

# Les amis de Cheval-Espérance

La lettre de l'association Cheval Espérance n° 72 – 4ème trim. 2022

## Editorial

# Passage de relais



Par Laurent Bidault,  
Président de  
Cheval Espérance

**L'**activité de Cheval Espérance au profit des personnes handicapées se prépare à de grandes manœuvres dans un avenir que nous espérons proche. Nous vous convions peut-être pour la dernière fois à Bois-Guillaume pour l'assemblée générale annuelle (convocation en page 4) puisque nous avons le projet de déménager sur un nouveau site plus vaste pour mieux accueillir les personnes handicapées.

Il revient à Alicia et à tous ceux qu'elle saura fédérer autour de cette aventure, d'écrire cette nouvelle page remplie d'espérance. J'ai pris conscience des risques encourus par cette transhumance d'activité et je tiens à rassurer ceux que mon dernier éditorial sur la transmission a pu inquiéter : si je suis fatigué, j'ai encore quelques ressources cachées ! Je suis content de passer la main mais celle-ci reste tendue pour accompagner notre "bébé" dans ses premiers pas vers l'autonomie et l'indépendance jusqu'à ce qu'il marche "tout seul". Mon vœu le plus cher est que Cheval-Espérance perdure après moi pour continuer d'apporter un baume de douceur sur les souffrances des plus fragiles.

En cette conjoncture de crise politique, économique et sociale, permettre à des personnes handicapées

de monter à cheval pourrait ne pas sembler une priorité.

Nous sommes intimement convaincus que l'attention et le mieux-être apportés aux plus faibles et aux plus fragiles rejaillissent sur l'ensemble du corps social et l'irriguent de toutes les valeurs suscitées par les personnes handicapées : bienveillance, respect d'autrui, amour du prochain, joie de vivre au-delà des difficultés, caractère indéfectible de la dignité humaine, dynamique créative de l'entraide et de la solidarité... "La qualité d'une civilisation se juge au respect qu'elle porte aux plus faibles de ses membres" (Professeur Jérôme Lejeune).

Merci de votre participation à cette œuvre depuis ses débuts, et peut-être grâce à vous aurons-nous la joie de souffler ensemble les vingt bougies-anniversaire de Cheval Espérance le 1er octobre 2023 en inaugurant le nouveau site !

J'espère que vous continuerez à baliser de fleurs le chemin que j'ai eu le bonheur de parcourir avec les plus faibles. Que le Tout-Puissant qui vient à Noël sous les traits d'un tout petit enfant nous en indique toujours la direction ■



Dans la presse...

## Pourquoi nos chevaux nous font du bien ?

Belle émission du 9 novembre dernier sur Radio France, dont voici une petite synthèse, et qu'on peut écouter en replay (<https://www.radiofrance.fr/franceinter/podcasts/grand-bien-vous-fasse/grand-bien-vous-fasse-du-mercredi-09-novembre-2022-2641649>)

Avec Yolaine de la Bigne, journaliste et auteur, fondatrice de l'association l'Animal et l'Homme, Thierry Lhermitte, acteur, moniteur d'équitation éthologique, parrain de la [FRM](#), Catherine Mercier, psychologue clinicienne et équithérapeute, Nina Maroglou, psychologue clinicienne, [psychothérapie avec le cheval](#).)

Comme le disait Churchill "l'extérieur du cheval exerce une influence bénéfique sur l'intérieur de l'homme".

On s'intéresse aux bienfaits thérapeutiques du cheval chez les enfants, les adolescents, les adultes qui peuvent connaître des difficultés psychologiques ou physiques. Coup de projecteur également sur la sagesse que nous enseigne ce noble et sauvage animal...

Les chevaux connurent d'abord l'homme comme la proie connaît le chasseur. Mais *des hommes ont appris à murmurer à leurs oreilles dressées et inquiètes, on les appelait les « chuchoteurs »* (cf. le film « l'homme qui murmurait à l'oreille des chevaux »).

