

# Association Cheval et Sens

## La médiation du cheval en loisir et en thérapie



### Contact presse :

**Françoise Hérault**

**Thérapeute avec le cheval**

Tél : 06 76 81 64 58

Mail : [cheval.sens@neuf.fr](mailto:cheval.sens@neuf.fr)

[www.cheval-sens.fr](http://www.cheval-sens.fr)

# Sommaire

## **1 La médiation du cheval ..... 2**

1.1 En loisir éducatif.....2

1.2 En thérapie.....3

1.3 En coaching cavalier .....4

1.4 En psychothérapie.....5

## **2 Cheval et Sens, une association en devenir ..... 6**

2.1 Cheval et Sens aujourd’hui.....6

2.2 Le concept de Cheval et Sens .....6

2.3 Les projets de l’association.....7

## **1 La médiation du cheval**

Le cheval peut avoir un rôle de médiateur en tant qu'intermédiaire dans la relation entre le thérapeute (ou l'éducateur) et la personne. Sa présence apaise, suscite des émotions, des réactions, des interrogations et facilite les échanges. Cette médiation est utilisée en thérapie mais aussi en loisir éducatif et en coaching cavalier.

### **1.1 En loisir éducatif**

La rencontre à pied avec le cheval en loisir est destinée à toutes les personnes, souhaitant faire connaissance avec le cheval et créer un lien avec lui. L'association accueille autant ceux qui sont attirés par la monte à cheval que ceux qui ne le sont pas. Elle reçoit les particuliers, mais aussi les écoles et les accueils de loisirs.



La nature les entoure. Ils oublient tout. Le poney les invite à être là, avec lui, "à prendre le temps", à se mettre à l'écoute de ses comportements et de ses besoins, à respecter les règles. Sa douceur et sa gentillesse apportent un sentiment de calme et de bien-être. La complicité s'établit.

Les séances sont individuelles ou en groupe (5 à 6 personnes) et peuvent se dérouler sur une heure, sur une journée entière ou encore pendant plusieurs jours lors de stages de découverte du cheval et de l'équitation (en partenariat avec un centre équestre).

Cheval et Sens invite l'enfant à être acteur dans un moment partagé à pied avec le cheval. Les activités proposées (partir à la rencontre du poney dans le pré, l'approcher, s'occuper de lui, évoluer avec lui dans le manège) ne sont que des prétextes à entrer en contact et en relation avec le cheval et à partager le plaisir d'être ensemble.



« Les enfants apprennent à aimer le cheval, à évoluer avec lui. Grâce à ce contact, ils comprennent aussi certaines règles de vie primordiales à leur évolution : le respect, la patience et le partage. Les enfants sont émerveillés et très impressionnés ! » *Alice, animatrice CLSH*

Auprès du poney, l'enfant se pose, se calme, éprouve joies et émotions, s'exerce à maîtriser ses gestes et apprend à tenir compte de l'autre.

### 1.2 En thérapie

La thérapie s'adresse aux personnes avec un handicap (sensoriel, mental ou moteur) et aux seniors. L'association reçoit les particuliers, les collectivités et les institutions spécialisés (Maisons de Retraite, Maisons d'Accueil Spécialisées ...). Elle intervient dans un centre équestre adapté pour les personnes en fauteuil roulant. Mais elle se déplace aussi dans les maisons de retraite par exemple. Dans les maisons de retraite, l'association intervient avec deux thérapeutes et deux poneys pour permettre à tous les résidents de profiter de l'intervention. Au centre équestre, les personnes avec un handicap et les seniors sont reçus dans un manège clos et abrité.



« Je ressens beaucoup de bien-être lorsque je suis auprès des chevaux. Il y a aussi beaucoup d'amour et j'apprends à les connaître. »  
*Véronique*

Chacun peut à son rythme vivre un moment privilégié avec les poneys et selon ses besoins, ses possibilités leur donner du foin, les caresser, les promener au licol ou simplement partager un tendre de tête à tête avec eux.





