

Les amis de Cheval-Espérance

La lettre de l'association Cheval Espérance n° 73 – 1er trim. 2023

Editorial

Tout vient à point à qui sait attendre



Par Laurent Bidault,
Président de
Cheval Espérance

Je suis toujours empressé à réaliser les mille projets qui bouillonnent dans ma tête. J'ai pris conscience d'avoir souvent au cours de ma vie mis la charrue avant les bœufs. Je ne marche pas, mais je fais courir les autres... J'admets que mon impatience est mon gros défaut ! Mea culpa.

Or, le temps ne respecte pas ce que l'on fait sans lui. Il nous faut laisser mûrir les fruits de nos réflexions au rythme des saisons et accepter de les voir pousser puis s'épanouir sans tirer sur les feuilles !

C'est au cœur de l'hiver, lorsque tout semble mort, que se préparent sous terre les nouvelles pousses qui jailliront d'autant plus vigoureuses au printemps qu'elles auront pris le temps d'être purifiées par le gel, et auront emmagasiné dans le repos les forces vives qui leur permettront de donner des fruits toujours meilleurs.

Il me faut respecter les délais et contraintes propres à l'aménagement d'un centre équestre (cf. "L'œil du conseil" p.4). Et je veux aujourd'hui prendre le temps de m'assurer qu'en déplaçant Cheval Espérance sur un plus grand site, l'activité au service des personnes handicapées sera toujours

viable et pourra perdurer, même si je ne suis plus là pour le voir. Le temps consacré au bien des autres n'est jamais perdu.

Si le projet n'est pas encore totalement ficelé, je voudrais rassurer tout le monde : l'activité de Cheval Espérance se poursuivra sur le site de Bois Guillaume jusqu'au jour où le "fruit" sera mûr.

Curieusement, je n'aime pas attendre ! Pourtant, j'y suis bien obligé et je dois m'y résigner. Je suis contraint par la dépendance liée au handicap et subie "humblement" par ma pauvre personne... Au fil de mes longues méditations, j'ai fait de l'attente une alliée que j'aime. Elle est devenue non seulement une compagne mais aussi une véritable Espérance. Une fenêtre ouverte sur l'avenir, où je peux prendre une grande bouffée d'oxygène. Je vous invite vous aussi à croire que "tout reste possible quand tout semble perdu" et vous ne verrez plus les choses de la vie, même les plus simples, de la même façon, mais dans la joie, "colorisées", comme notre belle forêt lorsque le soleil du printemps vient l'illuminer.

Regardons tous ensemble Cheval Espérance avec ce regard rempli de lumière, et le chemin à suivre se dévoilera au moment propice ■



L'équitation à visée thérapeutique, une spécificité de Cheval Espérance

Dès la création de l'association, en 2003, nous avons ressenti le besoin que les séances d'équitation que nous

dispensions puissent bénéficier d'un éclairage médical et para-médical.

Bien qu'expérimentés dans l'accompagnement du handicap, nos moniteurs et monitrices étaient confrontés à des situations pour lesquelles ils n'avaient pas d'emblée de réponse satisfaisante : pathologies ou comportements déroutants, difficiles à gérer sur un plan psychologique ou mental (schizophrénies, absence de communication, crises d'angoisse...) mais également problèmes moteurs, d'équilibre, de préhension fine, d'orthèses...

Des enquêtes pour cerner les attentes des personnes handicapées et des Institutions avant de créer le site de Bois Guillaume ont révélé une très forte demande de **prise en compte réelle du handicap**, et d'une **pédagogie incluant les dimensions de soin et de progression**, et non une simple proposition de loisir adapté.

Sur la base de ces attentes, nous avons proposé dès 2003, avec les premières séances, d'établir un **suivi personnalisé** pour chaque cavalier accueilli. Suivi que nous assurons depuis bientôt vingt ans.

