

Cavalerie thérapeutique

Le cheval est un véritable collaborateur à Equiphoria. Autour d'Hélène Viruega et Erik Bogros, aux rênes de cet institut d'hippothérapie perché en Lozère, tout un réseau d'établissements, d'associations, de médecins et chercheurs observent depuis 2 ans la magie qui s'opère, quand la force vitale du cheval prend le pas sur le médicament.



Pansage, voltiges, travail à la longe... Quel que soit l'exercice, le cheval est au centre des protocoles de soins orchestrés par les thérapeutes et Hélène Viruega (en photo ci-contre en bas).

Sur les hauteurs de La Canourgue, petite commune de Lozère, sur un domaine de 45 hectares au milieu des bois, des écuries propres comme un sou neuf. Pas un grain de sable qui n'ait été ramené vers l'aire du manège, dont la quiétude est mise en abyme par une musique douce, une des harmonies de ces séances de thérapie par le cheval. Une thérapie qu'on appelle ici hippothérapie, plutôt qu'équithérapie, « *trop souvent galvaudée* » selon Hélène Viruega, celle qui murmure à l'oreille des chevaux et qui a créé cet institut avec Erik Bogros comme on accouche de l'enfant d'une seconde vie, celle qui a appris son métier d'Equine Specialist in Mental Health and Learning aux Etats-Unis (*lire ci-dessous*).

Zénifiante Ursulla

L'équipe d'Equiphoria est sur les starting block pour l'arrivée d'un groupe de travailleurs d'Esat. Dans la cavalerie règne un calme olympien. On est tout de suite happé par le regard concentré des 10 chevaux. Evelyne est la première à fouler le sol du manège sur Olga, une jument Irlandaise "maternante" avec qui elle a noué une relation débordante d'affection. Elle va au pas, comme en méditation, les mains en apesanteur, la respiration calée sur la cadence de sa monture. « *Evelyne est*

très sensible à l'autre. L'objectif, c'est qu'elle ne dépende plus d'autrui », explicite Delphine, la psychologue clinicienne.

Laure, responsable de la cavalerie, sait en quelques mots peindre le caractère de ses ouailles. A commencer par Ursulla, la star comtoise et sa crinière blonde. « *Elle est parfaite pour la rééducation et les voltiges, et sa démarche est si berçante qu'elle a un effet zénifiant* ». Gildas et Pierre feront tour à tour des voltiges sur son dos. L'un, « *vite débordé par ses émotions* », vient là pour « *retrouver la sensation de son corps* ». L'autre traverse une période de déprime.

La thérapie made in Equiphoria n'est pas sans figures imposées, comme les débriefings après séances, les protocoles et grilles d'évaluation. La thérapie est déclenchée par les équipes de soin des établissements, avec lesquelles de véritables objectifs thérapeutiques sont définis. Le cheval sur ordonnance... Pour Delphine, la thérapie via le cheval s'impose quand le face à face patient-thérapeute est inopérant, quand les médiations traditionnelles trouvent leurs limites... Mais gare, « *un programme n'est réellement efficace que s'il est relayé* ». C'est ce travail choral, cette pluridisciplinarité, cette vision holistique de la personne handicapée, qui font la marque de fabrique d'Equiphoria. On ne badine pas non plus avec la sécurité. « *Nous ne faisons pas des cavaliers !* ». D'où la présence de deux personnes de part et d'autre du cheval quand il est monté.

Delphine, comme Ana la kinésithérapeute madrilène, n'était en rien spécialiste du cheval. « *C'est justement ce qui m'intéressait !* », renchérit Hélène, celle qui leur a appris à user de cette médiation : « *C'est un animal tellement noble, avec une telle force vitale !* ».

Le cheval, ce support

En aparté, les travailleurs d'Esat, tailleurs de pierre et de haies, en sourient : « *On a choisi des chevaux qui nous ressemblent* ». Le beau gosse Navajo au caractère dominant pour Pierre. « *Il faut être fort à l'intérieur pour diriger le cheval* ». Sumatra choisie par Gildas, « *pour son caractère de cochon, comme moi* ». Gin le



Un repaire pour plus de repères

La découverte des propriétés thérapeutiques du cheval ne date pas d'hier. Dès l'Antiquité, la "mise à cheval" était pratiquée pour favoriser l'évolution de certaines maladies somatiques, pour soutenir l'éducation. Même s'il faut attendre les années 1960 pour que l'utilisation du cheval en tant qu'outil thérapeutique soit théorisée, on doit la première étude moderne sur les bénéfices du cheval à un médecin français nommé Chassaing qui, en 1870, utilisait déjà le cheval pour ses patients souffrant de divers troubles neurologiques. Ainsi, la France n'est-elle pas vierge de toute expérience en matière d'équithérapie. Il existe trois écoles mais peu voire pas de lieux dédiés et la profession reste non réglementée. De même, les soins sont non conventionnels. On manque ainsi de repères légaux, et il y a une confusion fréquente entre soin, sport adapté et loisir adapté. C'est dire l'intérêt que peut avoir le protocole de recherche engagé par Manuel Gaviria, médecin rééducateur et directeur scientifique d'Equiphoria : un essai clinique est en train de se construire pour évaluer l'influence de l'équi ou hippothérapie sur l'accompagnement. On parle d'hippothérapie à partir du moment où les personnes ne sont pas en capacité d'avoir une action de direction du cheval.



