

SAINT-GEORGES-D'OLÉRON Les bienfaits du cheval sur les seniors



L'animal comme thérapeute. PHOTO DR

La pratique d'activités physiques et sportives pour les personnes âgées s'avère bénéfique, tant sur le plan de la prévention, de la perte d'autonomie que sur le maintien des capacités physiques. Il devient donc nécessaire de trouver des activités adaptées permettant de lutter contre la sédentarité des personnes âgées.

Une étude réalisée en mars 2014 par l'ARS Poitou-Charentes a permis de constater que les besoins des personnes âgées n'étaient pas toujours satisfaits ou pérennes. Le Comité régional d'équitation a donc décidé d'initier un nouveau projet, « Du cheval à tout âge », visant à faciliter l'approche des personnes âgées. Ce projet d'action régionale a pour but principal de mettre en relation les établissements équestres avec les acteurs du troisième âge.

L'animation sera reconduite

Les seniors ont été ravis de cette première séance où joie et sourires étaient mises en place. Ces séances sont composées en grande partie d'activités de soins, pansage, observation, manipulation en main.

aussi profite du moment pour en resserrer les poulx qui vivent en liberté sur la structure.

Le mode de vie, ses attitudes. Ils ont aussi visité l'univers du cheval, son ferme équestre, les participants saint-Martin, propriétaire de la sous l'encadrement de Lydie vir ou redécouvrir le cheval.

leur animatrice, est venu découvrir les personnes âgées, accompagnées de Cathy, Un petit groupe de personnes âgées, accompagnées de Cathy, d'Oléron a rejoint la ferme équestre Notre-Dame du Château-Martin, après-midi, l'après-midi.

LE CHÂTEAU-D'OLÉRON

(autres), de l'association du
niveau d'Oléron. L'animatrice
animée par Philippe
suaire par