Nous commençons chaque année par une "**réunion d'objectifs**", avec les éducateurs qui ont conçu leur groupe au préalable (quatre à cinq personnes selon leur autonomie), ou par une séance individuelle pour les cavaliers qui viennent seuls. Nous précisons âge, autonomie, handicap, attentes, et réfléchissons ensemble à l'accompagnement le plus adéquat, aux objectifs individuels, équipements adaptés, choix de la cavalerie et mise en place des séances : médiation (à côté du cheval), équitation adaptée (avec certificat médical qui permet la mise à cheval), attelage, etc.

Une **réunion intermédiaire** au milieu de l'année permet de faire un point sur notre accompagnement : réajustement des objectifs et mesure de la progression.

La **réunion-bilan** de fin d'année évalue les phases de progression suivant ce qui a été défini au départ.

Quelques exemples d'axes de progression : autonomie, confiance en soi, communication avec les autres, relation avec le cheval, plaisir et bien être,

expression des émotions, équilibre et tonicité, sensoriel, respect des consignes, socialisation, concentration et attention, contrôle de ses appréhensions.

Otre ces réunions, notre équipe pédagogique se réunit trois fois par an en "**commission thérapeutique**" composée d'un médecin, une cadre de santé, une éducatrice spécialisée, une psychologue, une ergothérapeute et un membre du conseil d'administration, pour leur soumettre les questions et difficultés rencontrées avec les cavaliers et réfléchir aux moyens à mettre en œuvre pour réaliser les objectifs thérapeutiques visés.

Les membres de la commission thérapeutique sont bénévoles et se mettent également à la disposition de l'équipe pédagogique pour intervenir individuellement et ponctuellement en observation d'une séance ou d'un cavalier si besoin. L'ergothérapeute est venue voir des séances pour trouver comment améliorer la préhension pour un cavalier et nous avons bricolé nos premières rênes à poignées ; le kiné a testé la possibilité d'enlever une orthèse ou conseillé des mouvements pour détendre progressivement les abducteurs et permettre de descendre les jambes de part et d'autre de la selle ; la psychologue a étudié de près quelques comportements de crise et identifié quelles pouvaient en être les causes déclenchantes, afin de les prévenir.

Il arrive que l'équipe pédagogique puisse bénéficier, dans certaines situations éprouvantes, du soutien de la commission, soit en se confiant au groupe, soit en sollicitant l'accompagnement individuel du médecin ou de la psychologue. Ces réunions sont donc ouvertes non seulement aux monitrices, mais aux bénévoles accompagnateurs, aux apprenties, aux bénévoles "attelage". Il peut arriver également d'accueillir ponctuellement un accompagnant ou deux, en début de séance, pour lui permettre d'exposer une situation délicate et solliciter l'avis de la commission.

C'est aussi un **temps de convivialité**, pour la joie de se retrouver autour d'une **motivation commune, le mieux-être des personnes handicapées**, de lever un peu le nez du travail quotidien, de **prendre de la hauteur et voir plus loin**. Dimension essentielle pour le mieux-être de la commission : les apéros et autres pizza-parties ont toujours été au centre de nos rencontres ! ■

Pêle-mêle du trimestre, pêle-mêle du trimestre, pêle-mêle du trim



Cheval Espérance a retrouvé son label Equi-handi, décerné par la Fédération française d'équitation, grâce au brevet fédéral obtenu par Alicia. Bravo ! ■

Merci...

- à la mutualité sociale agricole (MSA), qui nous accompagne chaque année.
- à tous nos donateurs : Frédéric et Charlotte, Hanna, François et Aude, Thérèse, Thierry, Henri et Marion, Edith, Emmanuel et Florence, Irène, Bernadette et René, Eric, Pierre, Jehanne, Jean-Louis, Philippe, Antoine, Michel, Florence, Geneviève, Jean-Paul, Isabelle, Véronique, Marc, Martine, Jean, Gérard et Nadine, Patrice, Serge, Caroline, Luc, Chantal, Nicolas, Jean-Marc, Alain, Lionel et Christine, Sabine, Raphaël, Abbaye ND, Nathalie, Jean-François, Thierry et Fanny, Sylvie ■

