

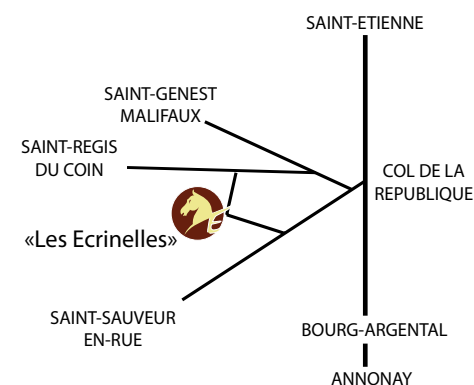
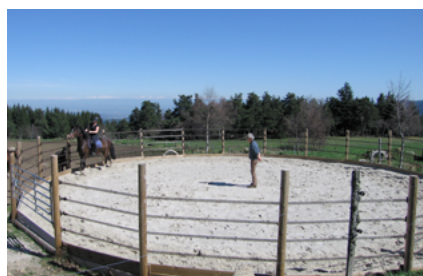
## Où ?

La ferme équestre des Ecrinelles est située en plein cœur du Parc naturel régional du Pilat dans un environnement exceptionnel, propice au bien-être de l'homme et du cheval.

Les chevaux qui travaillent régulièrement en toute discipline, vivent au pré toute l'année en troupeau. Cela favorise les liens sociaux et participe grandement à leur équilibre mental et physique et en font des partenaires de confiance.

Le centre équestre met à notre disposition des infrastructures de qualité qui garantissent un espace thérapeutique contenant et sécurisant.

Un hébergement en gîte est également possible sur place et permet d'envisager des projets particuliers de type stages ou séjours à thème.



### Lieu d'exercice :

Ferme Equestre les Ecrinelles  
Gimel  
42220 Saint-Sauveur-En-Rue

Tel : 04-77-39-23-45  
[www.lesecrinelles.free.fr](http://www.lesecrinelles.free.fr)

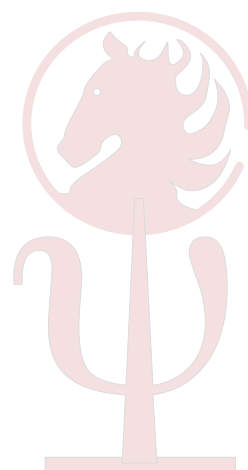


**BONNEFOY Fabienne**  
éducatrice spécialisée,  
équithérapeute

Tel : 06-88-78-07-25  
Mail : [equitavenir@orange.fr](mailto:equitavenir@orange.fr)

Adresse postale :  
Fabienne BONNEFOY  
lieu-dit Aymard - 42220 Colombier

siret 809 124 902 000 10 - APE 9609Z



Conception / Impression : [contact@graphies.info](mailto:contact@graphies.info)

La richesse de la rencontre avec l'animal  
est une ressource inépuisable



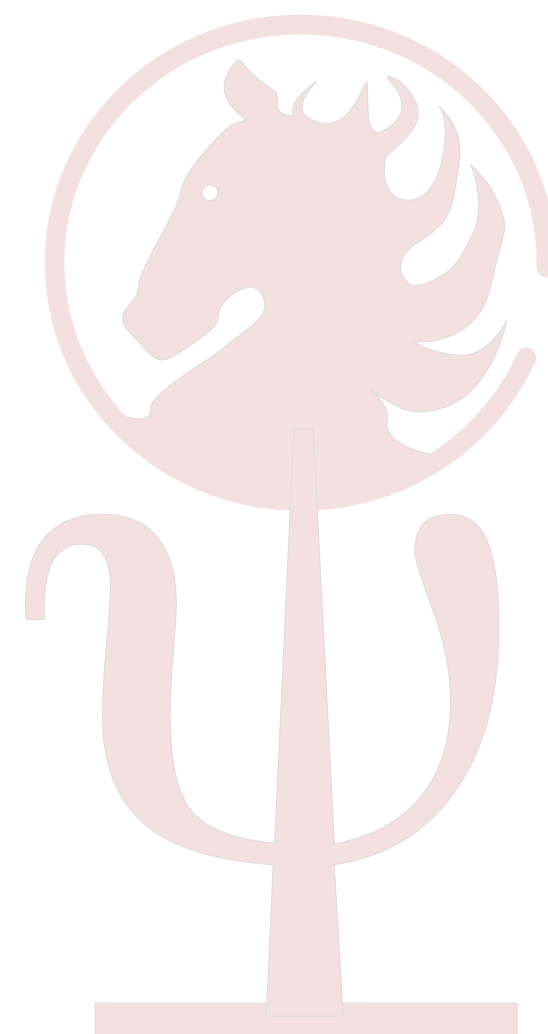
## Equithérapie

Fabienne **BONNEFOY**

*Éducatrice spécialisée*

*Équithérapeute diplômée  
de la Société Française d'Equithérapie*

*Signataire de la charte d'éthique et  
de déontologie des équithérapeutes*



Le mieux-être grâce à la relation au cheval





## L'équithérapie **c'est quoi ?**

L'équithérapie est un soin psychique fondé sur la présence du cheval comme médiateur thérapeutique.

(Définition de la Société Française d'Equithérapie)

« **Le cheval est un bon maître, non seulement pour le corps mais aussi pour l'esprit et le cœur** », disait déjà Xénophon, cinq siècles avant Jésus-Christ.

