

Causse de Sauveterre

EQUIPHORIA, le soin en mouvement

Texte / Corinne Pradier Photos / Thierry Lindauer

Septembre 2021, direction causse de Sauveterre où se trouve l'Institut Equiphoria. Là, hommes et chevaux font corps pour aider des personnes souffrant de troubles neurologiques et neuropsychiques graves à se réajuster. Découvrons l'hippothérapie, une thérapie globale basée sur le pas cadencé du cheval.

“

Je te porterai
jusqu'à ce que
tu puisses
te porter
toi-même.

”



Comme chaque patient, Jeanne bénéficie de l'attention de tous. À la tête du cheval, le Lead, de part et d'autre, la thérapeute et son binôme. En arrière-plan, Hélène veille au bon séquençage de la séance.

Voilà plusieurs années que je souhaitais me rendre en ce lieu unique. Une journée ne serait pas de trop pour observer et ressentir, suivi d'un temps pour laisser reposer – comme c'est le cas pour cette thérapie par le mouvement où beaucoup de choses au plus profond de soi sont soulevées. Sous l'aube rosée de ce 28 septembre, je croise Hélène Viruega-Bogros. Cofondatrice du centre qu'elle a monté en 2012 avec son mari Erik Bogros, elle me confie pour l'heure au bon soin de Corinne Galy, médecin homéopathe à Montpellier qui une semaine par mois rejoint l'équipe de thérapeutes multidisciplinaires. Les palefreniers sortent de leurs box de nuit les chevaux qui travaillent ce jour-là tandis que les autres rejoignent leur paddock en sous-bois. Chaque fin de semaine, l'ensemble de la cavalerie dispose des vingt hectares de prairie

à l'entour où elle passe trois nuits à la belle étoile. Ce qui dans un premier temps me saisit : l'espace et le grand calme.

Amener à faire corps

En ce moment, Corinne a en charge le recrutement de patientes pour une étude clinique sur l'intérêt de l'hippothérapie dans la phase de convalescence après un cancer du sein effectuée en partenariat avec le MIS (Montpellier Institut du Sein). «Nous devons trouver une cohorte homogène parmi les femmes qui viennent à Equiphoria durant leur convalescence.» Elle remonte la piste qui l'a conduite à ce «rendez-vous de vie». «J'ai toujours eu un lien avec les chevaux. Petite, ils me fascinaient. J'ai été cavalière et me suis sans cesse questionnée sur le soin, la santé, la maladie. Savoir de quoi on parle. L'hippothérapie est basée sur le

mouvement du cheval. C'est l'animal dont le pas est le plus proche de celui de l'homme. Il existe un pas différent, spécifique et adapté à chaque patient, chaque situation.» Elle me conduit auprès des paddocks où sont rassemblés des chevaux de races différentes. «Voici Viggo, un cheval étroit au garrot qui porte les jeunes patients souffrant de spasticité des membres inférieurs dans le cadre de leur pathologie neurologique ; Paloma, une petite jument qui accompagne un travail à pied, pour travailler le respect de soi. C'est la championne du territoire. Là, c'est notre beau Vainqueur, un cheval de trait à la fois puissant et sensible. Il y a quelque chose de sacré ici.» Je découvrirai plus tard Zipper, un Appaloosa qui accompagne les gens pour le deuil. Tandis qu'elle relate le choc qui fut le sien face à la bienveillance et la



TESS®, le cheval mécanique. « Grâce à la mobilité induite au cours des exercices, des personnes hypotoniques se verticalisent. »

rigueur qui ici sont de mise, je découvre ébahie l'intérieur d'Equiphoria. Rien ne différencie l'espace dévolu aux chevaux et aux hommes car au cours de cette thérapie, où ensemble ils sont amenés à faire corps en vue d'une réparation, tous bénéficient de la même attention. Le soin y est incarné dans toutes ses dimensions, à savoir l'application d'esprit accordé au moindre détail afin de recouvrer une forme de confiance et de liberté, gages de santé physique et mentale. Par ailleurs, au terme de sa «carrière» chaque cheval bénéficie d'une retraite sur place, un programme d'accompagnement jusqu'au dernier jour, comme un juste retour des choses. Arrivent Alexia et Mandou, spécialistes équins qui veillent au bien-être des chevaux, suivies de Sacha, assistante aux séances, qui coordonne. «Nous formons un groupe sans hiérarchie», souligne Corinne. Une affirmation qui au long de la journée ne sera jamais démentie. Car tous sont déterminés et agissent dans un même élan, comme le feraient les différents membres qui consti-

