

<b>Zeitschrift:</b>	Physiotherapeut : Zeitschrift des Schweizerischen Physiotherapeutenverbandes = Physiothérapeute : bulletin de la Fédération Suisse des Physiothérapeutes = Fisioterapista : bollettino della Federazione Svizzera dei Fisioterapisti
<b>Herausgeber:</b>	Schweizerischer Physiotherapeuten-Verband
<b>Band:</b>	- (1981)
<b>Heft:</b>	5
<b>Artikel:</b>	Equitation por Handicapés
<b>Autor:</b>	Wolff, E. de / Benz, Martin-Francois
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-930462">https://doi.org/10.5169/seals-930462</a>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 08.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Equitation pour Handicapés

## *Introduction:*

Le cheval est de plus en plus utilisé de nos jours comme moyen de rééducation. L'écrit, ce-après, est une synthèse de l'utilisation du cheval dans le cadre de la physiothérapie. La rééducation au moyen du cheval est différemment appelé selon l'utilisation que l'on en fait. Les termes de prime abord semblent être les mêmes et pourtant on tente de structurer cela d'une manière bien précise. En effet, il se formait tout un jargon spécial autour de ce genre de rééducation. Cette synthèse peut ne pas être complète pour certain, car on tente de plus en plus d'organiser, de cataloguer comme partout ailleurs. Cet écrit est un préliminaire qui permettra d'avoir réuni en quelques lignes ce qu'est l'équitation ou l'utilisation du cheval avec des handicapés.

Pour définir l'équitation en tant que thérapie pour les handicapés, plusieurs terminologies ont vu le jour: hippothérapie, thérapie équestre, équitation thérapeutique, rééducation physio-équestre, rééducation par l'équitation, équitation d'activation et la liste peut s'allonger. En bref, on veut utiliser le cheval et sa manière de le dresser en tant que moyen de rééducation. Médiateur pour la physiothérapie, la rééducation médico-pédagogique ou la rééducation psychologique, l'éducation ou le sport.

Sur le plan international les terminologies sus-mentionnées s'appliquent plus ou moins clairement à des domaines très précis.

Selon HEIPERTZ, KÜNZLE et d'autres auteurs on tente d'utiliser le schéma suivant:

- 1) *Dans le domaine médical:* hippothérapie, thérapie équestre et équitation thérapeutique;
- 2) *Dans le domaine médico-pédagogique et psycho-thérapeutique:* équitation thérapeutique, thérapie équestre, équitation d'activation, thérapie psycho-équestre, équitation médico-éducative et cours de voltige, sans oublier tout simplement le dressage;
- 3) *Dans le domaine sportif:* dans le cadre de son application à des handicapés physiques ou mentaux, pratique de la voltige, du dressage, du saut, de la conduite d'une voiture hippomobile.

Repronons plus en détail

## *1) Domaine médical*

*Hippothérapie.* En grec *hippos* signifie che-

val et *thérapeuin* signifie soigner. Hippothérapie au sens strict du terme signifie soigner par le cheval ou à l'aide du cheval. Toutefois, dans la nomenclature internationale cette appellation est restrictive. Ainsi, l'hippothérapie est l'utilisation des mouvements produits par le dos du cheval dans le cadre d'une rééducation thérapeutique. Le sujet assis sur le cheval n'y apporte aucune aide. HEIPERTZ dit que c'est la forme passive de l'équitation thérapeutique. Le sujet subit, s'adapte et pour finir apprécie les mouvements rythmés produits par le cheval. Dans une séance d'hippothérapie, le cheval peut être au pas, au trot ou au galop. Il peut être mené à la longe ou être libre dans le manège.

*Thérapie équestre.* Littéralement c'est soigner par l'équitation. C'est en quelque sorte l'utilisation de l'équitation en tant qu'application thérapeutique. Toute limites gardées naturellement face au handicap de la personne. Je veux dire que l'on utilise d'une manière consciente et active ce que l'on n'a pas fait (ou pas voulu faire) en hippothérapie. L'apprentissage du transfert du poids — chose extrêmement importante en dressage — et l'adjonction du geste au mouvement du cheval; le mouvement et le geste sont selon LALLERY les deux réactions motrices importantes pour une thérapie équestre convenable. Cela veut dire que l'un et l'autre, pris individuellement, peuvent ne pas être suffisant pour une thérapie optimale. L'un étant en quelque sorte le réacteur de l'autre dans le succès physiothérapeutique.

*Equitation thérapeutique.* Littéralement c'est l'équitation qui soigne. En somme l'utilisation pure et simple de tout l'art de l'équitation en tant que moyen thérapeutique. Cette forme est très répandue dans les pays nordiques. Par manque de thérapeutes ou tout simplement parce que l'équitation à elle seule peut suffire à la rééducation. «*Ge-sundheitsarbeit*» comme l'appelle REICHENBACH. L'équitation peut ici calmer un nerveux, enlever la crainte d'un névrosé ou d'un complexé, faire sortir de lui-même un autiste ou un timide. L'équitation est utilisée pour rééduquer un système circulatoire, assurer un bon fonctionnement cardiaque ou un bon équilibre psychique. C'est selon HIPPOCRATES, le rythme bienfaisant de l'équitation. Déjà TISSOT au XVIII<sup>e</sup> siècle conseillait: «Si vous ne supportez pas le trot ou le galop vous devez

aller au pas et cela jusqu'à vous sentir assez fort pour monter tous les jours à cheval environ trois heures avant le repas de midi».

