



© FEBRA JAMROZ/PROFESSIONALPHOTO.COM

Les bénévoles en équitation thérapeutique : la compétence et le dévouement

PAR NATHALIE LABERGE

Nous sommes en décembre 2007, Jacques Lorrain s'apprête à partir pour le Costa Rica. Il n'en est pas à son premier voyage, et l'administration des vaccins est une procédure de routine. Mais cette fois, quelque chose ne tourne pas rond : une réaction adverse, inattendue et fulgurante. Quatre heures plus tard, ce cavalier de 30 ans d'expérience en chasse et saut d'obstacles, adepte de dressage et ancien compétiteur du CDI de Blainville, est paralysé sur tout le côté droit ! S'ensuivront les séjours à l'hôpital, les rondes de tests... Cet amoureux des chevaux et des grands défis sportifs allait alors découvrir l'autre côté de la médaille équestre.

LE CONTEXTE

L'équitation thérapeutique est l'appellation générique qui désigne toutes les formes d'activités équestres pensées pour des personnes aux prises avec une déficience, qu'elle soit d'ordre physique, psychologique ou comportementale. Le concept regorge de potentiel : un professionnel qualifié, soit un éducateur spécialisé, un ergothérapeute, un physiothérapeute ou un psychologue, collabore avec le cavalier et son instructeur d'équitation. Ensemble, ces intervenants travaillent à établir des objectifs pour le cavalier présentant des besoins spéciaux. Ces objectifs seront physiques, psychologiques, éducationnels ou techniques, selon le cas. Mais dans la majorité des cas, l'activité vise l'apprentissage de techniques d'équitation dans un but thérapeutique. Dans ce contexte, le cheval devient un outil de thérapie, et le bénévole apporte un soutien tant à l'équipe de professionnels équestres, qu'au cavalier lui-même. Une tâche colossale... Car quand Jacques Lorrain renoue avec les chevaux, tout est à rebâtir. Maîtrise de son propre corps, coordination, tonicité musculaire... La confiance en ses moyens, aussi. « *Ce qui m'a d'abord impressionné, c'est le dévouement et la patience de ces gens* », dit-il avec une révérence bien sentie. Pour lui, l'impact se trouve dans tous ces petits gestes qui font une grosse différence. La main qui stabilise le pied dans l'étrier, le marcheur qui rassure le cavalier en selle, le petit mot d'encouragement. « *Leur présence est très sécurisante pour des gens qui se sentent et qui sont, effectivement, très vulnérables* », confie M. Lorrain.

L'INTERVENTION

La présidente de l'Association canadienne d'équitation thérapeutique (l'ACET), Mme Éliane Trempe, abonde dans le même sens. « *Tout comme on dit, pas de pied, pas de cheval, on pourrait bien dire, pas de bénévoles, pas d'équitation thérapeutique!* ». Mme Trempe œuvre aussi à titre de secrétaire de la Fédération québécoise d'équitation thérapeutique, un organisme dont la mission consiste notamment à promouvoir la pratique de l'équitation thérapeutique pour les personnes ayant des besoins spéciaux. La FQET regroupe une douzaine de centres certifiés à travers la province, qui interviennent auprès de quelque 360 bénéficiaires. Ses bénévoles, dont on estime le nombre autour de 500 personnes, représentent donc une denrée précieuse et toujours en demande. « *J'ai une profonde estime et une grande admiration pour les bénévoles qui s'impliquent en équitation thérapeutique. Nos gens font preuve d'un grand dévouement et d'une impressionnante générosité envers les cavaliers qu'ils apprennent à connaître et à aimer* », atteste cet instructeur équestre FEQ/ACET/FQET et directrice de Les Amis de Joey, un programme d'équitation thérapeutique qui permet à des personnes atteintes de déficiences physiques et intellectuelles de surmonter leurs difficultés avec l'aide des chevaux. « *Ces bénévoles travaillent dur physiquement; ils rassurent les cavaliers et les encouragent à persévérer. Ils sont partie prenante de l'équipe, et ils sont indispensables à la tenue de nos activités.* »

LA CLIENTÈLE...

Les cavaliers en équitation thérapeutique et, par extension, la zone d'intervention des bénévoles, est large et très variée. Convalescents d'accident vasculaire cérébral, personnes

FORMATION DES ACCOMPAGNATEURS – MODULE 1

- Connaissance des techniques équestres de base
- Sécurité des cavaliers et des bénévoles
- Connaissances de base des différentes clientèles
- Formation en relation d'aide
- Apprentissage des techniques du meneur et des accompagnateurs

atteintes de maladies dégénératives, victimes de traumatisme crânien, accidentés de la route... Les affections de type psychosocial font également partie de la clientèle-cible de cette équitation spécialisée: on songe notamment aux enfants présentant des problématiques d'adaptation psychosociale, par exemple la déficience intellectuelle, l'autisme, les déficits neurologiques et sensoriels, aussi les jeunes aux prises avec des troubles de l'humeur, des difficultés d'apprentissage scolaire ou des problèmes de santé mentale. Cette grande sphère d'intervention englobe aussi les adultes aux prises avec des troubles de toxicomanie et des problèmes de violence. Oui, l'équitation thérapeutique ratisse large, et le cheval est un merveilleux outil de thérapie. Mais pour le bénévole à pied d'œuvre parmi toutes sortes de professionnels, et au service de ces cavaliers bien particuliers, encore faut-il savoir comment intervenir!

