen.'

Toen Westenberg voor het eerst een cliënt ontmoette bij wie haar puppy hulphond was geworden, wist ze het zeker: dit was het werk wat zij ook wilde doen. Inmiddels zet ze zich al bijna vier jaar in voor een betere leefomgeving voor mensen met een beperking. Werk dat niet alleen veel plezier geeft, maar ook voldoening.

Westenberg: 'Het is geweldig dat je zo'n onstuimig beestje zo kan trainen dat hij in het verkeer kan meedoen. Ik heb laatst een hond afgeleverd bij een man wiens vorige hond was overleden. Hij had een half jaar zonder gezeten. Met een taststok deed hij er met veel moeite een half uur over om bij de winkels te komen. Met zijn nieuwe hulphond was dat nog maar vijf minuten. Dat maakt een enorm verschil in zijn dagelijkse leven. Die man stond te stralen naast zijn nieuwe hond.'



Selfie met hulphond Usly.

## **Met honden crossen door Amsterdam**

Als ze niet bij een cliënt is, dan rijdt ze naar verschillende trainingslocaties in een volledig ingerichte trainingsbus met de vier honden die ze onder haar hoede heeft. Iedere hond heeft daarin zijn eigen kennel, er is verwarming en airco aanwezig. 'Ik zet die bus overal neer waar ik wil. Ik cross met mijn honden heel Amsterdam, Amstelveen en Ouderkerk door. Soms parkeer ik vlakbij mijn fysio, zodat ik in mijn pauze even snel behandeld kan worden.'

Die bezoeken aan de fysio zijn onmisbaar voor Westenberg. Want hoe mooi en zinvol haar werk ook kan zijn, het is lichamelijk pittig. Overbelasting ligt op de loer als je dagelijks tien tot vijftien kilometer met honden loopt, daarnaast nog vier keer in de week bij Pinoké traint, krachttraining doet en én in het weekend een wedstrijd speelt.

'Ik lig best vaak op de tafel bij een masseur of fysiotherapeut', knikt Westenberg. 'Het is veel plannen en regelen, maar dat is niet erg. Ik hou van structuur. Als alles goed geregeld is, kan ik in alle rust doen waar ik plezier van krijg. Bij structurele overbelasting zou ik uiteindelijk een keuze moeten maken tussen werk en tophockey. Dat wil ik helemaal niet. Ik wil dit allebei zo lang mogelijk blijven doen.'



Frances Westenberg met hulphond Ushi.

## **Alter ego Frances Ellen**

Naast tophockey en een fulltime baan heeft Westenberg dus nóg een bijzondere passie. Sinds een paar jaar brengt ze in eigen beheer Engelstalige boeken uit in de fantasyliteratuur. Er staan al vijf boektitels op haar naam, die bij elkaar meer dan 1.200 pagina's tellen. Ze schrijft ze onder de naam [Frances Ellen](#), omdat dat beter klinkt. Ellen is haar tweede naam.

Westenberg: 'Mijn boeken spelen zich af in onze wereld, maar die heeft een magische laag die normale mensen niet kennen. Een beetje zoals bij Harry Potter. Ik schrijf over vijf hoofdpersonen, *The Asters*, die elk van een ander continent komen en met hun specifieke krachten de wereld moeten beschermen tegen de altijd aanwezige dreiging van de *Duistere Koningen*.'



Het verzinnen van verhalen in combinatie met een rijke fantasie is niet iets van de laatste jaren. Als klein kind was ze al bezig met schrijven en was ze verzot op fantasyseries. 'Bij mijn ouders thuis staat een doos met allemaal kleine verhaaltjes die ik als klein meisje schreef. Zover gaat het al terug. Op de middelbare school dachten docenten altijd dat ik braaf aantekeningen aan het maken was tijdens de les,

terwijl ik juist stiekem hele verhalen in mijn schriften schreef. Dat kon van alles zijn: een spannende actiescène of een raar liefdesverhaal.'