La journaliste Yolaine de la Bigne explique que "le cheval, comme toutes les proies, a dû développer un sens de l'observation d'une grande subtilité pour survivre. C'est pourquoi, d'une simple attitude, le cheval perce à jour n'importe quelle personne qui se tient devant lui". Il nous accepte tel que nous sommes, ici et maintenant, dans la bienveillance. Il voit tout, le sourire - vrai ou faux -, la peur, la vérité ou le mensonge et nous aide à mettre de l'ordre dans nos idées si complexes, pour nous faire globalement du bien à toutes les étapes de la vie. *Le cheval doit être heureux avec son cavalier, connecté, par la respiration, la voix, qu'il ait envie d'être avec lui. Pour que l'équitation soit belle, elle doit être légère et non contrainte.*

L'équithérapie, ou thérapie par le cheval et avec le cheval, est une façon de prendre soin de notre santé grâce aux relations que l'on peut nouer avec le cheval. La psychologue Nina Maroglou précise que "cet échange avec le cheval permet d'apaiser le corps, de se recentrer sur soi-même, d'unifier toutes nos sensations puisque le cheval a le don de nous renvoyer à la gestion de nos propres émotions,

*dans leur manière de se comporter avec leur cavalier. C'est une thérapie qui engage le corps et l'esprit tout entier grâce à un laisser-aller naturel dans la rencontre avec le cheval. Sans forcer les choses, le cheval vient nous chercher dans des zones émotionnelles impensées".* C'est une façon de mieux se

retrouver, avec soi-même et avec les autres, de se ressourcer, de regagner en énergie, en confiance grâce à la quiétude naturelle du cheval, très communicative. La psychologue et équithérapeute Catherine Mercier rappelle que "le cheval communique tout le temps puisque ce sont des mammifères sociaux qui appréhendent systématiquement leur environnement, de manière sensorielle, mais également émotionnelle. Au contact du cheval, le corps se réveille et se révèle. Le cheval va être un révélateur d'émotions" ■

### Cheval Espérance : un joli nom pour une magnifique aventure !

Extraits de l'article paru dans le magazine "Grain de sel" de novembre 22.

Laurent BIDAULT est le fondateur de Cheval-Espérance, avec le soutien indéfectible de Sabine, son épouse. Laurent est un battant : il apprend à l'adolescence qu'il est atteint d'une maladie neurodégénérative qui, progressivement, va le limiter dans ses déplacements et sa communication. Qu'à cela ne tienne ! Avec la foi chevillée au corps, il décide de continuer à vivre le plus normalement possible, et même d'aider les autres à vivre ! Il veut changer les cœurs et améliorer le quotidien des personnes handicapées...

Il rencontre Sabine lors d'un pèlerinage vers Compostelle. [...] Ils se marient, trois garçons viennent combler les heureux parents et ils ont la joie de pouvoir construire Cheval Espérance sur un terrain familial à Bois-Guillaume. Ils y consacrent toutes leurs économies. L'ouverture officielle a lieu le 1<sup>er</sup> octobre 2006, cinq ans après leur mariage. Ils vont pouvoir proposer un lieu tel qu'ils l'ont imaginé : d'accueil, de bien-être, d'échanges, où les personnes handicapées et les personnes valides se sentiront bien. Un lieu de contact avec la nature, les animaux. Le cheval est un animal qui induit une relation de confiance. Et puis, il faut tenir sur son dos, cela demande de l'équilibre. Le cavalier doit trouver son propre centre de gravité. De manière naturelle, il va se recentrer physiquement, c'est bon pour son être tout entier. [...] Sabine illustre : « Je me souviens d'un petit garçon souffrant d'autisme qui ne voulait pas toucher le poney lors de sa première séance ; il avait très peur. Nous avons opté pour un tour en attelage : à la fin de la balade, il a caressé le poney. Au bout de six mois, l'enfant montait tout seul et faisait aller sa monture au pas, au trot ou au galop, pour son plus grand bonheur, et le nôtre ! ». [...]

La responsable pédagogique assure, avec toute une équipe, une progression et un suivi personnalisés. Chaque semaine, deux cent personnes fréquentent le centre équestre. Tous ceux que j'y ai croisés avaient le sourire aux lèvres.

Voilà comment Laurent a transformé sa maladie, qui aurait pu l'anéantir, en une force formidable au service des autres. Voilà comment, avec l'aide de Sabine, il a permis à des milliers de personnes de reprendre contact avec la nature, avec les animaux et, au final, avec eux-mêmes. [...] ■

Isabelle Coussin

## Pêle-mêle du trimestre, pêle-mêle du trimestre, pêle-mêle du tri...



**Histoire**, la jument d'Alicia, magnifique selle français de 5 ans, arrivée dans l'écurie à la rentrée, fait le bonheur des cavaliers confirmés. Elle est si douce et sociable qu'elle est déjà championne d'équithérapie. Ici, en médiation avec l'un de nos amis du FAM Village Sylveison ■



## Murmures à l'oreille des chevaux



**Les phrases du trimestre :**  
"La qualité d'une civilisation se juge au respect qu'elle porte aux plus faibles de ses membres".

**Professeur Jérôme Lejeune**

"L'extérieur du cheval exerce une influence bénéfique sur l'intérieur de l'homme". **Winston Churchill**

◆ **15 décembre, assemblée générale** (voir en page 4).