tuent une seule et unique personne. Dans une sécurité absolue, tous les ingrédients sont réunis pour que s'exprime le Vivant, que les surprises même infimes soient captées et développées, qu'aucune trace de progrès patiemment conquis n'échappe. «Nous laissons du temps au temps, sans aucune limite par rapport au diagnostic. Il nous faut voir tout ce qui est possible.» Cette semaine six patients sont accueillis pour des programmes de réadaptation neurologique. Entre chaque séance, l'équipe veille à faire place nette. Hélène Viruega est de retour. Elle me conduit vers TESS® (Therapeutic Equine Simulator System), un cheval mécanique utilisé pour mettre les patients en condition afin qu'ils bénéficient aux mieux de la monte en manège. «TESS® a été conçu par un ingénieur britannique. Il reprend les cinq pas principaux de nos chevaux.» Je sens d'emblée chez Hélène l'exigence de perfection absolue qui l'anime. En quelques mots, elle vise l'essentiel. L'heure de la première séance approche. «Tous nos chevaux ont accepté ce boulot. Nous

avons autant de délicatesse envers les patients que de respect des animaux», et inversement. Comme elle l'explique dans Le Pouvoir du lien, dialogue mené avec Manuel Gaviria, directeur scientifique du laboratoire de recherche en neurosciences mis en place au sein d'Equiphoria, «c'est au moment de la rencontre avec les patients et cette forme de «non-normalité» que l'on peut savoir si le cheval est intéressé et apte à ce travail qui lui demandera de la patience, de la résilience, de la générosité et une endurance constante.» Un patient sur un cheval c'est une prise de risque consentie pour un dépassement de soi. «Ici, nous travaillons toutes les sphères, jamais un aspect isolé de la personne.» Pour obtenir un alignement, il faut que l'harmonie intérieure soit parfaite. Et pour cela, à chacun son rôle. «Le cheval est notre collaborateur. Il a beaucoup de qualités morphologiques et de tempérament. Dans la nature, c'est une proie ce qui le rend très sensible au confort et à l'inconfort. Il s'agit de mettre en valeur ses qualités, son pas et cette ultrasen-



Le manège, immense, dévolu à un seul patient par séance est le cadre de sacrées expériences, voire d'expériences sacrées.

sibilité. Il dispose de capteurs dans tout le corps y compris sous les pieds, a une ouïe très fine, un nez surdéveloppé. Il s'alerte au moindre changement, chimique, énergétique, de température ou d'odeur. C'est un scanner pluridimensionnel réévalué à chaque instant, le garant des bonnes pratiques.»

Sur ce, nous traversons le long couloir qui conduit à l'accueil des patients. Sur les murs ces quelques phrases comme un rappel de l'important. «Un pas à la fois me suffit», dit Gandhi ; «Croire en son bonheur c'est le rendre possible», écrit Alexandra Julien. Et cette forme de pacte entre cheval et patient : «Je te porterai jusqu'à ce que tu puisses te porter toi-même.» Car si Equiphoria a bâti un dispositif adapté à des pathologies lourdes, personne ici ne souhaite être pris comme une béquille permanente mais tous professent la recherche d'autonomie.

La bonne thérapie au bon moment

À 9 heures, je suis invitée à rejoindre «l'aquarium» où la maman et le grand-père de la petite Margaux ont pris place. Dans cette pièce suspendue au-dessus du manège, notre présence n'interfère en rien dans la

“ Croire en son bonheur c'est le rendre possible. ”



