



Bry-sur-Marne, le 2 janvier 2019

Trottautrement est une association loi 1901, reconnue d'intérêt général, qui propose à ses adhérents tous en situation de handicap des séances de :

- Thérapie avec le cheval (démarche de soin)
- D'équitation adaptée (tourné davantage vers le loisir & les apprentissages)

L'orientation vers l'une ou l'autre des activités se fait lors de l'entretien avec la personne et/ou la famille. C'est une étape incontournable avant de programmer les séances si possible hebdomadaire.

Objectif : respecter le rythme et les aptitudes de chacun & permettre une évolution sereine en toute sécurité.

La personne commence ensuite par des séances individuelles permettant d'établir le lien avec l'intervenante et le cheval ainsi que de juger des capacités de la personne. Travail en groupe si possible surtout en loisir ...

Thérapie ou loisir (équitation adaptée) : tout au long du parcours il est possible d'évoluer soit parce que les compétences augmentent (→ loisir) soit du fait de trop grandes difficultés dans les apprentissages (→ thérapie). C'est l'avantage des services proposés par Trottautrement.

Quelques chiffres

- Environ 60 adhérents. La démarche de l'association est largement tournée vers les familles de l'Est parisien (77, 93, 94, 91) et Paris intra-muros.
- [6 professionnelles salariées](#) encadrent les séances toutes qualifiées et tournées vers le handicap.
- [4 centres équestres](#) avec qui l'association travaille en partenariat en louant installation et cavalerie :

Val de Marne (94) :

- ✓ Le centre équestre municipal de Bry-sur-Marne (UCPA)

Seine et Marne (77) :

- ✓ Le Haras de Maison Blanche (Lésigny)
- ✓ Le poney club de la base régionale de loisirs de Vaires-Torcy (UCPA)

Seine Saint Denis (93) :

- ✓ Le centre équestre municipal de Neuilly-sur-Marne

Association Trottautrement – Loi 1901, reconnue d'intérêt général.

10, rue des Sources 94360 Bry-sur-Marne

Tél. : 06 13 87 24 31

Courriel : trottautrement@gmail.com

Site : <https://www.trottautrement.org/>



La thérapie avec le cheval

Il s'agit d'une démarche de soin (prescription médicale) s'inscrivant dans un projet global. Le cheval est utilisé comme médiateur. Objectif : l'épanouissement de la personne. Sont sollicités : les sens, les émotions, les compétences motrices et intellectuelles. Le travail qui n'est pas forcément la monte (beaucoup de travail au sol) agit sur le tonus, le schéma corporel, l'équilibre, la confiance en soi, l'autonomie, **la relation à l'autre** ... C'est avant tout une rencontre avec le cheval.

Le loisir ou équitation adaptée

Tourné vers les apprentissages au rythme de chaque cavalier. Adapté aux potentialités de chacun. C'est une démarche pédagogique qui privilégie la notion de plaisir. Elle permet de développer les compétences. Dès que possible la personne est intégrée à un groupe (maximum 4 cavaliers).

En effet, le travail en groupe permet de développer les interactions et la sociabilité ... très importante pour les personnes avec autisme ou TED (trouble envahissant du développement) ou TSA (trouble du syndrome autistique) suivant la nouvelle terminologie.

La médiation avec le cheval pour les personnes autistes

Le spectre autistique est très large & altère les facultés de la personne plus ou moins profondément. Mais certaines caractéristiques sont communes que l'on peut résumer très rapidement ainsi :

- Difficultés relationnelles dues à une différence à autrui ou à une mauvaise lecture des intentions (indifférence, repli sur soi...).
- Difficultés touchant à l'expression allant jusqu'à l'absence de langage.
- Troubles du comportement ou plutôt comportement inadapté aux situations.

Ces difficultés étant dues à un mauvais traitement de l'information suite à un développement cérébral altéré ou particulier.

Le cheval comme médiateur

Le cheval est un être vivant, sensible et réceptif qui possède une fonction relationnelle et affective.

Il ne juge pas & a intuitivement la capacité de comprendre ce qu'on attend de lui. Cet animal n'exige pas de la personne déficitaire des apprentissages trop contraignants.

Le cheval communique essentiellement avec son corps. Ses sens sont plus affinés que les nôtres pour percevoir les émotions. Il est particulièrement attentif à la cohésion des intentions et des gestes. Comme un miroir, il reflète en permanence le comportement de celui qui l'approche, de celui qui le monte. Cette complicité plus sensuelle qu'intellectuelle permet d'instaurer un lien naturel sur un mode différent que celui qu'exigent les relations humaines.

Association Trottautrement – Loi 1901, reconnue d'intérêt général.

