

## « Cheval et Personnes Agées »

Depuis 2 séances quelques-uns des résidents de notre EHPAD, la RESIDENCE d'OR de Montmorillon (86) ont le bonheur de se rendre au Centre Equestre du CPA DE LATHUS (86).

Ils y découvrent ou y redécouvrent pour certains, les chevaux et le monde de l'équitation.

Certains se souviennent des chevaux de trait de leur enfance qui aidaient aux travaux des champs, d'autres se confrontent pour la 1ère fois à cet animal et à son univers.

Avec un peu d'appréhension, il faut bien le dire, dû certainement en partie à la taille de l'animal, chacun s'approche du cheval qui leur a été désigné, la main tendue pour une première caresse, ça y est le premier contact est établi...

Ils apprennent ensuite son nom et surtout les différentes consignes de sécurité qui concernent cette activité. Puis vient le temps des premiers pansages (et là miracle, les personnes âgées oublient leurs douleurs diverses, ils étrillent, brossent, bouchonnent avec le sourire aux lèvres et surtout application.... Après tous ces soins, aidés par la monitrice Virginie Moulin, tout le monde détache son cheval et va rejoindre le manège pour les premiers exercices de pratique à pied.

Malgré le sol un peu meuble auquel les anciens ne sont plus accoutumés, chacun « promène » son cheval autour du manège consciencieusement et ils ne sont pas avares de mots gentils d'encouragement envers leur cheval ainsi que de douces caresses. Slaloms, voltes à droite puis à gauche, reculé, les exercices s'enchaînent dans la bonne humeur. Puis ils ramènent presque seuls tranquillement leur compagnon dans leur boxe, ravis de ce moment.

Durant le goûter dans le club house, les conversations vont bon train et les échanges avec la monitrice sont très positifs, de nombreuses questions sont posées et surtout celle de la date de la prochaine séance est évoquée car tous sont d'ores et déjà impatients de revenir.

Certaines personnes âgées concernées présentent des troubles de communication (aphasie, alzheimer) et d'autres pathologies liées au vieillissement. Cette activité s'avère bénéfique puisqu'elle est un atout dans la prévention de la perte d'autonomie sur le maintien des capacités physiques, mais elle aide également au travail de la mémoire. Les bienfaits sont déjà perceptibles après 2 séances, on constate que la personne âgée a rétabli l'estime de soi, a développé son sens de la communication et surtout cette relation avec le cheval redonne une nouvelle dimension à leur avenir.

Christine GAUDIN - Animatrice - Résidence d'Or - 22 rue d'Ypres - 86500 MONTMORILLON –  
05 49 84 01 01

Séances réalisées dans le cadre du projet « Du Cheval à tout âge » lancé par le Comité Régional  
d'Equitation Poitou-Charentes.

Ce projet a pour but principal de faciliter l'accès des personnes âgées aux activités avec les chevaux en proposant une aide financière mais également en mettant en relation les établissements équestres partenaires avec les acteurs œuvrant auprès des personnes du troisième âge.

Contact au C.R.E., Maëva Mazan – Chargée de missions – 05 49 05 11 31 ou 07 88 45 11 08 –

[pc.cre2@orange.fr](mailto:pc.cre2@orange.fr)



Crédit : Christine GAUDIN