

## **Équithérapie**

**« Pour la première fois de sa vie, cet enfant a prononcé "oui" »**

**Soigner par le vivant. Les vertus de l'équithérapie ne sont plus à démontrer. Pour le handicap, cette thérapie alternative complète les techniques de rééducation motrice, travaille l'appréhension et la mise en relation par l'intermédiaire d'un cheval. La médiation par le vivant, c'est ce que promeut Benjamin Bernard, qui nous reçoit dans le Ranch de Nouville, au domicile et lieu de travail de ses deux partenaires, Quash Cache et Quatro.**

**Handicap mag : À quel tel type de handicap s'adresse l'équithérapie ?**

**Benjamin Bernard :** À tout handicap. Ce matin, par exemple, j'étais à la Ouenghi avec l'ASH. Dans cette association, tout est représenté : le handicap sensoriel, psychique, mental, moteur, psychomoteur. J'accompagne aussi l'APEI, l'UAFAM, l'APEH-NC, le foyer Paul-Reznik, le CSSR, et deux maisons de retraite. Mon but, c'est de montrer que le cheval peut être utilisé autrement qu'en équitation.

**Qu'elle est la définition de l'équithérapie ?**

C'est la mise en relation d'une personne avec le cheval et son environnement. Je n'ai aucune obligation de mettre une personne sur le cheval. Le fait d'être dans cet environnement ouvert, avec des matières et des sensations, stimule les personnes : le foin, les granulés, l'herbe, la montagne, l'odeur du cuir, la texture du poil, le bruit du vent, de la mer, des sabots, etc. Il y a des patients, en particulier des adultes, pour qui se trouver ici est une respiration en soi.

**Comment ça fonctionne ?**

Par l'environnement et le travail, il n'y a rien de magique. Le travail, c'est un protocole parmi une diversité de protocoles. Ce n'est donc pas la seule équithérapie qui apporte une progression, elle y participe au même titre que tout accompagnement d'une personne en situation de handicap, quel qu'il soit. Concrètement, je mets en place des objectifs avec les familles ou les institutions, qui me disent ce qu'ils attendent de moi sur l'évolution de chaque personne. Nous fixons des objectifs en motricité, en communication, en interaction sociale, à court ou à long terme. Mon travail consiste ensuite à accompagner le bénéficiaire, à le rassurer, à utiliser tout ce dont je dispose dans mon environnement.

**En quoi l'environnement agit-il sur cette thérapie ?**

L'environnement, ça peut être un détail. J'ai eu un petit patient qui venait en équithérapie pour le seul plaisir de jouer avec la flaque d'eau dans le manège. Par un procédé d'aller-retour, le cheval s'est mis à jouer lui aussi avec la flaque, l'enfant s'est donc intéressé au cheval : il aimait toujours les flaques d'eau mais a découvert qu'il aimait aussi cet animal. On autorise un enfant phobique de l'école, ou

dyslexique, à faire de la peinture à doigt sur les chevaux. On utilise les lettres dans les carrières : « Montre-moi le E, montre-moi le A ». L'environnement passe par le portage : certaines études montrent qu'être assis sur un cheval qui marche est la sensation la plus proche vécue par le fœtus à l'intérieur du ventre de sa mère qui marche. Sur le plan régressif et pour la rééducation motrice, ça fonctionne. Les mouvements du cheval produisent une stimulation passive sur les membres inférieurs de la personne : au pas modéré ou très allongé, selon la précision nécessaire, les mouvements perçus sur le dos du cheval diffèrent. Le portage, pour un enfant en fauteuil roulant, que tout le monde regarde de haut, lui offre de regarder à son tour le monde d'en haut. Ça lui donne l'occasion de reprendre possession de son regard, de son corps. L'équithérapie agit sur la motricité fine : attacher le licol, tenir une longe, une brosse. Quand on brosse un cheval, on doit regarder ce que l'on fait. Mais une personne handicapée n'a pas forcément la notion conceptuelle du « sale ». On doit donc l'accompagner, lui montrer qu'à cet endroit-là, c'est sale, ça devient fonctionnel. Les adultes de l'UAFAM nourrissent les chevaux, ils ont un programme de quantité pour travailler les mathématiques. Ils font même de la voltige : sur le cheval, sans étriers, ils lâchent les mains et ferment les yeux. C'est extraordinaire ! Un enfant autiste qui s'autostimule en secouant fortement sa main, on va lui proposer de caresser la matière du cheval, sa crinière et sa queue. S'il se rend compte que gratter une crinière le calme, c'est bien. Et si ça peut lui permettre de limiter ces stéréotypies dans des environnements sociaux où c'est moins accepté, c'est encore mieux. Les adultes en fauteuil roulant qui sont à la limite de la dépression, ce qu'ils aiment, c'est faire de gros câlins à mon poney. Le poney se laisse faire, sans un mot. Le cheval, c'est la communication non verbale.

### **Le chien aussi. Pourquoi préférer le cheval ?**

La canithérapie fonctionne. D'ailleurs, certains bénéficiaires préfèrent d'abord passer du temps avec mon chien (Wabieng, Border Collie de 2 ans éduqué pour l'accompagnement des personnes en situation de handicap) avant de rencontrer le cheval. Dans l'équithérapie, le chien fait partie de l'environnement du cheval. Mais le chien n'a pas le portage, dont j'ai vanté les vertus. Le chien dort chez l'humain, le cheval dort chez lui, on va à sa rencontre, chez lui. Le cheval, ça en impose. De par sa stature, c'est un être vivant puissant, apprivoisé et éduqué mais avec sa liberté propre. Et puis, on a tous en nous ce paradoxe : l'attirance et la peur du cheval. Le cheval permet aux personnes en situation de handicap de gérer ce paradoxe quand l'être humain de le permet pas.

