



Quand l'équitation devient une thérapie

Joey Olivier

La Voix - 26 juin 2009

Sports > Divers

L'équitation n'a pas seulement le mérite d'être un sport ou un loisir pour les amateurs. Il peut également devenir un outil thérapeutique pour traiter les gens

aux prises avec des handicaps physiques ou intellectuels.

Éliane Trempe, fondatrice du programme *Les amis de Joey*, à Sainte-Victoire-de-Sorel, traite des gens depuis plus de huit ans. Les patients sont référés par des médecins et elle travaille en collaboration avec les professionnels de la santé.

Dans le cadre d'une séance d'équitation thérapeutique, l'instructrice propose une série de jeux et d'activités au participant afin d'améliorer la mobilité articulaire, l'équilibre, la coordination, l'augmenter le tonus et la force musculaire et de créer un lien privilégié avec l'animal. Souvent, les enfants trisomiques ou atteints de paralysie auront besoin de ces traitements pour améliorer leur tonus musculaire.

Mme Trempe a commencé à utiliser l'équitation comme thérapie en aidant une fillette atteinte de paralysie cérébrale. Elle compte aujourd'hui plus d'une douzaine d'élèves. «C'est devenu ma raison de me lever le matin! J'ai toujours aimé les chevaux, mais là, il y a une dimension d'altruisme», admet Mme Trempe.

Ce n'est pas tout le monde qui peut offrir un traitement semblable. Il faut près de quatre ans pour former un instructeur en équitation thérapeutique. Le cheval doit aussi être très calme et bien dompté. C'est le cas de la première monture de Mme Trempe, Joey, qui a été son premier cheval avec qui elle a offert le traitement.

«Nous faisons des jeux avec le cheval, dit l'instructrice, on lui accroche des choses après les oreilles, alors il faut vraiment qu'il soit immunisé contre les sons, les objets et les sensations extérieures.»

Plusieurs approches

Il existe plusieurs approches de cette forme de thérapie. La **thérapie par l'équitation** aide le cavalier dans l'amélioration de l'équilibre en position assise, du sentiment d'estime de soi et d'habiletés sociales. La deuxième, la thérapie développementale consiste à exécuter des enchaînements de mouvements favorisant l'intégration sensorielle.

La troisième, l'**hippothérapie**, est une technique utilisée auprès de personnes ayant des troubles de mouvement. Le cheval exerce une influence sur le cavalier et non l'inverse comme c'est le cas pour les autres formes d'équitation thérapeutique. Le but de l'hippothérapie est d'améliorer la posture, le sens de l'équilibre et la mobilité. L'approche éducative met l'accent sur l'intégration d'objectifs cognitifs, comportementaux, de santé mentale, sociaux et physique dans un programme d'équitation. Les instructeurs et les éducateurs professionnels du milieu de l'éducation collaborent à la conception et à la mise en œuvre de programmes

d'équitation thérapeutique qui ont une portée éducative. L'approche sportive et récréative aide le cavalier à acquérir ou à améliorer ses habiletés équestres. Les activités sportives faisant appel au cheval peuvent être adaptées pour les rendre accessibles aux personnes qui ont une déficience physique, intellectuelle, sensorielle et émotive ou encore sur le plan du développement et de l'apprentissage.

http://monteregieweb.com/Mon_Sorel-Tracy/main+fr+01_300+Quand_lequitation_devient_une_therapie.html?ArticleID=589759&JournalID=10
Copyright © 2007 Tous droits réservés