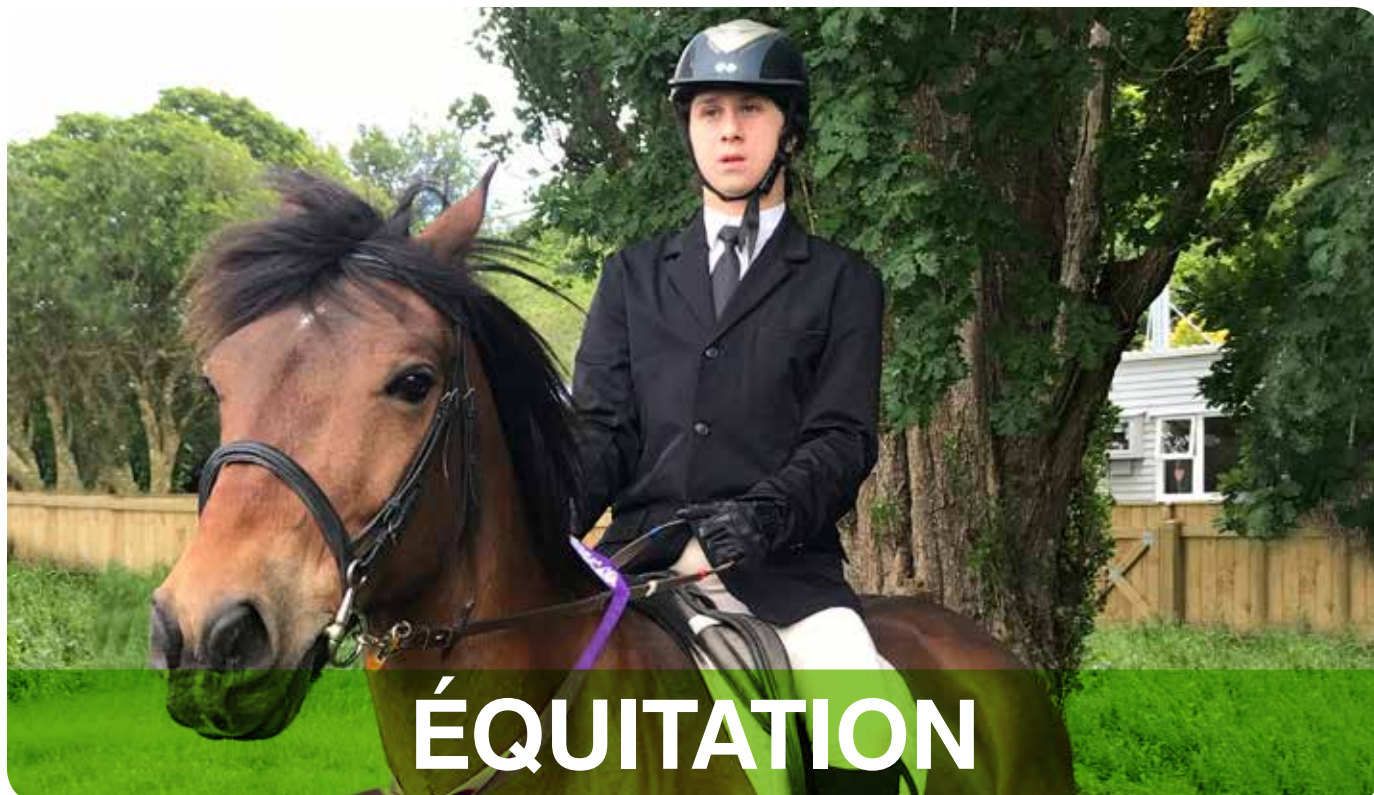


## LE PLEIN AIR POUR TOUS

### *Pratiques inspirantes et matériel adapté*



Les activités équestres, tant l'équitation thérapeutique que l'équitation adaptée, offrent diverses possibilités de développement d'habiletés aux personnes handicapées. Bien des appellations existent à travers le monde pour désigner toute forme d'équitation s'adressant à ces personnes. Au Canada, l'Association Canadienne d'équitation thérapeutique a obtenu un consensus pour utiliser l'appellation « *équitation thérapeutique*. » L'équitation thérapeutique est d'ailleurs accessible à un large public présentant diverses limitations. Tous peuvent ainsi profiter de plusieurs bienfaits reliés par exemple au système affectif, à la santé mentale, à l'apprentissage scolaire, aux comportements et au développement de l'équilibre.