◆ **Vacances de Noël :** tous niveaux, handi, valides, adultes, enfants avec jeux équestres, equifun, initiation, dressage, CSO, passage de galops, stages equi-handi, équitation adaptée, attelage, médiation animale, relaxation à cheval... Nous vous attendons nombreux ! Inscriptions sur le site internet [www.chevaesperance.fr](http://www.chevaesperance.fr) ou au 06 85 18 33 01

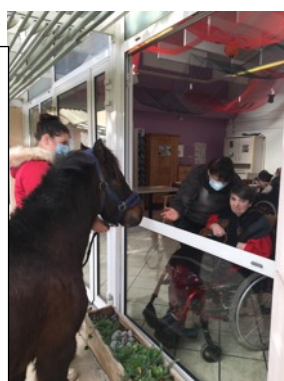
◆ **23 décembre, fête de Noël :** vous êtes tous invités de 16 à 18h. Goûter de Noël avec concours du plus beau (et plus délicieux !) gâteau. Baptêmes de poney et jeux de hobbyhorsing dans le manège, démonstration d'activités équestres ■



**Vacances de Toussaint :** la fête battait son plein sous un soleil radieux, avec excursions pleine nature, jeux équestres et spectacle de cirque ■

### Poneys à domicile :

les visites en institutions ont repris de plus belle depuis la rentrée. Ci-contre, Désir se fait une joie d'aller à la rencontre de ceux et celles qui ne peuvent plus se déplacer ! ■

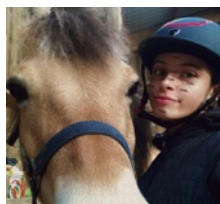


### Merci...

- à la caisse primaire d'assurance maladie, pour son soutien fidèle toujours renouvelé d'année en année.

- à tous nos donateurs : Sylvie, David, Bernard, Véronique, Geneviève, Thierry, Jean, Florence, Françoise, Joseph, Gilles, Jean-Pierre et Aline, Eric et Florence, Charles-Henri, Jean-Noël, Georges, Christian, Florence, Elisabeth, Rita, Jean-Louis, Jean-Paul, Christine, Hélène ■

## Gros plan sur... nos services civiques, un trio saignant



**Prénoms :** Inès, Léocadie et Océane

**Age :** 18, 20 et 20 ans.

**Comment avez-vous connu Cheval Espérance ?** Par le site des Services Civiques... et de réputation !

**Vos motivations pour postuler ?**

**Inès :** j'aime les chevaux et en attendant mon admission en école d'assistante vétérinaire, j'ai voulu découvrir ce type de public.

**Léocadie :** j'ai arrêté un CAP boulanger-pâtissier et un CAP vente : cela fait treize ans que je monte à cheval et je voulais voir si je peux en faire mon métier.

**Océane :** après un an de CAP palfrenier-soigneur que j'ai arrêté pour un bac pro commerce qui ne m'a pas plu, je voulais retrouver le milieu du cheval.

**Vos impressions sur ce premier trimestre à Cheval Espérance ?**

**Inès :** je ne pensais pas aimer autant ce travail, l'approche des personnes en situation de handicap, le contact avec le cheval ! j'ai appris à être plus patiente, moins timide, je suis toujours contente de venir le matin !

**Léo :** j'avais peur du contact avec les personnes handicapées... je ne pensais pas que ce serait aussi bien : elles sont super-gentilles, hyper-attachantes. Alicia me confie des animations à préparer pour les cours. J'aime trouver des idées et les mettre en pratique. Cela me donne envie de devenir monitrice d'équitation.

**Océane :** Voir les cavaliers handicapés évoluer au fur et à mesure des séances, c'est ce qui me plaît vraiment. Jade qui commence à trotter, Camille qui va bientôt réussir à monter sur le cheval... L'ambiance est super ici ! ■





CNDS  
CENTRE NATIONAL  
POUR LE  
DEVELOPPEMENT  
DU SPORT

76

SEINE-MARITIME  
LE DEPARTEMENT



RÉGION  
NORMANDIE

VILLE DE  
BOIS GUILLAUME



ars  
Agence Régionale de Santé  
Normandie



L'Assurance  
Maladie



GENERALI

ECURIE DES  
MONCEAUX

TOGETHER  
for RACING  
INTERNATIONAL

FRANCE  
GALOP



FONDS  
CAISSE D'ÉPARGNE  
NORMANDIE  
POUR L'INITIATIVE  
SOLIDAIRE

PRÉVOIR  
Assureur Solutions Vie

AXA  
Atout Cœur

alpha COPY

S&H 76  
Commissariat Départemental Sport & Handicap

S&A  
Autisme  
76  
Commissariat Départemental Sport & Handicap

Norm'Handi  
VALIDES, HANDICAPÉS  
POUR UN SPORT ENSEMBLE



Fioretti

Paul et Lili

Paul a 12 ans, un fauteuil roulant, une pathologie similaire à celle de Laurent ; il a fait cinq séances depuis la rentrée. On le met bien calé avec des coussins dans le module de selle HippoLib sur Lili et on part se promener en forêt. Et là... un sourire jusqu'au ciel, le bonheur absolu.