LA FORMATION

Les bénévoles sont des accompagnateurs dévoués et généreux, certes, des facilitateurs de thérapie, assurément. Mais ils sont aussi des intervenants compétents. Il faut savoir que pour œuvrer au sein des centres sanctionnés par l'Association canadienne d'équitation thérapeutique, les bénévoles doivent d'abord recevoir une formation. Cette formation leur fournira les outils nécessaires à agir de façon sécuritaire et efficace, tout en mesurant la portée de chaque geste posé à l'égard

du cavalier spécial. Les fonctions des bénévoles sont variées et exigeantes, car les instructeurs font appel à leur soutien, mais aussi à leur créativité. Les bénévoles sont partie prenante du processus d'équitation thérapeutique, et ils

sont appelés à développer plusieurs compétences connexes à leur champ d'intervention. «*Les points majeurs de notre formation rejoignent ceux de la formation offerte par l'ITTA de La Pocatière*», explique Éliane Trempe, qui a rédigé un manuel de formation à l'intention des bénévoles. En fait, le Module 1 de la formation de base pour les accompagnateurs et accompagnatrices en équitation thérapeutique comprend 36 heures de théorie et de pratique pour des intervenants qui seront appelés à agir sous la responsabilité d'un instructeur qualifié en équitation thérapeutique. Ce Module 1 permet à l'aspirant accompagnateur de mesurer ses compétences équestres, par exemple:

- Comment aborder un cheval au box ou dans un entre-deux de façon sécuritaire;
- Comment faire marcher un cheval, attacher un cheval, l'hygiène et le pansage;
- Harnachement: l'équipement, l'ajustement et l'entretien;
- Initiation à la monte: arrêt et départ (au pas), les exercices d'assouplissement, les figures de manège, les jeux.





© DEBRA JAMROZ/PROFESSIONALSPHOTO.COM

Les compétences «humaines» ne sont cependant pas en reste. Ainsi, le bénévole est aussi appelé à mesurer ses aptitudes auprès des clientèles-cibles. Il est interpellé par une vocation sociale, et il sera mis au défi dans des échanges avec des personnes en difficulté. En somme, le bénévole établit une relation d'aide. À la base, un bon accompagnateur doit être observateur. Il est sensible aux besoins du bénéficiaire et apte à initier, avec ce cavalier particulier, une forme de communication verbale et non verbale qui motivera cette personne qui lutte à s'exprimer. Dans le jargon du métier, c'est ce qu'on appelle l'écoute active. La formation du bénévole lui enseignera aussi les démarches à suivre en cas de crise d'anxiété psychotique, et le protocole à appliquer en situation de crise tout court.

LA MOTIVATION

Pour Coralie Robin, propriétaire du Centre équestre Coralie Robin et directrice de la Fondation l'Étoile bleue, le volet thérapeutique de l'entreprise, un bon bénévole est d'abord un fin psychologue. C'est aussi une personne respectueuse d'elle-même, disciplinée et attentive aux besoins d'autrui. «*Les béné-*

voles aiment les gens, et ils apprécient toute l'importance d'un contact humain». Selon Mme Robin, l'efficacité de l'échange entre le bénévole et le cavalier repose sur le principe même de la zoothérapie. «*Il faut comprendre ici que l'effet positif se produit dans les deux sens*», précise celle qui est aussi professeure à l'École internationale de zoothérapie de Montréal. «*Le bénévole et l'élève s'admirent mutuellement, et ils apprennent l'un de l'autre. Il en résulte une meilleure éthique de travail chez l'un comme chez l'autre. Le cavalier est reconnaissant, et il travaille plus fort pour repousser ses limites. Le bénévole se sent important pour son élève, et il se crée un lien profond entre les deux.*» La première règle en zoothérapie étant de connaître autant son animal que soi-même, ce n'est pas un hasard si les dix chevaux du centre équestre sont aussi les thérapeutes équins de la fondation. «*Les chevaux qui sortent en compétition sont exposés à toutes sortes de stimuli, et peu de choses les effraient. Ils bénéficient de l'exercice qui leur est nécessaire, et ils sont plus équilibrés*», explique cet instructeur FEQ/ACET/FQET. Cette notion d'équilibre, tant chez les chevaux que les humains, est cruciale dans une démarche de longue haleine. «*Il y a ce sentiment de vouloir venir en aide qui est la fondation même, et aussi le plus grand pouvoir, de l'intervention bénévole*», résume Mme Robin.