L'équithérapie consiste en l'utilisation du cheval pour ses vertus thérapeutiques. En effet, le cheval offre une opportunité de stimulation où tous les sens sont mobilisés pour permettre une intervention ciblée sur le besoin du cavalier. Par exemple, la position travaillée sur le cheval peut soulager des participants avec des limitations physiques, tandis que le mouvement du cheval peut être apaisant pour les participants présentant une déficience intellectuelle ou un trouble du spectre de l'autisme.

L'équitation thérapeutique, pratiquée pour le loisir ou pour la compétition, consiste à utiliser des équipements adaptés pour offrir une expérience d'équitation. Ainsi, il peut s'agir de dressage, d'attelage ou de saut d'obstacles. Dans cette pratique, la rééducation n'est pas l'objectif ultime; il s'agit davantage de générer une expérience agréable pour le participant.

Que l'équitation soit réalisée dans un cadre récréatif, éducatif ou thérapeutique, il est à noter que plusieurs formations sont requises pour pouvoir accompagner une personne handicapée dans sa pratique, et que tout centre équestre doit être accrédité par l'Association Canadienne d'Équitation Thérapeutique (ACET) afin d'offrir l'accompagnement adéquat. L'instructeur équestre doit posséder certaines aptitudes et compétences spécifiques pour bien accompagner le cavalier.

---

## AMÉNAGEMENT

Les différentes manipulations et le caractère imposant de différents équipements peuvent causer un stress pour le cheval. La désensibilisation du cheval prend toute son importance au niveau de l'aménagement. Le lève-personne est autorisé dans la mesure où le cheval est désensibilisé adéquatement à son utilisation. Une rampe d'accès avec un bloc montoir est également utilisée en équitation (ACET, 2018). Les normes pour la rampe sont celles édictées par l'OPHQ, soit un pouce de pente par pied d'élévation. La plateforme peut être fixe ou amovible.



# MATÉRIEL ADAPTÉ

Il est à noter que tous les cavaliers doivent préalablement obtenir une autorisation de leur médecin traitant avant de pouvoir s'inscrire dans un programme d'équitation thérapeutique accrédité par l'ACET. Différents équipements peuvent être utilisés pour faciliter l'expérience du participant. Il est à noter que le matériel adapté convenant à tous les types de handicaps n'existe pas. Il est toutefois possible d'adapter le matériel de base pour ainsi améliorer l'expérience du participant (Cheval et Différence, 2017).

## HARNAIS

Un harnais est utilisé pour l'équitation. Un adhésif de couleur peut également être appliqué pour faciliter la préhension. Les couleurs peuvent servir de repères pour les personnes ayant des troubles d'apprentissage ou de coordination, ainsi que pour les débutants. À cela peut également s'ajouter une étiquette-relief en braille qui agira comme repère visuel pour les participants ayant une déficience visuelle (Cheval et Différence, 2017).



Source : [Cheval et différences](#), CRE Poitou-Charentes

## RÊNES

Il existe plusieurs types de rênes pouvant améliorer l'expérience des participants. Des rênes à poignée, des rênes avec une barre de connexion ou des rênes avec des balles sont utilisées pour faciliter la préhension. Les rênes arc-en-ciel sont également utilisées en équitation thérapeutique. Ils sont disponibles dans les boutiques équestres reconnues du Québec.



Source : [Canada Équestre](#)



Source : [Cheval et différences](#), CRE Poitou-Charentes



Source : [Rein-Bow](#) de Front Range Hippotherapy

# MATÉRIEL ADAPTÉ

## SELLE

Au Canada, il est interdit d'attacher le cavalier sur la selle. Le cavalier présentant des problèmes d'équilibre majeur doit minimalement être capable de rester assis en selle par lui-même, pour une courte période, à défaut de quoi, l'équitation sera contre indiquée pour cette personne.

Une selle avec pommeau et siège surélevé peut être utilisée par les participants présentant une déficience visuelle. Toutes les selles classiques seront équipées d'une poignée de sécurité ou d'une prise de main pour rassurer le cavalier anxieux. La corne de la selle western joue le même rôle.