Dat haar fantasie geen grenzen van plaats en tijd kent, hebben haar ploeggenoten bij Pinoké inmiddels ook ervaren. 'Tijdens het inlopen voor een training kan ik in mijn hoofd zomaar een dialoog verzinnen tussen twee personages die ik dan later in mijn boeken verwerk. Dan ben ik even helemaal in mijn eigen wereldje, haha. Mijn telefoon staat ook helemaal vol met notities en ideetjes. Die kunnen op elk moment van de dag in mijn hoofd ontstaan. Ook als ik met mijn honden op pad ben.'

## **Met de laptop op het strand**

Op de vraag wanneer ze überhaupt tijd heeft om achter de laptop te kruipen en pagina's aan verhaallijnen weg te tikken, antwoordt ze doodleuk: 'Op donderdagochtenden vóór de dubbeltraining en op zaterdagen. Eigenlijk staat mijn hoofd alleen op maandagavond en woensdagavond uit. Dat zijn mijn vrije momenten', zegt ze. 'Op vakanties met vriendinnen gaat mijn laptop ook altijd mee. Aan het strand is zo ooit het idee voor mijn eerste boek ontstaan.'

Het aantal vaste fans van de boeken van Westenberg groeit gestaag. 'Het ligt rond de vierhonderd', licht ze toe. 'De reviews zijn positief. Ik zit hoog in de sterren. Ik steek eigenlijk veel te weinig tijd in de marketing en promotie. Dat vind ik ook het minst leuke deel van boeken schrijven. Ik hoop daar ooit in de toekomst meer tijd voor te hebben.'



Westenberg vertelt over haar baan en haar hobby met de energie van een jonge puppy. En telkens vormt de liefde voor verhalen de rode draad.

‘Toen in solliciteerde bij KNGF Geleidehonden moest ik een psychologische test doen. De psycholoog vroeg me waarom ik met mijn liefde voor dieren en een opleiding op universitair niveau geen dierenarts wilde worden. Voor mij voelde dat niet compleet. Bij KNGF ben ik van begin tot eind onderdeel van een proces: van het trainen van een hond tot de match met een cliënt en de verdere begeleiding daarvan. Dat vind ik juist zo bijzonder: ik maak alles van begin tot eind mee, het verhaal is af. Letterlijk zoals in mijn eigen boeken.’

## **Het verhaal van Pinoké**

En dan is er nog het verhaal van Pinoké, dat dit seizoen halverwege de competitie op koers ligt voor een ongeëvenaarde prestatie. De ploeg bezet momenteel de derde plaats op de ranglijst, met twee punten voorsprong op nummer vier Amsterdam. In de afgelopen vier complete seizoenen finishte Pinoké telkens als vijfde en greep het naast deelname aan de play-offs. De prangende vraag is natuurlijk of het verhaal van Pinoké pas afgerond is als de ploeg voor het eerst in de clubhistorie de play-offs haalt?

Westenberg: ‘De play-offs halen is natuurlijk wel ons doel. We staan er goed voor, maar hebben we gefaald als we de play-offs niet halen? Vind ik niet. We zijn vooral bezig met wat we willen neerzetten als team en wat we willen uitstralen. Geen onderlinge wedstrijdjes, maar elkaar sterker maken en elkaar alles gunnen. Dat is de Pinoké-cultuur.’



Foto: Willem Vernes

## **Alles meegemaakt**

Voor Westenberg is het verhaal van Pinoké in elk geval wel eindig. Maar welke eindbestemming de reis met Pinoké ook krijgt, feit is dat van alle huidige speelsters háár verhaal de meeste hoofdstukken bevat.

‘Van alle speelsters uit mijn eerste seizoen in Dames 1 [2015-2016] ben ik nog als enige over’, zegt de verdediger. ‘Ik was erbij toen we in 2017 degradeerden en direct weer terugkeerden op het hoogste niveau. Ik heb hier alles meegemaakt. In de zaal begon ik in mijn eerste jaar bij Pinoké in de overgangsklasse en werden we in 2023 zelfs landskampioen. Tophockey houdt ooit op, maar ik ga door zolang het fysiek kan en zolang het leuk is. Ik hockey voor mijn plezier. Dat dat op dit niveau al jaren kan, is geweldig. De krachttrainingen en loopschema’s heb ik nooit leuk gevonden. Maar ze waren het allemaal waard om het spelletje te kunnen spelen.’