« Equiphoria est une clinique, souligne Hélène. Nous avons des protocoles d'hygiène à respecter, des normes importantes, pas de fumier, pas de nuisibles. » Dans les box de l'écurie de nuit, un cercle de copeaux est disposé quotidiennement. « Le cheval fait son lit. En nomade, il s'organise comme il l'entend. »

sa maman, il y a entre autres la kiné traditionnelle qui vise à activer des réflexes et les méthodes Anat Baniel et Feldenkrais qui interviennent sur le neuro mouvement. «Nous avons découvert Equiphoria grâce à un article du Figaro, il y a environ deux ans. L'an dernier, on s'est dit c'est le moment. Margaux est hyperlaxe mais elle a une mauvaise position du bassin qui bloque. Grâce aux séances, elle a plus de facilité à s'asseoir. Elle comprend mieux la verticalité et parvient à se dresser sur ses genoux.» Sa sœur, quant à elle, a besoin d'écoute et c'est Ursula une jument de race «trait comtois», 850 kg de gentillesse, très large et très calme avec un mouvement profond qui se charge de l'apaiser. «Enora a très peur des animaux. Elle a travaillé au sol trois jours durant avec une jument nommée Sumatra puis elle est montée deux jours sur Ursula. Elle a beaucoup gagné en contrôle de soi.

Ici, nous avons trouvé la bonne combinaison, la bonne thérapie au bon moment.» Sur ce, Hélène intervient dans le manège car Margaux s'agite de plus en plus sur le dos du cheval. Elle propose à l'équipe de mettre en place un plan B : direction TESS© avec des jouets. Bientôt, on entend des hurlements. De joie ! Pour le patient comme pour le thérapeute, le cheval apprend à se réajuster en temps réel. Avec lui, rien ne ment. A 10 heures, c'est au tour de Jeanne, une jeune femme de 23 ans. Jeanne a un déambulateur et un sourire plus grand que lui. Suite à une souffrance périnatale sévère elle est atteinte d'une infirmité motrice cérébrale très lourde. Martine, sa mère, l'accompagne invariablement en soins et en voyages. Un œil sur la séance, nous évoquons leur parcours conjoint : Bio FeedBack à Miami, Brain Moove à Pleurtuit en Bretagne... À 13 ans, Jeanne a souffert d'une subluxation de la hanche droite, suivie d'une double infection bactérienne. « Nous venons de la Manche, pour quatre sessions d'une semaine. Nous avons découvert le centre par l'intermédiaire d'un autre patient en lien sur Facebook3. Equiphoria est un lieu où l'on se sent bien, qui nous offre un ressourcement total. » Tandis que nous échangeons, Jeanne prend place



Élisabeth, dans son compte rendu journalier : « Je découvre le montoir, un plan de bois incliné, avec de l'autre côté, à même hauteur, un petit escalier permettant aux accompagnants d'installer au mieux la personne qui va monter sur le dos du cheval. Dalton arrive, sage, guidé par une jeune femme qui sera avec nous tout au long de cette heure. »

sur le dos d'Olga, une jument maternelle dont le pas est le plus adapté à elle. L'hippothérapie s'appuie sur la plasticité cérébrale. Les patterns de marche du cheval réorganisent le corps au point de vue neuronal. Jeanne rêvait de passer un Bac informatique, elle a décroché un Bac gestion et administration avec mention. Elle n'oralise pas mais dessine avec ses pieds. À son retour, une fois remise de la grosse fatigue qui fait suite à chaque séance, elle m'envoie un courrier qu'elle a elle-même mis en page sur son iPad. «Lorsque je me regarde sur le dos d'un cheval aujourd'hui, je ne sais comment décrire cette sensation de liberté qui coule dans mes veines. Quand j'ai découvert ce centre au cœur de la Lozère, j'étais loin d'imaginer de continuer ma progression avec les chevaux, notamment avec Olga. C'est grâce à elle que j'ai pu trouver de la souplesse au niveau des hanches, ce qui m'a permis de commencer le travail de posture. [...] C'est un plaisir de travailler avec une équipe pluridisciplinaire qui sait guider les patients. Ici, le handicap peut passer inaperçu puisque nos acquis sont mis en avant pour ensuite dépasser nos difficultés. Je suis toujours impressionnée et ravie de laisser ma mère dans la

salle d'attente et d'aller en séance en déambulateur. Le travail se fait dans la bonne humeur et je surpasse mes peurs.» Jeanne voudrait être illustratrice jeunesse. Elle suit des cours en ligne auprès de l'école Artlign. Sa mère me confie qu'elle rêvait d'être interprète – une vocation que d'une certaine façon elle assume pleinement.

