

Equithérapie, un joli moment de répit.

Au quotidien, la maladie est déjà difficile à vivre pour les malades et leurs aidants. La crise sanitaire actuelle aggrave encore la situation. Toutes les activités : groupes de parole, cafés mémoire, haltes relais qui offraient à chacune et chacun des moments de répit ont été suspendues. La disparition de ces « soupapes » augmente les difficultés de tous les jours.

Afin de rompre l'isolement et de venir en aide aux aidants, l'**Association France Alzheimer Gironde**, a organisé un après-midi de détente dans le centre équestre EquiPia de Saint-Ciers d'Abzac.

Là, **Sophie Robinot**, psychologue équitérapeute, **Greg et Hervanne**, moniteurs d'équitation diplômés et passionnés par leur métier sans oublier **Camille**, ont accueilli un groupe de cinq personnes pour un moment de détente autour du cheval.



Pour certains des participants c'était une première.

Après la présentation et la visite des installations, ils ont pu approcher les chevaux, les toiletter, leur parler et les caresser afin de gagner leur confiance. Rapidement le calme et la complicité se sont installés entre les chevaux et leurs futures cavalières. Après ces moments de complicité, une séance d'évolution avec le cheval, soit à pied à côté tenu à la longe, soit en selle a été proposée. Sophie et Greg, toujours attentifs ont su faire disparaître les dernières réticences et appréhensions et tout le monde s'est retrouvé sur le dos de son compagnon. Par cette journée radieuse, un peu d'exercice dans la carrière ensoleillée a été préféré à une séance dans le manège couvert.

Seul, ou accompagné au sol par une personne à pied, chacun a pu évoluer calmement à son rythme. La plus grande difficulté fut de s'arrêter et descendre de sa monture.

Conclusion : « C'était trop bien ! A renouveler ».

OUI, l'**Association France Alzheimer Gironde** renouvellera l'expérience, afin d'offrir ces moments de détente à un plus grand nombre de personnes.



France Alzheimer Gironde, 52 rue des Treuils 33000 Bordeaux.

Tél : 05 56 40 13 13

www.francealzheimer-gironde.org

alzheimer.gironde@wanadoo.fr