27 janvier : réunion de la commission thérapeutique. Médecin, psychologue, cadre de santé, éducatrice spécialisée, se sont mis au service de l'équipe pédagogique pour un point de milieu d'année sur les objectifs thérapeutiques fixés au cas par cas pour nos cavaliers ■

Samedi 4 mars : Cheval-Espérance participe au forum du handicap et de l'autisme à la halle aux toiles de Rouen aux côtés d'une cinquantaine d'associations au service des personnes handicapées. Joie de pouvoir proposer notre aide et la médiation des chevaux aux familles touchées par le handicap et beaux échanges avec ceux qui œuvrent également en ce sens ■

Gros plan sur... Monique, au service de l'Espérance



Prénom ? Monique

Comment as-tu connu Cheval Espérance ? Cadre Infirmier, retraitée depuis une dizaine d'années, j'ai terminé ma carrière au Centre de médecine physique et réadaptation Les Herbiers à Bois-Guillaume.

J'ai connu Cheval Espérance dans l'exercice de cette fonction, et le bénéfice que ces activités apportaient à des patients porteurs de handicaps. A mon départ des Herbiers, j'ai rejoint Laurent dans son merveilleux projet de ferme de l'Espérance, projet que nous n'avons pu, pour l'instant, mener à terme.

Ta mission ? Comment ne pas rester aux côtés de Laurent et Sabine, les accompagner dans leur engagement, leur force de vie, leur Espérance ? Au sein de l'association, je suis maintenant responsable de l'organisation de la commission thérapeutique.

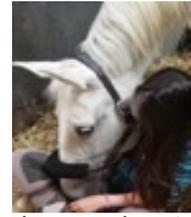
Ce qui te plaît à Cheval Espérance ? Plus que l'organisation elle-même, c'est l'objectif de ce groupe de réflexion, autour du Dr Pinson, qui m'intéresse : soutenir et aider les équipes dans les questions et difficultés d'accompagnement qu'elles peuvent rencontrer. J'aime aussi l'esprit d'entraide, d'amitié, l'ambiance, l'odeur... et les chevaux !

Ton souhait pour Cheval Espérance ? Que cette belle aventure soit un modèle d'amour de son prochain et se développe, que l'Espérance se propage dans le monde.

Tes activités, tes loisirs ?

Entourée de mes enfants et petits-enfants, j'entretiens avec plaisir mon grand jardin, je sors avec des amis, je lis, je peins, je brode ■

Murmures à l'oreille des chevaux



◆ **Les phrases du trimestre :**
"Les bonnes choses prennent du temps" Anonyme

"Le temps est l'image mobile de l'éternité immobile" Platon

◆ **10 mars, 20 h, un concert qui met la joie au cœur !** Jazz, blues, contry, folk, rock, guitares et harmonies, avec Alain de Nardjs et son trio. Merci à nos amis du Lions club Blanche de Castille qui l'ont organisé au profit de Cheval Espérance ■

◆ **Vacances de Pâques :** stages du 17 au 21 et du 24 au 28 avril. Tous niveaux, handi, valides, adultes, enfants avec jeux équestres, chasse aux œufs, equifun, initiation, dressage, CSO, passage de galops, stages equi-handi, équitation adaptée, attelage, médiation animale, relaxation à cheval. Inscriptions sur le site web www.chevalesperance.fr ou au 06 85 18 33 01 ■

◆ **Mardi 9 mai, 19 h, au château de Belbeuf :** Cheval Espérance est sélectionnée pour participer à la **Nuit du Bien Commun**. Venez nous soutenir, invitez vos amis, patrons et collaborateurs, sponsors et mécènes potentiels, à cette magnifique soirée festive, conviviale et remplie d'Espérance, qui permettra une exceptionnelle levée de dons au profit de 9 associations, dont Cheval Espérance ■