Ouvrir des possibles inimaginables

Nous ne devons pas assister à la séance suivante, mais les circonstances et la patiente en ont décidé autrement. C'est après avoir vu par hasard l'émission «Enquête de santé» diffusée sur France 5 qu'Élisabeth a contacté Equiphoria. «Je fais ça malgré moi», nous dit-elle canne à la main avant de rejoindre le manège où l'attend le plus jeune cheval de la cavalerie, Dalton. Lorsqu'elle l'a vu à l'écran galopant autour d'Hélène dans le rond de longe, un cercle où travaillait le cheval en liberté, «ses pas, son allure au ralenti, le sable qui se soulevait autour de lui, sa puissance maîtrisée, l'ont émue aux larmes et fascinée». Bien que n'étant pas du tout proche des animaux, elle a d'instinct senti que le pas de Dalton allait la réparer. François, son mari,

évoque l'errance de diagnostic avant que ne soit détecté un syndrome cérébelleux. L'atrophie du cervelet atteint la coordination des gestes fins ainsi que la régulation des émotions. Nous assistons à la première monte. Vu le terrain d'anxiété, Hélène cadre d'emblée : « Plus de parlotte, on est dans le ressenti, là ! »

Dalton a l'encolure allongée, il offre son dos. Assise sur un tapis de cuir très fin, Élisabeth le monte presque à cru. Afin d'éviter les filtres, les patients ne sont pas attachés. Rien d'invasif, aucun harnachement ne doit entraver le mouvement. Une musique participe à créer un environnement apaisant. Élisabeth s'accroche aux surfaix, puis au bout de quelques tours de manège, ainsi qu'on l'y invite, dépose ses mains sur ses cuisses. Son visage se détend, un sourire témoigne de l'ouverture qui se produit. À la fin de la semaine, elle m'envoie un long compte rendu journalier. Son corps, ressenti comme un amas de lourdes pierres mal entassées, semble s'être libéré. Un mois plus tard, au moment où je relate ces faits, je reçois ces quelques lignes, limpides : « Suite à mon stage chez Equiphoria, je me sens beaucoup mieux, plus confiante, plus autonome, avec plus de projets, de désirs. Je ne sais pas si c'est le cheval, Hélène, l'ensemble, mais cette semaine a modifié mon ressenti et mon rapport à la vie. Je tenais à vous le dire maintenant. Après cette expérience. » Entre-temps, voici ce que pour ma part j'ai appris sur la vie de « son » cheval, en lisant *Le Pouvoir du lien*. Dalton est arrivé à Equiphoria à l'âge de cinq ans après avoir grandi

sur une île où il a dû, avec tous les autres chevaux, se débrouiller pour se nourrir. À ce moment-là, il est très vif, anxieux de tout et évite la main de l'homme. La bienveillance et la constance du cadre quotidien, qui lui permet de satisfaire tous ses besoins, opère en lui un changement radical. Et dès lors, il oriente toute son énergie vers le partage avec l'humain. « Sa force tranquille, son élégance, son mouvement ample et complet, sa régularité d'humeur font de lui un porteur qui stimule en profondeur la motricité globale de certains patients, tout en renforçant la confiance et la force vitale de l'individu. » Un jour cette femme et ce cheval se sont rencontrés. Il y a là ce que le chef amérindien – avec lequel Hélène partagea de longs échanges au bord du lac Two Medicine, lorsqu'elle vivait dans le Montana – nomme le ripple effect. « Cette part d'effet durable qui ne s'estompe pas avec le temps et qui provoque des changements dans le mouvement perpétuel qu'est la vie. » C'est l'un des fondements de l'hippothérapie telle qu'elle est pratiquée ici, à Equiphoria, dans ce coin de Lozère. Et cela ouvre sur des possibles jusqu'alors inimaginables. ■

1. Cet outil de mesure a été conçu par Equiphoria avec Racewood Simulator et a fait l'objet d'une étude pilote montée avec le soutien de Transferts LR et financée par la BPI. Avancée importante dans la prise en charge hippothérapeutique, il a été acquis avec l'aide de la Fondation RTE et AG2R La Mondiale.
2. Ouvrage passionnant publié en avril 2020 chez Actes Sud, dans la collection Domaine du possible.
3. <https://fr-fr.facebook.com/uneviedunebat-tante/> À découvrir également l'association « A petits pas ».



Durant le débrief, Romain, psychologue prend en notes les observations et ressentis de l'équipe. Chaque détail compte. « Attention à ne pas se mettre dans l'angle aveugle de Dalton », précise Hélène.