### **Citez-nous des exemples concrets des bienfaits de l'équithérapie.**

L'allure du trot, par exemple, travaille sur le ventre (les organes sont le deuxième, voir le premier cerveau) et débloque la barre du rire. Des études démontrent que ce trot peut permettre d'accéder à des oralisations chez des personnes qui ne verbalisent pas. Au cours d'une séance d'équithérapie, j'ai été témoin du premier « oui » d'un petit garçon autiste qui a toujours refusé de prononcer ce mot. Il est capable de répondre par un mouvement de la tête, de dire « non » et d'autres mots, mais les parents et les éducateurs de l'IME ont toujours essayé de lui faire verbaliser le « oui », sans y parvenir. Ce jour-là, en lui demandant : est-ce que tu veux monter sur le cheval ? Il m'a répondu « oui ». À l'ESAD, il y a un adulte qui ne verbalise qu'en présence d'animaux, un chien ou un cheval. En présence d'êtres humains, il communique de façon non verbale. Aujourd'hui, il a parlé pendant 1 heure. Un stagiaire ergothérapeute du foyer Paul-Reznik a constaté que la rééducation motrice

d'un jeune adulte hémiplégique fonctionne mieux en équithérapie que dans toute autre séance dispensée au foyer. Ce jeune homme aime le cheval, il veut se dépasser et on va très loin avec lui. Aujourd'hui, on peut lui placer une brosse ergonomique dans sa main qui, il y a encore 2 ans, était très repliée. Et puis il y a l'exemple d'une maman qui m'a amené son petit garçon phobique des chiens et des chevaux. Dès la première séance, tous les chiens du ranch courraient avec lui pour aller chercher le petit poney, qu'il a ramené et qu'il a monté.

### **Qui sont vos chevaux ?**

Quash Cache et Quatro, deux jeunes (rire..) de 15 ans. Quash Cache est un quarter, un cheval de travail avec le bétail et les stockmen. On s'est rencontré dans une petite carrière. J'étais au milieu, je le tenais par la longe, il s'est mis à marcher et son œil m'a regardé. J'ai compris qu'il me disait en quelque sorte « qu'attends-tu de moi ? Je peux peut-être faire quelque chose ». Quand un cheval semble me dire ça, c'est un très bon point. Quatro, lui, avait 14 ans quand je l'ai acheté au Yala Ranch, c'est un grand shetland au caractère extraordinaire : avec un enfant qui ne le traite pas bien, il va s'arrêter de travailler et se mettre à brouter. Mais avec des enfants de 3 ans qui n'ont pas la force de l'empêcher de brouter, il ne broute pas. Aujourd'hui, Quatro était à l'ESAD, il y avait plus de 20 personnes autour de lui, qui applaudissaient, qui criaient : il n'a pas bougé pendant 1 heure. À la Maison Gabriel Poëdi, il se pose au milieu de tous les fauteuils roulants. Quash Cache, un jour, en pleine manifestation, avec une foule autour de lui et des enfants sur son dos tout l'après-midi, a fini par me faire signe en fin d'après-midi : il a posé sa bouche sur mon épaule, l'a ouvert légèrement... j'ai retiré mon épaule, et me suis adressé aux gens : « Mesdames et messieurs, mon cheval vient de me dire que c'était fini. » Je l'ai écouté, sinon je risquais l'accident. Mes chevaux me parlent, à moi de les entendre. On a une relation. Je travaille constamment ce regard, ce cadre, mais sans dépasser leur limite, en respectant leur équilibre : tous les jours, du lundi au dimanche, je les fais brouter, je les brosse, les emmène à la mer et les laisse tranquille, parce que c'est leur salaire. Ils ont eu un mois de vacances en fin d'année, parce qu'ils le méritent. Et croyez-moi, ils prennent sur eux. Ce sont de vrais « professionnels ».

### **Encadré**


#### **Portrait**

Benjamin Bernard est d'abord cavalier de randonnée avant d'être éducateur spécialisé pour personne autiste. *« En côtoyant ce public handicapé pendant 12 ans, j'ai pensé qu'il fallait un média : le cheval, que je connaissais bien pour avoir été cavalier depuis mon enfance. Pour ce public-là, le cheval est parfois meilleur que l'homme. Un jour, j'ai vu l'effet de l'équithérapie sur une jeune fille autiste dont les troubles respiratoires diminuaient quand elle était sur le cheval. Suite à cela, j'ai compris que c'était ce que je devais faire. Ça me semblait évident. »* S'est ainsi qu'il s'est formé à l'IFEq (Institut de formation en équithérapie) en métropole et a fait le choix d'exercer sa pratique en Nouvelle-Calédonie.

### **Encadré**

Tél. : 89 20 86

[benjamin.equithérapeute687@gmail.com](mailto:benjamin.equithérapeute687@gmail.com)

 benjamin équithérapie

### **Encadré**

#### **Perspective 2019**

- Ouvrir le bénévolat et les stages aux patients en situation de handicap qui souhaiteraient devenir accompagnants.
- Ouvrir les séances d'équithérapie à la famille et aux amis de la personne accompagnée.
- Poursuivre mes visites dans les institutions et les associations en faisant entrer mes chevaux à l'intérieur de ces établissements.

#### **Légende photo**

**Quash cache** : Il est très impressionnant et ça permet d'en jouer. Il a un dos porteur, on peut lui mettre des personnes lourdes sur son dos. Et il est vivant, avec du caractère, mais sécuritaire.

**Quatro** : Il est assez porteur mais moins haut. Sur un shetland, le ressenti psychocorporel est moins fort que sur le quarter.