«*Le bénévole et l'élève s'admirent mutuellement, et ils apprennent l'un de l'autre.*»

Caroline Lavoie, bénévole au Centre d'équithérapie La Remontée depuis trois ans, témoigne aussi de ces associations durables qui profitent tant au pourvoyeur de services qu'à son récipiendaire. «*Il faut vraiment le vivre pour en saisir toute la portée*», atteste la jeune femme. «*La démarche nous sollicite beaucoup émotionnellement. Je suis toujours impressionnée par le courage des cavaliers, et aussi par la conviction de leur entourage.*» Mme Lavoie, qui a d'abord reçu la formation de l'ITA La Pocatière pour les accompagnateurs en équitation thérapeutique dans le but d'apprendre la manipulation sécuritaire des chevaux, s'est vite trouvée à apprécier le volet «humain» du curriculum. «*La formation nous*

«*Chaque cavalier est différent, et nécessite une approche personnalisée. Il nous faut donc constamment adapter la technique et l'équipement à la difficulté particulière de l'élève.*»



© CENTRE D'ÉQUITHÉRAPIE LA REMONTÉE

initie aux différents types de clientèle deservies par l'équitation thérapeutique, et nous sommes mieux préparés aux réalités sur le terrain», soutient Mme Lavoie. «Chaque cavalier est différent, et nécessite une approche personnalisée. Il nous faut donc constamment adapter la technique et l'équipement à la difficulté particulière de l'élève.»

Fidèle à ce souci de rendre la pratique équestre plus accessible, le centre s'est doté d'une voiture attelée spécialement adaptée aux personnes en fauteuil roulant. Acquis grâce à la générosité des bienfaiteurs, cette voiture, importée d'Allemagne par le meneur Eugen Hug, est une première en Amérique du Nord. «Cet équipement nous permet d'offrir une autre forme de thérapie aux personnes qui n'ont pas le tonus du tronc requis pour monter en selle», explique Caroline Lavoie avec enthousiasme. «C'est aussi une belle occasion d'activité familiale pour les personnes handicapées.» Pour cette jeune femme engagée et généreuse d'elle-même, le travail bénévole comporte son propre salaire... «Le sourire de ces personnes, souvent très atteintes, est une récompense extraordinaire. Transmettre l'amour des chevaux, pour ensuite voir nos cavaliers spéciaux revenir avec des pommes et des carottes, ça n'a pas de prix!»

Pour en savoir plus sur la nature de l'équitation thérapeutique et les centres spécialisés, visitez le site de la Fédération québécoise d'équitation thérapeutique au www.fqet.org.

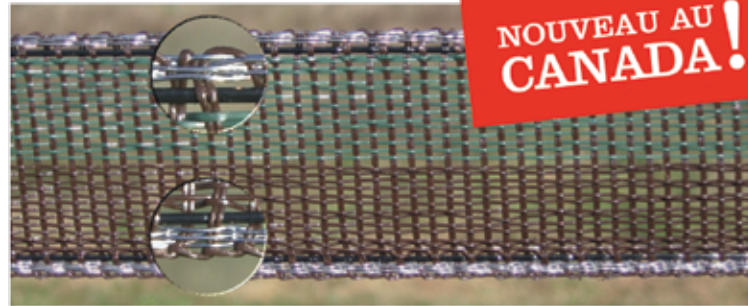
L'auteure remercie M. Jacques Lorrain, cavalier en équitation thérapeutique;

Mme Éliane Trempe, présidente de l'ACET, secrétaire de la FQET et directrice de Les Amis de Joey;

Mme Coralie Robin, directrice la Fondation l'Étoile bleue www.freewebs.com/equitationtherapeutique/centreequestre.html;

Mme Caroline Lavoie, bénévole au Centre d'équitation thérapeutique La Remontée, www.centredequitherapielaremontee.com, pour leur généreuse collaboration.

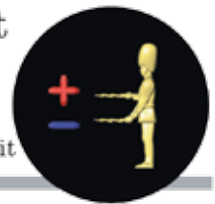
Révolution dans la clôture pour chevaux!



NOUVEAU AU CANADA!

Le ruban Bi-Polaire électrique HorseGuard n'a pas besoin de prise de terre. La clôture est 100% efficace toute l'année, même dans la neige.

Demandez notre catalogue de 100 pages gratuit



www.horseguard-canada.ca

La signature Promat

STABLECOMFORT™

Concept de recouvrement de plancher

Breveté aux États-Unis sous le numéro 5653195
Brevet canadien en cours d'homologation

STABLECOMFORT procure une surface non glissante et confortable qui préserve la souplesse des articulations, réduit l'enflure des membres et élimine les blessures aux jarrets. Environ un an après installation, vous aurez récupéré votre investissement !



MARTINE TORRÉGROSA, représentante Promat Inc.
Tél. : 450-658-5027 Téléc. : 450-658-6721 medina.t@videotron.ca
Demandez notre brochure et notre vidéo gratuits !

Promat Inc. • www.promatinc.com • 888 337-6265