◆ **Samedi 17 juin, fête du club sur le thème : Equitation pour tous!** Baptêmes poney, Equi fun, démonstration de longues rênes shetlands, jeux à pied, mini-spectacle par un institut médico-social, démonstration shiatsu, démonstration cheval monté en liberté et saut d'obstacle ■



CNDS
CENTRE NATIONAL
POUR LE
DEVELOPPEMENT
DU SPORT



76
SEINE-MARITIME
LE DEPARTEMENT



PRÉVOIR
Assureur Solutions Vie



ECURIE DES
MONCEAUX



S&H 76
Commissariat Département Sport & Handicap

S&A 76
autisme
Commissariat Département Sport & Handicap

Normandi
VALIDES, HANDICAPÉS
POUR UN SPORT ENSEMBLE



Fioretti

Justine et Ulysse

Les bienfaits de la médiation des chevaux ne cessent de nous émerveiller : encore un petit miracle avec la rencontre de Justine et Ulysse, deux êtres pétris d'inquiétudes. Ulysse, un poney "près du sang", hyper-émotif, hypersensible, délicat et fragile ; Justine, adolescente en grande fragilité, phobie scolaire, agoraphobie, troubles alimentaires... Elle nous a été adressée par un médecin du CHU (*).

Quand les deux se sont retrouvés en présence l'un de l'autre, métamorphose d'Ulysse : les caresses timides de l'une allant à la rencontre de l'hypersensibilité de l'autre. Justine avait tant et tant de choses à dire à Ulysse, lequel a entendu sa souffrance... Il s'est mis à mâchouiller, seule façon pour lui de lui faire comprendre qu'il était là, qu'il l'écoutait, la comprenait, qu'elle pouvait se détendre auprès de lui. Et Justine a relâché la pression, son souffle s'est apaisé, sa voix s'est faite plus claire. Elle a détaché Ulysse et l'a conduit sur un parcours de maniabilité : et parce que c'était Justine qui le lui demandait, Ulysse a franchi toutes les difficultés avec un calme qui ne lui ressemble guère.

Les bénéfices de cette rencontre entre Ulysse et Justine se multiplient au fil des séances : Justine mange, cherche une école avec des chevaux, pas pour tout de suite, mais un jour. Elle se projette. Ulysse réserve à Justine cette décontraction ■

(*) Grande avancée pour l'équitation qui vient d'être reconnue parmi les sports référencés par les médecins. Ceux-ci peuvent dorénavant délivrer une ordonnance prescrivant des séances d'équitation dans un but thérapeutique. Certaines mutuelles prennent ces séances en charge.

L'œil du conseil

Comme l'exprime notre président dans son éditorial, l'heure est plutôt à la circonspection concernant notre projet de "transhumance" de Cheval Espérance vers un nouveau site. Mais la petite équipe de "pilotage" du projet s'affaire activement dans l'ombre (conseils d'un architecte, devis d'aménagement, démarches administratives diverses...). Le mot d'ordre du moment est à la confiance : "tout vient à point à qui sait attendre"! Nous vous tiendrons bien évidemment informés de l'évolution du projet ■

Le conseil d'administration

- ✂
- J'adhère à l'association Cheval Espérance : 10 €
 - Je fais un don de€ par chèque à l'ordre de Cheval Espérance ou par virement :
- | | | | | |
|---|-------------|--------------|---------|---------------|
| Code banque | Code agence | N° de compte | Clé RIB | Domiciliation |
| 11425 | 00900 | 08002658533 | 01 | CE Normandie |
| IBAN : FR76 1142 5009 0008 0026 5853 301 | | | | |

Si vous êtes imposables, vous bénéficiez d'une déduction fiscale de 66% de vos dons dans la limite de 20% de votre revenu.

Au nom de tous les cavaliers handicapés, merci !

Les amis de Cheval Espérance, 4449 rue de la haie, 76230 Bois Guillaume

Dir. de la publication : Laurent Bidault, tél. 02 35 61 52 89/06 85 18 33 01

Courriel : chevalesperance.association@gmail.com