LE CERVEAU, UNE TERRE À DÉCOUVRIR !

Equiphoria comprend un département de recherches sur les neurosciences afin d'évaluer l'intérêt de l'hippothérapie sur des maladies neurologiques pour leur prise en charge de réadaptation. Ce qui contribue à valoriser les approches non-médicamenteuses comme un élément complémentaire aux thérapies existantes. « La recherche nous permet d'aller vers les prescripteurs. » Et c'est Manuel Gaviria, médecin spécialiste en médecine physique et réadaptation et docteur en neurosciences qui se charge d'établir les passerelles. « Au départ, j'ai rejoint l'équipe pour une mission courte. Puis, j'ai été happé. Je suis revenu à la médecine de mes rêves. Qui veille à la globalité, l'inclusion, qui réinsère le patient dans son écosystème en tenant compte des proches. » Né en Amérique du Sud, Manuel est à la fois imprégné par une pensée magique et a un côté très rationnel. Important pour son objectivité, il n'est pas cavalier et a auprès des chevaux une expérience plutôt mitigée. « Il existe des choses extraordinaires dans le remodelage du cerveau. Nous faisons chaque jour des découvertes. Il n'y a pas de vérité immuable, ce ne sont que des ouvertures. Souvent les gens sont mal informés. Après une atteinte cérébrale, la personne est souvent considérée comme figée au bout d'un temps, or on reçoit des patients avec un potentiel permettant d'être en constante progression. Les spécialistes sont impressionnés par les progrès que nous avons l'occasion de montrer. Notre engagement est double, vis-à-vis de la connaissance et de l'accessibilité au plus grand nombre. » Equiphoria vient de lancer un nouveau programme de recherche sur l'AVC avec le Centre Hospitalier Sud-Francilien (CHSF). Mené sur 3 ans, il est notamment financé par un laboratoire pharmaceutique.

EQUIPHORIA OU LE POUVOIR DU LIEN

Hélène Viruega a grandi avec le cheval. « J'ai passé dix ans dans le Montana et ai été en contact avec les Amérindiens qui m'ont accueillie et appris beaucoup. » Elle découvre une approche du cheval non contraint, dans la pleine expression de sa force vitale. Puis tandis qu'elle travaille pour une association fondée par une riche héritière, elle rencontre le handicap par l'intermédiaire d'un pasteur thérapeute. « Il existe 850 centres pour les personnes handicapées aux États-Unis. C'était une autre dimension. » À son retour en France, elle retrouve son ami d'enfance, Erik Bogros perdu de vue pendant vingt-cinq ans, qui fut aussi son premier amour. Celui-ci mène alors « une carrière très honorable dans la finance internationale », mais éprouve le sentiment certain de ne pas être à sa place. Erik étant Riomois, tous deux recherchent en vain où s'implanter Auvergne. « L'endroit nous attendait en Lozère, sur le causse de Sauveterre. Depuis dix ans maintenant nous travaillons pour faire d'Equiphoria un endroit où tout est expliqué du point de vue scientifique », souligne Hélène, dont le rêve est de pouvoir donner à la pratique un sens raisonnable et raisonné du point de vue médical afin qu'elle puisse être proposée au plus grand nombre.

Pas question pour eux que les subventions servent de béquille. Erik complète sa formation par un an d'études en fiscalité à la Faculté de Clermont et prend en charge la viabilité économique. « Je m'occupe de la gestion, du juridique, des partenariats avec les compagnies d'assurances, les groupes de protection sociale. Nous montons des conventions avec ces organismes pour financer les programmes des patients. » Lorsqu'on s'adresse à Equiphoria, c'est lui qui assure le premier contact. À celles et ceux qui aimeraient rejoindre l'équipe, il rappelle l'indispensable réciprocity d'engagement : « Nous rencontrons la personne, son projet, afin de savoir qui elle est, d'où elle vient, ce qui l'anime. On ne vient pas ici chercher un job. C'est une mission ! »

POUR SOUTENIR

Equiphoria et notamment la retraite des chevaux : <https://www.helloasso.com/associations/equiphoria>



Hélène et Erik, compagnons de vie et cofondateurs d'Equiphoria. À leur côté, Navajo à qui Hélène s'adresse en anglais, langue en usage entre toute l'équipe et la cavalerie : « Eh ! my boy, such a good boy. »