

ANIMAUX Une nouvelle méthode propose d'utiliser les équidés afin de stimuler la psychomotricité dès le plus jeune âge. Découverte d'une activité ludique, qui commence à prendre son essor en Romandie.

Le poney peut aider les enfants à se développer de manière équilibrée



À Ogens (VD), Fabienne Débieux (ci-dessous) propose des séances d'équimotricité avec des poneys. Les parcours s'effectuent en binôme et permettent aux participants d'améliorer notamment leurs facultés de concentration, leur coordination ou leur équilibre.



© PHOTOS THIERRY PORCHET/DR

Ce jour-là, une fratrie a rendez-vous avec les poneys du Crin d'herbe. Si la présence des équidés pourrait laisser supposer que ces quatre jeunes vont suivre une séance classique d'équitation, il n'en est pourtant rien. «J'utilise *Zelda* et *Gilly* comme partenaires de jeu pour développer les capacités psychomotrices des enfants», explique la professionnelle Fabienne Débieux.

Dans cette écurie située à Ogens (VD), on n'apprend donc pas à monter, mais on a recours à l'animal pour améliorer notamment la coordination et l'équilibre. Cette méthode certifiée, nommée équimotricité ©, a été créée il y a quelques années à peine en Belgique, avant d'être largement diffusée en Europe.

L'animal comme guide

Infirmière de profession, Fabienne Débieux a d'abord suivi une formation en thérapie

avec le cheval, qui s'adresse à des enfants ou adultes en souffrance désirant mieux faire face aux difficultés qu'ils traversent, avant de découvrir ce nouveau concept. «J'avais envie de permettre à un public plus large de bénéficier des apports du cheval, souligne la jeune femme. L'équimotricité est axée sur le développement physique et psychique de l'enfant, avec le poney comme guide.» L'objectif est d'effectuer un parcours avec l'animal par binômes, un participant le menant à pied, alors qu'un autre est en selle. Et à la fin de l'exercice, les rôles sont inversés.

Sous la forme de jeux

La séance commence avec l'approche du poney, quelques caresses et un bon brossage. Filles et garçons ne se font pas prier pour s'occuper des équidés. Des gestes qui pourraient à première vue sembler anodins, comme tresser les crins, améliorent déjà la

dextérité des enfants, tout en exerçant leur créativité et leur esprit d'initiative. Une fois les poneys équipés d'un tapis de selle et d'un surfaix – qui facilitent la tenue à cheval –, Mateo, Éline, Célia et Yaëlle commencent le parcours mis en place par Fabienne Débieux.

«Chaque mois, je change la thématique. En octobre, nous évoquons les animaux de la forêt. Une histoire sert de fil conducteur pour donner du sens aux gestes effectués, tout en stimulant l'imagination.» Les enfants doivent passer à côté du terrier du renard en enjambant des branches sans le déranger, retrouver des champignons dans un tas de feuilles mortes en fermant les yeux ou transporter chez M^{me} Hérisson les marrons récoltés par erreur par M. Écu-reuil. Se prenant au jeu, tous les quatre gardent leur concentration, en échangeant rires et encouragements.

Si la majorité des activités sont effectuées par l'enfant à pied, d'autres nécessitent de monter sur le cheval. «Être sur le dos d'un tel animal demande déjà beaucoup au niveau émotionnel et moteur pour des jeunes qui n'en ont pas l'habitude», remarque Fabienne Débieux.

Approche polyvalente

«Les parents qui optent pour de telles séances sont souvent à la recherche d'une activité qui ait du sens et contribue au développement personnel de leur enfant», constate l'infirmière. La méthode permet en effet de travailler de nombreux aspects, qu'ils soient physiques ou psychiques, comme la concentration, la mémoire, la communication, l'autonomie et l'affirmation de soi. La collaboration et le respect de l'autre et de l'animal sont également valorisés. «Dans toutes ces dimensions, le poney s'avère un fabuleux catalyseur pour

OÙ PRATIQUER?

Une dizaine de Romands se sont déjà formés à la méthode de l'équimotricité ©. Leurs coordonnées sont disponibles sur le site www.equimotricite.com.

La démarche se veut globale et non axée sur un problème en particulier. Côté tarifs, ils varient d'un professionnel à l'autre, mais il faut compter 30 à 50 francs l'heure. À Ogens (VD), Fabienne Débieux accueille les enfants de 2 à 8 ans, les difficultés étant adaptées en fonction de l'âge. Jusqu'à 4 ans, un adulte – parent, parrain, grand-parent – participe à la séance. Les enfants plus âgés interagissent seuls en présence du poney, ce qui va permettre de créer du lien entre eux. Chaque séance propose d'aborder un objectif spécifique (le schéma corporel, la structuration spatiale ou temporelle, la latéralité) à travers une thématique ludique.

+ D'INFOS www.lecrindherbe.ch

aider à motiver et à faire progresser les plus jeunes, se réjouit la Vaudoise. On pourrait imaginer effectuer un parcours similaire en salle de gym, mais l'intérêt suscité serait probablement moindre.»

À voir le sourire qui se dessine sur les visages des participants, le pari semble réussi. «L'une de mes filles a souvent de la peine à se concentrer, explique leur maman Claire-Anne. Je trouvais intéressant de tester cette activité, afin de voir si elle pouvait l'aider dans sa vie de tous les jours. Cette approche différente me semble particulièrement lui convenir, d'autant plus qu'elle adore les poneys.»

VÉRONIQUE CURCHOD ■

QUESTIONS À...

Aurélië Voegeli Afouda, psychomotricienne à Morges (VD)



L'évolution actuelle de la société a-t-elle une influence sur le développement psychomoteur de l'enfant?

Oui, clairement. Notre environnement nous sédentarise de plus en plus. La consommation excessive d'écrans impacte tout le corps, avec notamment une dégradation de la motricité fine, une perte de la vision périphérique et un manque d'activités motrices. L'exploration plurisensorielle – qui fait appel également au toucher, à l'ouïe, au goût et au mouvement – s'est clairement appauvrie. Malheureusement, on constate de plus en plus de retards, sur le plan moteur ou psychologique, malgré parfois un QI élevé.

Comment peut-on améliorer la situation?

Il est important de varier au maximum les stimuli. On peut utiliser des objets polyvalents très simples, comme des cailloux, qui permettent de développer l'imaginaire. Je n'ai jamais expérimenté l'équimotricité, mais la présence du poney comme médiateur entre deux enfants me semble intéressante, car beaucoup de jeunes ont de la peine à entrer en relation avec les autres de manière ajustée.