

Équevillon

De l'équithérapie à l'Ehpad: à plus de 90 ans, les résidents montent à cheval

Afin de travailler la psychomotricité et insuffler un peu de joie à ses résidents, l'Ehpad L'Éclaircie d'Équevillon a fait appel à une équithérapeute... et à Flocon.

Mais que faisait donc ce cheval dans le parc de l'Ehpad (Établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes) L'Éclaircie d'Équevillon, un mardi après-midi du mois d'octobre ?

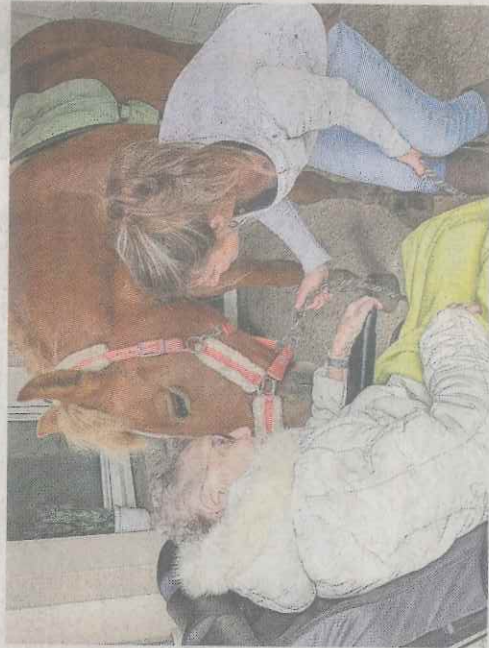
Les personnes venues rendre visite à leurs proches ont certainement dû se poser la question. Les résidents, eux, savaient. Flocon, grand gaillard qui fait à vue de nez son mètre soixante, était là pour eux. Il vient tous les quinze jours sur un peu plus de deux mois, pour des séances d'équithérapie.

« Je n'étais jamais montée à cheval avant »

« Dès que nous le pouvons, nous mettons en place des approches non médicamenteuses avec nos résidents afin de réduire des troubles comme l'anxiété, la dépression, le syndrome de glissement... explique Nathalie Moysé, psychologue de l'Ehpad. Nous avons déjà organisé des ateliers thérapeutiques autour de la sophrologie, de l'art-thé-



Colette, 97 ans, n'était jamais montée à cheval avant cet atelier thérapeutique. Photo Jennifer Millet



Flocon n'est jamais avare de câlins. Photo Jennifer Millet

rapie, de la musicothérapie et de la médiation animale avec des lapins, des poules, des cochons d'inde ». Cet après-midi, cinq dames étaient attendues tour à tour par Flocon et elles n'auraient pas manqué le rendez-vous.

Elles ont pu le caresser, le brosser, le promener et même le monter. Colette, 97 ans, est arrivée avec le sourire et lorsqu'en début de séance l'équithérapeute, Tiphaine Da Col, lui demande si aujourd'hui elle veut monter, Colette ne se fait pas prier : « Mais bien sûr ». Quelques tours de parc plus tard, la nagnénaire est heureuse.

« Avant cet atelier, je n'étais jamais montée à cheval de ma vie, je ne pensais pas pouvoir y arriver, je suis contente », sourit Colette.

« Dans le temps, il reste quelque chose »

Elle n'est pas la seule à avoir monté Flocon cet après-midi-là et pour celles qui n'ont pas pu, Flocon s'est gentiment laissé câliner. « On adapte toujours les ateliers pour que chaque résident qui y participe gagne en lumière, prenne plaisir. Quand ils sont avec le cheval, on ne reconnaît pas certains résidents. Quoi qu'il arrive, ils ne passent pas la même journée

et dans le temps, il reste quelque chose », poursuit Nathalie Moysé.

Tantôt doux, tantôt blagueur, Flocon s'est également très bien adapté à son binôme du moment. « L'équithérapie permet plusieurs choses, analyse Tiphaine Da Col, c'est une prise en charge psychocorporelle fondée sur la présence du cheval donc on travaille à la fois la tête et le corps. Le cheval révèle des souvenirs à certains qui ont pu côtoyer des chevaux par le passé et dans tous les cas, il suscite beaucoup d'émotion et montre qu'à 90 ans passés, on peut encore faire des choses. Et puis phy-

« Le cheval réveille des souvenirs à certains. »

Tiphaine Da Col, équithérapeute

siquement, monter à cheval mobilise 300 muscles chez le cavalier qui travaille sa tonicité, sa posture... Rien que le fait de brosser le cheval fait travailler la gestuelle ».

En fin de journée, le cheval est parti mais les résidentes ont bien noté la prochaine venue de Flocon.

• Jennifer Millet