Sur-selle

Source : [Cheval et différences](#), CRE Poitou-Charentes



Pommeau et siège surélevé

Source : [Canada Équestre](#)



Selle à deux poignées

Source : [Canada Équestre](#)

# MATÉRIEL ADAPTÉ

## ÉTRIERS

Les étriers permettent au cavalier de se maintenir en position, en plus d'offrir un soutien aux jambes afin de minimiser l'impact de la position sur le corps. Ainsi, différents étriers offrant différents soutiens sont disponibles. Le choix revient à l'instructeur équestre certifié par l'ACET qui saura choisir l'équipement le plus sécuritaire pour le cavalier. Il existe différents types d'étriers qui doivent permettre le dégagement rapide du pied en cas d'urgence: étriers Peacock, Devonshire, Bent Leg, Tapaderos, etc.



Des étriers à coque  
Source : [Canada Équestre](#)



Des étriers avec velcro  
Source : [Canada Équestre](#)



Étriers plancher permettant l'appui total du pied  
Source : [Cheval et différences](#), CRE Poitou-Charentes



Des étriers avec attaches  
Source : [Canada Équestre](#)

---

# MATÉRIEL ADAPTÉ

---

## BONNET D'OREILLES PÉDAGOGIQUE

Afin que le cavalier puisse se repérer davantage dans l'espace, il est possible de fabriquer un bonnet d'oreilles pédagogique pour le cheval. En utilisant deux couleurs distinctes pour chacune des oreilles, on arrive à créer une séparation du champ visuel du cavalier.



Source : Bonnet modifié de [HKM Sports Equipment](#)

---

## PRATIQUES INSPIRANTES

---

### CENTRE D'ÉQUITHÉRAPIE LA REMONTÉE

📍 QUÉBEC



Le [Centre d'Équithérapie La Remontée](#) a pour mission d'offrir à toute personne ayant des besoins particuliers la possibilité de vivre une expérience équestre valorisante favorisant l'épanouissement affectif, cognitif, physique, psychologique et social (La Remontée, 2018).

Responsable : Mme Hélène Caron

### SUNRISE THERAPEUTIC RIDING AND LEARNING CENTER

📍 ONTARIO



Le [Sunrise Therapeutic Riding and Learning Center](#) a pour mission de développer le plein potentiel des enfants et des adultes ayant un handicap et de favoriser leur autonomie par la l'équitation thérapeutique, le loisir et les activités liées à la ferme par le biais d'une programmation préétablie.

Responsable : Mme Ann Caine

Ces deux centres sont dirigés par des pionnières dans le domaine de l'équitation thérapeutique dans leurs provinces respectives. Elles dirigent ces programmes depuis bon nombre d'années et respectent en tous points les normes rigoureuses de l'ACET.

---

## PRATIQUES INSPIRANTES

---

### ASSOCIATION CANADIENNE D'ÉQUITATION THÉRAPEUTIQUE

 CANADA



L'[Association canadienne d'équitation thérapeutique](#) (ACET), référence ultime pour l'équitation thérapeutique, fêtera son 40e anniversaire en 2020. L'ACET encourage le défi, la réalisation et l'autonomisation des enfants et des adultes handicapés par l'équitation thérapeutique. L'ACET offre également des ateliers préparatoires à la certification d'instructeur de base.

Plus de 80 centres à travers le Canada sont membres de l'ACET et offrent des programmes d'équitation thérapeutique. Un répertoire des centres accrédités par l'ACET et de nombreuses pratiques inspirantes sont disponibles sur leur site Internet.

### RIDING FOR THE DISABLED ASSOCIATION

 GRANDE-BRETAGNE



[Riding for the disabled Association](#) a développé un [label](#) pour accréditer les centres équestres accessibles de la Grande-Bretagne. Ces centres sont évalués, selon leur contexte et selon différents critères, comme la présence de personnel qualifié pour encadrer les personnes avec des handicaps et l'offre de programmes adaptés. Ce genre de label peut rassurer la clientèle, en plus de fournir des balises à respecter.



# FORMATION ET ACCOMPAGNEMENT

L'équithérapie doit être encadrée par des professionnels formés pour offrir une expérience d'intervention sécuritaire. En ce sens, la Fédération québécoise d'équitation thérapeutique reconnaît trois formations répondant aussi aux normes canadiennes :





- [Attestation d'études collégiales en équitation thérapeutique à l'Institut de technologie agroalimentaire](#) (ITA)
- [Attestation d'études collégiales en instruction et entrepreneuriat en équitation thérapeutique](#) (IEET) offerte au Cégep de Sorel-Tracy
- [Programme de formation du Centre d'Apprentissage en Thérapie Équine-Québec](#) (CATEQ) offerte à Sorel-Tracy

De plus, les centres équestres offrant des programmes d'équithérapie doivent être [accrédités](#) par l'Association canadienne d'équitation thérapeutique (ACET). Les participants sont donc assurés d'avoir des instructeurs certifiés et des programmes répondant aux normes de l'ACET.