«Nous avons découvert des résidents complètement différents au cours des séances avec Françoise (...) Sourires, complicité avec l'animal, verbalisation de leur ressenti. Nous pensons aussi que la qualité de l'accueil de la thérapeute joue un grand rôle dans ces résultats très satisfaisants.» *Mme Roselyne Fages de l'EHPAD de Luynes*

Lors de cette rencontre, les seniors ou les personnes avec un handicap vont créer une complicité avec le poney. Ce contact stimulant leur apporte bien-être, plaisir et réconfort. Il leur permet de se détendre, de prendre la parole, de retrouver le plaisir de se mouvoir.

En 2011, Cheval et Sens a organisé des Journées Découvertes pour les personnes avec un handicap. Ces journées ont été très appréciées de tous les participants, particuliers et institutions.

### **1.3 En coaching cavalier**

Le coaching cavalier s'adresse aux nouveaux cavaliers, aux cavaliers expérimentés et aux professionnels en formation.

Cheval et Sens invite le cavalier débutant à faire connaissance avec le cheval et à établir une complicité avec lui afin d'aborder l'équitation en confiance et détendu.

Dans une ambiance calme et sereine, lors de moments privilégiés à pied avec le cheval, les personnes qui ont des appréhensions en équitation gagnent en assurance et prennent confiance.

Cheval et Sens offre à tous les cavaliers une opportunité d'enrichir leur équitation sans aborder la technique par une meilleure relation avec leur cheval. Le cavalier prend conscience de ce qui se passe entre lui et son cheval. Il décrypte et comprend les réactions de ce dernier et réalise les ajustements nécessaires pour mieux communiquer avec lui. L'harmonie et les performances du couple cheval-cavalier sont optimisées.

Les professionnels découvrent le cheval « autrement », comprennent comment établir plus de complicité avec cet animal sociable et très sensible. L'ambiance dans les établissements équestres gagne en sérénité pour le bien-être et la sécurité des animaux et des hommes.

#### 1.4 En psychothérapie

La psychothérapie s'adresse aux personnes, y compris les enfants, qui traversent un passage difficile.

La thérapeute propose d'abord un moment d'échange. Elle organise ensuite un moment particulier de rencontre avec le cheval. Hypersensible, le cheval nous perçoit très finement au-delà de ce dont nous avons conscience. Son comportement reflète ce qu'il ressent de nous. Ce cheval-miroir nous invite à partir à la découverte de nous-même. La thérapeute convie ensuite son patient à exprimer ce qu'il ressent et à y réfléchir.



« L'équithérapie est un bon « outil » pour favoriser, remettre en mouvement l'expression des ressentis, de l'émotionnel, le monde des sensations. Il est impressionnant d'observer que cet animal n'est en relation avec nous que si nous accédons à notre propre monde sensitif. C'est comme s'il nous invitait à nous rencontrer dans cet espace du sensoriel, rien d'autre. »

DE AGUIAR, M.-J. (2011). « Une journée en Gestalt Thérapie en compagnie de "Narcisse" », PsychoBook, n°8, p. 4-6

*Extrait d'un article présent sur notre site [www.cheval-sens.fr](http://www.cheval-sens.fr)*

Les séances de psychothérapie permettent au patient de retrouver calme et sérénité, de reprendre confiance en lui, de mieux gérer ses émotions et d'enrichir sa façon de communiquer.



## **2 Cheval et Sens, une association en devenir**

### **2.1 Cheval et Sens aujourd'hui**

Créée le 5 mai 2008, Cheval et Sens est une association régie par la loi du 1er juillet 1901 et le décret du 16 août 1901. Elle a pour objet la découverte et la rencontre du cheval ou d'autres animaux et la prise de conscience de l'environnement. Elle réunit les membres du conseil d'administration, une thérapeute avec le cheval, une vingtaine de bénévoles (dont une pédopsychiatre spécialisée dans le handicap du jeune enfant et ayant une expérience approfondie dans la thérapie avec le cheval) et ponctuellement des stagiaires étudiants. La présidente de l'association est Marie-Claire Fourmaux.

