

Médiation par le Cheval pour séniors

par Bernard Lamonnier

Cette information sur la médiation par le cheval pour les séniors, s'adresse aux CCAS (Centre Communal d'Action Sociale), gestionnaires de foyer-résidence, de résidences pour personnes âgées, d'établissement spécialisé ou de maison de retraite, qui souhaitent faire bénéficier à leurs séniors des bienfaits de la médiation par le cheval.

Objectifs de la médiation par le cheval pour séniors



- **Améliorer la qualité de vie** en facilitant la communication, en rompant l'isolement et en favorisant le lien social
- **Entretenir et stimuler** les capacités sensorielles, physiques, mentales et émotionnelles, dont l'attention, la concentration et les compétences en communication verbale et non verbale
- **Prévenir la perte d'autonomie et maintenir les capacités physiques**
- S'intégrer dans un environnement différent, sortir de ses limites quotidiennes, **stimuler la motivation** inhérente à la rencontre avec le cheval et la communication
- **Améliorer l'image de soi et la confiance en soi**, favoriser le calme et la tranquillité
- **(Ré)Activer des compétences ou ressources** dans les domaines affectif, cognitif et psychomoteur
- Bénéficier de **moments riches avec le cheval**, rires, complicité et **verbalisation des ressentis**
- **Vivre des moments magiques, de bien-être et de bonheur** avec le cheval

Qu'est-ce que la médiation animale ?

La médiation animale est une approche qui **favorise les liens naturels et bienfaits, entre les humains et les animaux**. Elle s'inscrit dans différentes activités auprès de personnes, **à des fins préventives, thérapeutiques ou récréatives**.

La médiation animale est basée sur l'attrait que l'animal exerce auprès des personnes et sur sa capacité à les stimuler, elle suscite donc des réactions favorisant le **développement cognitif, psychologique, physique ou social**.

A qui s'adresse la médiation par le cheval pour séniors ?



Les ateliers proposés sont destinés aux **séniors valides** physiquement (indépendants ou en fauteuil roulant), et mentalement, **voyants, entendants, et non allergiques aux poils de chevaux**.

Ces ateliers ne sont pas adaptés aux personnes suivantes :

- En grande souffrance, incapable de gérer des blessures du passé : un travail en psychothérapie est conseillé
- Atteintes de psychoses ou de névroses : il est recommandé de rencontrer un psychiatre, voire en parallèle un psychothérapeute
- Sous forte médication (anti-dépresseurs ou autres) : il est recommandé de rencontrer le médecin ou psychiatre afin de valider la possibilité de médiation avec le cheval



La médiation par le cheval pour séniors : comment ?

- **Observation des chevaux**
- **Mises en interaction à pied avec le cheval**, aucune connaissance équestre n'est nécessaire
- **Approche corporelle, sensorielle et émotionnelle**
 - Approche pédagogique : écoute, bienveillance, non-jugement
 - Activités adaptées aux possibilités physiques de chacun
 - Côté ludique des séances
 - Accompagnement des séniors dans leurs ressentis
- **Approche sécurisée** : chevaux sélectionnés pour leur gentillesse et leur calme, encadrement par des professionnels de l'équicoaching

Ateliers proposés en médiation par le cheval pour les séniors

Le contenu des ateliers est personnalisé en fonction de chaque groupe.

- Présentation de la **nature et du comportement du cheval**
- **Observation** des chevaux en liberté, comprendre leurs comportements
- Exercices de **mémorisation** : par exemple nom des chevaux, exprimer des souvenirs en lien avec le cheval ou d'autres animaux, ...
- **Entrer en contact avec le cheval** : en le caressant, en le brossant, ce qui donne un rôle actif au participant
- **Communiquer avec le cheval** : en le promenant, en lui faisant réaliser un parcours, en licol ou à distance en liberté
- Les **échanges et communication entre participants et accompagnant** sont privilégiés
- Exercices individuels ou en groupe
- Options : monter à cheval et faire une courte balade en carrière ou en manège (supervision par un moniteur d'équitation), pique-nique ou goûter sur place

Un atelier de médiation par le cheval dure 1h à 1h30. Un atelier d'1/2 ou d'1 journée peut être organisé à la demande.

Lieu

Cette activité se déroule à **proximité de Fontainebleau 77** (accès très facile par l'A6) au sein de centres équestres partenaires. Cette activité peut également se dérouler dans un centre équestre proche de chez vous.

Animateur des ateliers de médiation par le cheval

Je suis **Bernard Lamonnier**, j'habite en Seine et Marne 77 près de Fontainebleau - réputée comme étant la capitale du Cheval, avec une magnifique forêt de 25.000 ha, célèbre dans le monde entier - et je suis coach professionnel certifié Neuro-Activ Coaching®, spécialiste de la relation Homme-Cheval, equicoach, membre qualifié EAHAÉ®, instructeur Eponaquest® certifié, sophrologue, relaxologue. [En savoir plus ICI](#)

Professionnel de l'accompagnement assisté par le cheval, j'anime des ateliers de médiation avec le cheval pour les séniors.

Selon la nature de l'atelier et le nombre de personnes y participant, un 2^{ème} animateur est présent durant l'atelier. Pour les ateliers à cheval, un moniteur d'équitation est présent durant l'atelier.

Conditions tarifaires

Le tarif comprend :

- Une phase de démarrage
 1. Réunion de présentation du projet aux participants seniors potentiels
 2. Réunion de présentation de la nature et du comportement du cheval
- L'animation des ateliers pratiques, la location des chevaux, la location d'une partie de la structure équestre, l'intervention éventuelle d'un 2^{ème} animateur (fonction du nombre de participants) et d'un moniteur d'équitation (si les participants montent à cheval), mon déplacement dans la structure équestre.

Le tarif n'inclut pas le transport des participants, qui est à la charge de l'établissement organisateur (CCAS, foyer-résidence autonomie, établissement spécialisé, maison de retraite, association).

Chaque atelier de médiation par le cheval dure 1h à 1h30 sur site en centre équestre.

Phase de démarrage (en salle, dans l'établissement organisateur)

Réunion de présentation de l'activité avec les participants seniors potentiels, préparation et programmation des ateliers + Atelier théorique en salle : nature et comportement du cheval : 195€ TTC.

Ateliers pratiques (en centre équestre)

Le tarif des ateliers pratiques varie en fonction du nombre de participants et du type d'atelier (*tarifs à confirmer selon le centre équestre retenu*).

Il faut compter entre 37 et 59€ TTC par participant.

Mise en œuvre au sein des établissements

- Réunion de lancement début septembre avec les participants seniors potentiels
 - Présentation de Bernard Lamonnier
 - Présentation du projet
- Planification des ateliers : fréquence, durée
- Démarrage octobre 2018