L'ACET offre également la [certification d'instructeur](#). Au Québec, la [Fédération québécoise d'équitation thérapeutique](#) (FQET) facilite l'accès aux services de l'ACET en traduisant le matériel didactique, en offrant des séminaires-ateliers de perfectionnement et en faisant la promotion de l'équitation thérapeutique lors d'événements ouverts au public (Congrès annuel de Cheval Québec, Salon du Cheval, etc.).

## AUTRES FICHES

**qui pourraient vous intéresser afin d'offrir une expérience inclusive :**

-  Le parcours sans obstacles
-  Formation et accompagnement
-  Communication et promotion
-  La signalétique

---

## RESSOURCES COMPLÉMENTAIRES

- + [Association canadienne d'équitation thérapeutique](#) (ACET)
- + [Fédération québécoise d'équitation thérapeutique](#) (FQET)
- + Para-équestre | Comité paralympique canadien
- + [Freedom Rider Tack Shop](#) – Therapeutic Riding Equipment
- + [L'Accompagnateur](#) répertoire des organisations offrant de l'équitation thérapeutique adaptée
- + [Étude sur la population cavalière en situation de handicap](#) au sein des établissements membres du réseau Cheval et Différences Poitou-Charentes (2014)
- + [Why ride?](#) de la Community association for riders with disabilities
- + [Compensating \(Adaptive\) Aids](#), un document sur l'équipement autorisé en compétition par Canada Équestre (2014)
- + [Adaptations utiles de matériels équestres \(1\)](#) par Cheval et Différences Poitou-Charentes
- + [Adaptations utiles de matériels équestres \(2\)](#) par Cheval et Différences Poitou-Charentes
- + [Hippotherapy Equipment](#) de Front Range Hippotherapy (2010)
- + [Adaptive Equestrian Programs](#) du National Ability Center

## ARTICLES INTÉRESSANTS

- ☰ Delaval, F. Escarbelt, B. (2015). Enseigner l'équitation aux personnes handicapées, Éditions Belin, France, 135p.
- ☰ De Lubersac, Renée. (2000). Thérapies avec le cheval, Éditions F.E.N.T.A.C., France, 275 p.
- ☰ Pérez, Rosa (2013). L'équithérapie dans l'accompagnement de l'enfant handicapé mental : Cheval, guide-moi! Éditions Dangles, France, 175 p.
- ☰ [For Ontario woman who lost her legs, riding her horse is 'freedom'](#) (Alyshah Hasham, Toronto Star, 2017)
- ☰ [Therapeutic horse riding lets equestrians take the reins over their disabilities](#) (Anne Marie Hunter, The Kansas city Star, 2017)
- ☰ [Médiation animale : L'équitation au service du handicap](#) (Handirect, 2017)
- ☰ [À cheval, pour oublier le fauteuil roulant](#) (Xavier Renard, La Croix, 2017)
- ☰ [Équi-Femme, pour les familles des vétérans souffrant de troubles de stress opérationnel](#) (Jacques N. Godbout, 45° Nord.ca, 2017)
- ☰ [Une traversée du Canada d'ouest en est à cheval pour des vétérans](#) (Nicolas Laffont, 45° Nord.ca, 2015)
- ☰ [« 30 en bas de 30 » : Delphine Périard-Larrivée se dévoue aux familles d'enfants autistes](#) (Claudie Simard, Radio-Canada, 2017)

---

## VIDÉOS PERTINENTES

- ▶ [Enfants en Équi-Libre](#), St-Lazare, Québec
- ▶ [Mieux comprendre l'équitation thérapeutique](#), Les Amis de Joey, Sorel-Tracy, Québec
- ▶ [Le Cadre Noir : Le para-dressage, Alim'Agri](#) (2014)
- ▶ [Caméra embarquée avec Salim Ejnaini - Société Hippique de Blanquefort, Handi Equi' Compet](#) (2014)
- ▶ [Equestrian Canada | Para-Dressage Training Clinic | June 19th-20th 2017](#) (2017)
- ▶ [Équitation pour enfants handicapés \(reportage\)](#) (2017)

Rédaction par Dominique Castonguay (AQLPH)  
et Alexandra Gilbert (AQLPH)  
Révision par Éliane Trempe (ACET)