Françoise Héroult, thérapeute de l'association, a suivi la formation Diacorps à la thérapie avec le cheval. Elle a une grande expérience des chevaux et des connaissances approfondies en comportement équin. Sa pratique est contrôlée au sein d'un groupe de supervision.

L'association accueille en individuel ou en petit groupe : des particuliers (enfants et adultes), des seniors, des personnes avec un handicap, des enfants intégrés dans des CLISS (classes d'intégration scolaire), des jeunes des IME (établissement médico-éducatifs) et des enfants du Services de Pédopsychiatrie du Centre Hospitalier du Chinonais.

En 2011, près de 650 personnes ont participé aux activités proposées par l'association.

Cheval et Sens est soutenue par la Municipalité de Montbazou et la Fondation Adrienne et Pierre Sommer (sous l'égide de la Fondation de France).

### **2.2 Le concept de Cheval et Sens**

Cheval et Sens invite tout à chacun à rencontrer le cheval avec ses sens, mais aussi à trouver du sens en rencontrant le cheval.



La thérapeute de Cheval et Sens se soucie que chaque personne soit véritablement actrice dans sa relation avec le cheval. Elle veille au calme, à la sérénité de l'ambiance. Elle incite chacun à prendre son temps et à vivre pleinement l'instant présent.

Nos partenaires chevaux et poneys vont régulièrement au pré ensemble. Ils sont très sociables, confiants et particulièrement attentifs dans leur relation avec l'homme.

L'approche de Cheval et Sens est inspirée par l'étude du comportement du cheval (éthologie). Elle n'a rien à voir avec celle des « chuchoteurs » et de ceux qui proposent des activités éthologiques.

La thérapeute adapte pour chaque personne une situation particulière de rencontre avec le cheval. Elle incite chacun à accéder à de nouvelles expériences sans rien imposer. Les séances se déroulent souvent dans l'espace clos et sécurisé d'un petit manège où le cheval est mis en liberté. Mais les personnes partent parfois à la rencontre des chevaux dans leur boxe ou à celle du troupeau dans le pré.

Aucune connaissance des chevaux n'est nécessaire pour participer aux activités de Cheval et Sens qui se déroulent toujours à pied.

### **2.3 Les projets de l'association**

- **L'indépendance :**

Actuellement, l'association ne possède pas de lieu d'activité propre et intervient dans le centre équestre Les Ecuries du Lys à Artannes-sur-Indre (37). Elle est dépendante de la disponibilité des infrastructures et des chevaux de ce centre. La thérapeute ne dispose pas d'une salle où échanger en toute confidentialité pour la thérapie.

Pour ces raisons, Cheval et Sens étudie actuellement toutes les possibilités offertes à proximité de Tours pour créer une structure Cheval et Sens et disposer d'un lieu calme et serein.





- **La notoriété :**

Cheval et Sens est une jeune association qui souhaite se faire connaître.

Elle vient de mettre en ligne un nouveau site internet convivial, complet et interactif avec deux nouvelles vidéos.

En 2011 ont eu lieu des Journées Découvertes pour les personnes avec un handicap. L'association a participé avec des poneys au Forum des Associations de Montbazou et à la Journée Handisport de Chambray les Tours.

En mai 2012, l'association a participé aux Rencontres Via Energetica. Elle a tenu un stand, proposé une rencontre avec des poneys et présenté une conférence : « Le Cheval, allié thérapeutique ».

Les 8 et 9 septembre 2012, Cheval et Sens proposera, avec le soutien de l'UFOLEP, des moments partagés avec les poneys lors des journées « Le Cheval au Pluriel » organisées à Ligueil par l'association Cheval et Nature.

Cheval et Sens invitera les seniors à rencontrer de petits poneys shetland lors de deux manifestations organisées par l'UFOLEP:

- « Sentez-vous Sport » à la Résidence Seniors Bocage Parc à Tours, le dimanche 23 Septembre de 10 h à 17 h 30.