tonique allié de Cédric le nerveux... Et Zipper, le blanc Appaloosa, sensible et attentif, celui « *qui va chercher en profondeur* », pour Jacques, très introverti. Jacques est à la peine justement sur la piste : à la longe, il doit faire galoper Zipper autour de lui, un des spectacles de "puissance" auxquels on assiste régulièrement dans ce manège. Mais Zipper demeure immobile... « *Le cheval est un miroir... Libère ton énergie !* », stimule Hélène. A l'autre bout du manège, entre Cédric, les yeux bandés, et Gin, on ne sait qui mène la danse. Cédric apprend le lâcher prise, retrouve cette capacité à se concentrer sur lui-même...

Testés et dressés pour

Cela se vérifie au fil des séances : l'hippothérapie, parce que l'animal « *a une résonnance* », favorise la mise en confiance - « *Ils font des choses qu'ils pensaient ne pas être capables de faire* » - stimule l'attachement affectif, l'expression des émotions, bouscule la personne dans ses retranchements, dénoue des nœuds de l'existence qu'ils soient physiques ou psychologiques, crée un apaisement dont le corps se souvient car « *le corps a une mémoire* ». « *La posture renforce la musculature du bassin, du dos, les abdominaux, aide à rétablir l'équilibre pour la marche* », analyse Ana après une séance rééducative avec Julien, résident d'un FAM qu'il a fallu hisser à deux sur Navajo à partir du montoir. Julie, elle, a passé du temps à panser son cheval, un moment capital, avant de tirer profit de la chaleur de l'équidé pour détendre ses muscles. Sans parler du formidable potentiel en interactions, d'autant plus adaptées aux personnes avec autisme que le contact est sans face à face ni enjeu. Illustration avec Sébastien qui a la banane en accompagnant Zipper. Cette efficacité de l'hippothérapie n'est pas sans impératifs, pour

Hélène Viruega. « *Si l'on veut que les chevaux se mettent au service de l'homme, il faut que leurs journées soient dédiées* ». Pas question pour elle de mélanger les genres : le cheval comme loisir ou sport adapté et le cheval comme thérapie. A Equiphoria, on est aux petits soins de la gente équine. Le foin vient spécialement de l'Aubrac. Les chevaux ont leur ostéopathe pour évacuer les stigmates de « *séances émotionnellement fortes* ». Hélène met plus de deux mois pour les tester avant de les intégrer à la cavalerie. Vient ensuite le travail, qu'elle peine à appeler dressage tant il n'y a pas de rapport de force dans sa méthode inspirée des chuchoteurs américains.

Pour se convaincre de cette efficacité, il suffit de regarder les vidéos de cas cliniques (chaque séance est d'ailleurs filmée) que le couple archive pour en faire le matériau des médecins et chercheurs dont ils ont su entourer. On y suit Victor, un enfant hyperactif scolarisé en CLIS qui, au fil des séances, sort de sa coquille, vainc sa peur de la transition, se calme dans l'immobilité... jusqu'à avoir le déclic de la lecture en chevauchant Phœbus. On assiste au réveil de cette jeune femme hémiparétique qui avait perdu le goût de la rééducation.

Cette efficacité, personne n'en doute en Lozère, un peu la Belgique de la France avec 5 000 places en établissements. Les associations soutiennent le projet, notamment Le Clos du nid, partenaire de la coopérative. Cette efficacité, il s'agit aujourd'hui de la prouver, grâce à des essais cliniques (*lire ci-contre*). Car le but d'Hélène et Erik, c'est bien de faire d'Equiphoria le laboratoire d'une pratique, d'une méthodologie et d'essayer sur tout le territoire. En un mot, que leur « *bébé* » mûrisse, vole de ses propres ailes et fasse des petits... ●

M. S.

* Prénoms d'emprunt

Equiphoria, tout un roman...

La naissance d'Equiphoria est romanesque à souhait. C'est l'histoire de la renaissance d'une idylle d'ados d'abord. Quand Hélène Viruega et Erik Bogros, dont les pères travaillaient pour Michelin de part le monde et qui ont vécu ensemble leurs plus jeunes années en Afrique, se sont retrouvés 25 ans plus tard, après une vie bien remplie, lui comme banquier d'affaires, elle dans le milieu hippique Outre-Atlantique. « *Le cheval, c'est toute ma vie* », dit cette cavalière qui, marquée par une séance d'un pasteur avec des polyhandicapés, a tourné un documentaire sur la méthode américaine, pratiquée dans les 800 centres fédérés et homologués par la PATH Inti. (Professional Association of Therapeutic Horsemanship International). Hélène a travaillé pendant plus de dix ans dans ces centres comme spécialiste équine de cette thérapie avant de rentrer à Clermont-Ferrand, après un détour par la City. Deux ans pour monter le projet avec Erik et ils tombaient un peu par hasard sur un centre équestre en vente en Lozère. Deux ans plus tard, la boucle est bouclée : Equiphoria est l'unique centre européen homologué par PATH Inti. Plus d'infos sur www.equiphoria.com et trouver l'article américain en lien sur la page facebook du centre.