10, rue des Sources 94360 Bry-sur-Marne

Tél. : 06 13 87 24 31

Courriel : trottautrement@gmail.com

Site : <https://www.trottautrement.org/>



Le langage n'est donc pas nécessaire à la relation avec le cheval. Il ne triche pas et la réponse « comportementale » est immédiate.

C'est pourquoi les activités équestres sont intéressantes pour les personnes avec autisme.

Le pansage

En thérapie plus encore qu'en loisir le pansage est essentiel : les soins au cheval dont le corps est découvert dans sa globalité réagit à toute stimulation, les caresses etc.

Le cheval peut être chatouilleux, hypersensible. Il est doux et chaud. Mobile aussi. Et il va donc falloir rester attentif à ses réactions et à ses besoins.

Animal vivant et non peluche on peut l'enlacer ou lui parler sans problème ... il se montrera compréhensif.

La monte

Soulignons qu'elle n'est pas indispensable en thérapie où l'on privilégiera plutôt le désir de l'enfant en accompagnant sa relation avec l'animal. Le travail au sol, la verbalisation sont au centre de l'accompagnement et permettent de créer la relation via l'attraction naturelle vers le cheval et les interactions intervenante/animal/patient dans un environnement protégé des interférences possibles.

Mais rien n'est exclu et la progression en thérapie comme en loisir est visée.

Dès lors qu'il est à cheval, le cavalier découvre des émotions nouvelles. Il lui faut adapter son maintien, maîtriser son comportement, tenir compte des réactions de l'animal et intégrer les consignes de l'accompagnante.

A cheval, le cavalier est porté. Il prend une autre dimension. L'image du cheval renvoie à une image de force, de puissance et de liberté. C'est aussi une réalité et dans la pratique équestre ce sont des aspects qu'il faut intégrer pour les maîtriser progressivement et faire corps avec l'animal.

En loisir, avec un accompagnement adapté, les exigences sont marquées avec des apprentissages comme tout cavalier qui se respecte et veut diriger sa monture. La différence avec des reprises classiques qui fonctionne par niveaux est de taille : c'est l'intervenante qui adapte sa pédagogie au besoin du cavalier et respecte son rythme et ses capacités.

Grâce à cette activité, le cavalier peut démontrer ses capacités et la pratique de l'équitation doit être perçue comme révélatrice de talent. Bien souvent d'ailleurs elle devient vite indispensable à nos adhérents tant il est vrai qu'ils y prennent du plaisir.



Monter à cheval est aussi une rééducation fonctionnelle et un travail sur le schéma corporel :

- Intervention de 300 muscles et 2280 ajustements toniques en 30 minutes d'activité.
- Stimulation des réflexes et de la coordination.
- Action sur l'équilibre, la proprioception, le tonus musculaire.
- Assouplissements tendineux, musculaires et articulaires.

L'environnement

Les centres équestres sont des endroits ouverts dans des espaces naturels souvent assez privilégiés. Dès lors nos cavaliers en croisent d'autres qu'ils peuvent observer et sur lesquels ils peuvent calquer leurs comportements. Les personnes sont souvent plus disponibles que dans la vie courante et les échanges sont possibles.

Nos [centres équestres partenaires](#) adhèrent aux valeurs de l'association et sont sensibilisés à notre démarche inscrite dans [la charte](#). Démarche très clairement tournée vers l'insertion dans le milieu équestre.

Un aspect important : les liens qui se nouent entre cavaliers bien sûr mais aussi entre familles accompagnantes ... parler de handicap peut se révéler difficile et l'activité équestre est un biais pour nouer les relations et échanger.

Référence aux recommandations de la HAS (Haute Autorité de Santé) - page 31 – pour les personnes avec autisme

http://www.has-sante.fr/portail/upload/docs/application/pdf/2012-03/recommandations_autisme_ted_enfant_adolescent_interventions.pdf qui prend position sur le sujet :

"Les activités physiques et sportives, les activités musicales et les activités réalisées avec les animaux ne peuvent être considérées, en l'état des connaissances, comme thérapeutiques mais constituent des pratiques qui peuvent participer à l'épanouissement personnel et social de certains enfants/adolescents avec TED, selon leurs centres d'intérêt, s'ils bénéficient d'un accompagnement spécifique (accord d'experts.)"



Agrément Jeunesse et Sport n°94-S-189 du 10 mars 2009



Affiliation à la Fédération Française du Sport Adapté n° adhérent 94/17

Association Trottautrement – Loi 1901, reconnue d'intérêt général.

10, rue des Sources 94360 Bry-sur-Marne

Tél. : 06 13 87 24 31

Courriel : trottautrement@gmail.com

Site : <https://www.trottautrement.org/>