- « La Caravane Senior » à la Résidence Seniors Domitys de Fondettes, le dimanche 14 Octobre de 10 h à 17 h

- **Projets thérapeutiques**

Cheval et Sens désire développer son impact auprès des adultes et des enfants en difficultés psychologiques.

Cette année, Cheval et Sens, propose pour la première fois aux adultes des stages de psychothérapie en groupe. Certains de ces stages sont co-animés par Françoise Héroult, Thérapeute avec le cheval, et Marie-José de Aguiar, Gestalt-Thérapeute. Les moments de rencontre à pied avec le cheval (relation avec le cheval libre, conduite au licol...) sont une expérience forte et révélatrice, point d'appui d'un travail en profondeur par la Gestalt-Thérapie.

Dans les mois à venir, Cheval et Sens a pour projets (en cours d'étude avec les services concernés) :

- D'accueillir en thérapie, dans le cadre du Réseau Oncologie 37, des personnes touchées par le cancer pour des séances individuelles ou en groupe au centre équestre ou dans les établissements médicaux.
- D'intervenir auprès d'enfants et d'adolescents en difficulté





## Association Cheval et Sens

### La médiation du cheval en loisir et en thérapie

*Cheval et Sens développe un concept innovant en Indre-et-Loire : la médiation du cheval à des fins thérapeutiques. La thérapie, avec le cheval apporte plaisir, bien-être et réconfort aux seniors, aux personnes avec handicap et les aide à développer leurs possibilités. En psychothérapie, la rencontre avec le cheval-miroir permet de partir à la découverte de soi pour renouer avec le calme, la sérénité et trouver d'autres façons d'entrer en relation. Les séances sont encadrées par Françoise Hérault, thérapeute de l'association depuis sa création.*

**Tours, le 18 août 2012** - Cheval et Sens a pour vocation la médiation du cheval dans un projet éducatif, social ou thérapeutique. Elle intervient auprès d'un large public : des enfants, des adolescents, des adultes et des seniors, en situation de fragilité, handicapés ou en difficultés. Cette association sans but lucratif régie par la loi 1901 a été créée le 5 mai 2008 et a touché près de 650 personnes l'an passé.

**En pratique**, l'association propose sur rendez-vous des activités de relation à pied avec le cheval dans différents cadres :

- Le loisir avec la rencontre éducative pour les enfants et le coaching des cavaliers (néophytes ou expérimentés).
- La thérapie : pour les personnes en situation de fragilité (avec un handicap ou âgées).
- La psychothérapie avec le cheval pour les personnes en difficulté psychologique.

Les séances sont individuelles ou en petit groupe, dans un centre équestre ou dans les collectivités et institutions spécialisées (Maison de Retraite, Maisons d'Accueil Spécialisées ...).Le cheval a un rôle de médiateur et incite à l'action et à la communication. La thérapie avec le cheval apporte de nombreux bénéfices qui ont été évalués par différentes études.

**Dans les années à venir :** Jeune association, Cheval et Sens développe activement ses moyens de communication et ses projets thérapeutiques.

**Pour obtenir plus d'information,** vous pouvez consulter le site internet et visionner nos vidéos de présentation. Mme Françoise Héroult, thérapeute de l'association Cheval et Sens, se tient à votre disposition pour répondre à vos questions.

### **Informations pratiques**

Nom de l'association : Cheval et Sens

Site : [www.cheval-sens.fr](http://www.cheval-sens.fr)

Présidente : Marie Claire Fourmaux

Tél : 06 26 16 11 46

Type d'activité : Médiation du cheval en éducation et en thérapie.

Notre concept : La personne, actrice dans sa rencontre avec le cheval

Des visuels peuvent être téléchargés (en haute et basse définition) à l'adresse suivante : [www.flickr.com/photos/associationchevaletsens](http://www.flickr.com/photos/associationchevaletsens)

### **Contacts :**

[Pour Contacter Mme Françoise Héroult](#)

Tel : 06 76 81 64 58

Mail : [cheval.sens@neuf.fr](mailto:cheval.sens@neuf.fr)