Maladies psychiques : autisme, schizophrénie, pathologies du développement, dépression, mal-être... l'équithérapie entend soigner les maux de l'esprit. Ce soin est dispensé par un professionnel médico-social formé à l'équithérapie qui met ses compétences relationnelles et ses connaissances du cheval au service d'un espace thérapeutique atypique et ludique.



## L'équithérapie **c'est pour qui ?**

Un réel mieux être peut être apporté par l'équithérapie à toute personne souffrant de difficultés physiques, psychiques et/ou sociales.



La relation avec le cheval, concrète et intense, est **une expérience sensorielle et émotionnelle** qui favorise l'expression des ressentis, la mobilité corporelle, la rencontre avec soi...

L'équithérapeute, par des outils adaptés à chaque situation, utilise **ce qui se vit dans cette relation patient/cheval** comme base de travail.

En équithérapie, **on travaille sur la détente musculaire, le lâcher-prise, la verbalisation, les apprentissages, le mode relationnel, le positionnement, la confiance en soi...**

**La richesse de la rencontre** avec le cheval est une ressource inépuisable pour le thérapeute qui vise à apporter au patient **un sentiment de confort, de mieux-être et une diminution de ses symptômes.**



## Comment ?

**L'équithérapie est une prise en charge globale et individualisée.**

Le suivi se met en place après un premier entretien et **2 à 3 séances d'observation** qui permettent d'élaborer **un projet thérapeutique** répondant aux besoins et attentes du patient et/ou des personnes qui l'accompagnent.

Le projet de prise en charge est le fil conducteur de la thérapie car il est le support de son **évaluation et des réajustements** qui en découlent.

### Le cheval, un baromètre à émotions

La plus noble conquête de l'homme, comme le nommait l'écrivain et naturaliste Buffon, ferait-il aussi figure de thérapeute ? « Le cheval ne guérit pas. C'est le cadre (un patient, accompagné d'un thérapeute), qui est thérapeutique. Le cheval est un médiateur de cette relation », précise Nicolas Emond\*. Un outil, comme les cartes en psychologie cognitive ou les sons en musicothérapie. A ceci près qu'il possède une véritable particularité : celle d'être un baromètre à émotions. Un miroir de ce que ressent le patient.

Proie à l'état naturel, le cheval possède des canaux sensoriels excessivement développés, qui le rendent réceptif à tout ce qui l'entoure.

« Il nous permet de lire ce qui en train de se passer intérieurement chez le patient », explique Nicolas Emond. « Quand celui-ci ressent de la peur, ou de la satisfaction, le thérapeute ne va peut-être pas pouvoir le décrypter tout de suite. Le cheval, si. Et il va réagir. Le thérapeute peut alors lire l'animal ».

Anne Mahieu est équithérapeute et fait entrer des chevaux... en prison. Objectif : apporter oxygène, apaisement et mieux-être au sein du climat carcéral.

Depuis deux ans, Karine Martin, psychothérapeute de formation, se consacre exclusivement à l'équithérapie. Pour elle, la présence du cheval permet à la thérapie d'avancer plus vite que dans un cadre classique. « Le cheval est un animal complètement authentique. Il a un regard non jugeant : il vous prend comme vous êtes. On ne peut pas tricher avec lui. Ni instaurer de relation si l'on n'est pas vrai soi-même. »



### Le cheval, un symbole maternel et paternel

Pour sa première séance, Nicolas Emond a demandé à Caroline de trouver le moyen de communiquer avec son poney « Délice ». Cette mère de famille souffre de problèmes d'autorité avec ses enfants. L'exercice : guider le poney, sans le tenir, afin qu'il passe entre des barres jaunes parallèles posées dans le sable, à différents endroits du manège. Après quelques tentatives infructueuses, la communication commence à s'établir entre Caroline et Délice.

Travail du cheval en liberté (diriger son cheval, interpréter ses réactions...), pansage (brosser, s'occuper d'un autre) travail monté (exercices sur l'équilibre, relaxation, jeux de rôles...). Une séance d'équithérapie se construit généralement autour de ces trois grandes étapes. Aucune n'étant obligatoire, surtout pas la monte. Avec, en toile de fond, le double symbolisme incarné par le cheval. « Il est à la fois maternant et paternant », analyse Karine Martin. « Chaud, doux au toucher, plein de rondeurs, il porte sur son dos, au pas, dans une allure extrêmement relaxante, qui rappelle le bercement d'une mère. Et c'est aussi un animal puissant, qui a une certaine force, une certaine masse, et ses propres lois. »

Un animal qui ne manque parfois pas d'impressionner... Lors de ses premières séances, Line osait à peine entrer dans le box de Célia, sa jument de thérapie. Pour celle qui est aujourd'hui propriétaire de son propre cheval, sa reconstruction n'aurait pas été possible sans l'intermédiaire du cheval. « Toutes ces séances m'ont aidé à reprendre confiance en moi, à réaliser que moi seule détenais les clés pour me reprendre en main. »

L'équithérapie, ou comment remettre le pied à l'étrier...

\* Nicolas Emond : Equithérapeute, responsable de l'IFEq (Institut de Formation en Equithérapie)