Joséphine et Adibou

Joséphine, 9 ans, autiste, non communicante, très brouillon dans ses gestes, s'occupe d'Adibou avec passion. D'un tempérament très agité, elle devient calme durant la séance. A la maison et à l'école, elle refuse le langage des signes auquel on l'initie. Mais ici, en trois séances, elle a assimilé "pony", "brosser", "marcher", etc. : tous les signes qui vont dans le sens de ce qui l'intéresse ! Et bien sûr le signe qui désigne Adibou !

Cécile et les "shouetlands"

Agée d'une trentaine d'années, Cécile vient en cours particuliers deux fois par mois. Elle a beaucoup de mal à se mouvoir, n'a pas encore assez d'équilibre pour tenir sur le dos d'un cheval, mais va se balader à pied en marche dynamique dans la forêt avec un petit poney shetland sur lequel elle s'appuie : un poney-déambulateur ! Au retour, elle arrive à marcher sans sa canne. Et elle est heureuse de s'investir en tant que bénévole avec ce qu'elle sait faire. Ci-contre, le tableau qu'elle a réalisé pour l'écurie des shetlands ■



## L'œil du conseil

Nous espérons pouvoir vous en dire plus sur les projets d'avenir de Cheval Espérance que nous vous laissons entrevoir en septembre dernier. Sans doute, selon le dicton, est-il prudent de reculer pour mieux sauter... Notre projet d'installation sur un nouveau site plus grand, offrant de meilleurs équipements pour développer nos activités et plus d'espace pour le bien-être des chevaux, est toujours à l'étude. Mais le pas n'est pas encore franchi. Le suspense reste entier. A suivre. Pour le reste, les comptes sont à l'équilibre, l'activité en très légère croissance, l'ambiance paisible et joyeuse. Et notre reconnaissance toujours grande envers tous ceux qui apportent leur contribution à l'aventure de Cheval Espérance. Equipe pédagogique, bénévoles, amis, partenaires, soutiens, sponsors, mécènes...: qu'ils soient en première ligne ou œuvrent discrètement dans l'ombre, chacun apporte sa pierre, précieuse, à l'équilibre et à l'harmonie de l'ensemble ■

**Le conseil d'administration**

### Convocation à l'Assemblée Générale Ordinaire de l'association Cheval Espérance

qui se tiendra le **jeudi 15 décembre 2022 à 18h30** au club house

#### Ordre du jour :

- Accueil et rapport moral de l'exercice 2021-2022.
- Rapport financier 2021-2022. Approbation des comptes.
- Présentation et approbation du budget 2022-2023.
- Situation actuelle, perspectives et projets.
- Renouvellement des mandats des membres du CA arrivés à échéance.
- Questions diverses.

#### Pouvoir de représentation à l'assemblée générale de l'association Cheval Espérance

à remettre à votre mandataire ou retourner à Cheval Espérance, 4449 rue de la haie à Bois Guillaume.

Je soussigné M/Mme....., membre de l'association Cheval Espérance

Donne par la présente pouvoir à : .....

(le mandataire doit avoir droit de vote à l'assemblée générale ; si vous laissez en blanc, le pouvoir sera remis au Président ou à un membre par lui désigné) à l'effet de me représenter à l'assemblée générale ordinaire de l'Association Cheval-Espérance du jeudi 15 décembre 2022, en conséquence, assister à la réunion de cette assemblée, émarger toutes feuilles de présence, accepter toutes fonctions, prendre part aux délibérations et aux votes sur les questions à l'ordre du jour, signer tous procès-verbaux, et en général, faire le nécessaire. Fait à ..... Le ....., Signature :

**Si vous êtes imposables, n'oubliez pas en cette fin d'année, de défiscaliser votre don !**

(66% de réduction fiscale dans la limite de 20% de votre revenu)

Par virement : IBAN : FR76 1142 5009 0008 0026 5853 301

Par chèque à Cheval Espérance, lettre aux amis, 4449 rue de la haie, 76230 Bois Guillaume

**Au nom de tous les cavaliers handicapés, merci !**