## 2) Domaine médico-pédagogique et psycho-thérapeutique

D'emblée il faut dire que ce domaine se superpose au domaine médical pur. Surtout de nos jours où les inadaptations pédagogiques, les maladies psychiques, psycho-organiques, les troubles psycho-sensori-moteurs ou psychoses sont de plus en plus nombreuses. Il n'y en a probablement pas plus de nos jours qu'il n'y en avait il y a cinquante ou cent ans, mais on les connaît mieux et on cherche à les traiter. Là, le cheval peut être un excellent «thérapeute». Nous utilisons la thérapie équestre, l'équitation thérapeutique et l'équitation d'activation.

Les deux premières ont été définies plus haut. Quant à l'équitation d'activation c'est la stimulation des possibilités physiques, psychiques, mentales, intellectuelles et biologiques d'un individu grâce à l'équitation. Par l'intermédiaire du cheval et de tout ce qui s'y rapporte une impulsion nouvelle est donnée. Le sujet est poussé à sortir de son monde pour entrer dans celui du manège et des gens qui s'y trouvent. Le cheval est un médiateur fascinant, le facteur affectif et psychique est important en toute rééducation. L'entrée dans ce monde nouveau va susciter sympathie ou antipathie. Toute notre vie est caractérisée par une perpétuelle fluctuation entre ces deux pôles primordiaux. L'oscillation entre deux contraires crée un rythme. Rythme donné par le cheval. Le berçement est important car il sécurise. Lorsqu'on berce un petit enfant on donne un aliment à son activité rythmique, on harmonise son affectivité. La personne sur son cheval est berçée. Les mouvements rythmés la pénètrent et deviennent une chose agréable, équilibrante. L'équitation d'activation donne ou redonne confiance, permet de trouver ou de retrouver un équilibre. L'agressivité diminue, le comportement social est plus agréable. Même si, du point de vue équestre on n'observe pas de progrès après deux ou trois ans de pratique. Le succès n'est pas équestre, mais on l'observe à l'école dans le comportement social chez des enfants mentalement handicapés.

Un cours d'équitation d'activation est fonction des différents sujets. On tente de les grouper selon leur constitution (c'est-à-dire de ce qui est) ou selon leur tempérament (c'est-à-dire de ce qui devient, de ce qui évolue). Le tempérament — état dynamique — repose sur la constitution — état statique

— du sujet. On prendra en considération aussi l'âge et les possibilités équestres.

Le *dressage* et les *cours de voltige* peuvent être considérés suivant l'interprétation qu'on leur donne comme une forme d'éducation ou de rééducation. Un procédé pédagogique ou médico-pédagogique.

Le dressage comme les cours de voltige peut être un moyen excellent de réadaptation pour un enfant caractériel ou en pleine crise d'adolescence. Exemple: enfant de douze ans; problèmes scolaires; agressif envers ses parents et son entourage; n'a pas d'intérêt précis ni de persévérance. Conseil: équitation — dressage, voltige. Constatations: insensiblement après plusieurs séances l'enfant se met à obéir à la maison, à mieux suivre ses cours en classe. Au manège, l'enfant est contraint d'obéir; avec son cheval il doit rester en groupe, tourner à gauche lorsque tout le monde tourne à gauche, s'arrêter quand tout le monde s'arrête, etc. Il le fait avec plaisir, car c'est pour son cheval. Par l'équitation on développe chez cet enfant la docilité, le courage et une nouvelle joie de vivre à l'encontre de la passivité. Il y a d'autres activités sportives qui permettent un telle «rééducation», mais il faut faire un choix. Ici, ce fut le cheval. Cette rééducation est valable non seulement pour les enfants, mais aussi pour les adolescents et les adultes. Lorsqu'un adulte entre en contact avec le milieu du cheval, sans qu'il s'en aperçoive il est confronté à lui-même, face à son entourage; il arrondit ses angles et retrouve un certain équilibre tant intérieur qu'extérieur.

## 3) Domaine sportif

Dressage, saut, voltige, randonnées concours divers, conduite d'une voiture hippomobile sont des exercices — adaptés naturellement — très intéressants pour les handicapés aussi bien physiques que mentaux.

Le sport pour handicapés doit, dans chaque cas, savoir se donner un but, mais pas de limite. De ce but dépend la réussite et la satisfaction de tous. Mais l'équitation pour handicapés n'a pas encore trouvé sa vraie place dans le domaine sportif. La pratique en existe dans certains pays du Nord, comme en Suisse pour d'autres disciplines sportives. Une bonne structuration reste encore à faire. Il y a bien des handicapés physiques qui pratiquent comme sport l'équitation mais c'est une exception.

L'équitation sportive avec des handicapés nécessitera — comme dans le domaine médical et médico-pédagogique — une colla-

boration très étroite entre médecin, thérapeute, éducateur, psychologue et professeur d'équitation.

L'analyse brève de *l'équitation pour handicapés* peut se ramener à trois points essentiels:

- 1) contrôle médical avant toute équitation;
- 2) observation de l'effet positivement gymnique et relationnel de l'équitation;
- 3) application stricte du dosage.

1. Avant de commencer l'équitation avec un handicapé physique, psychique ou mental, il est indispensable d'avoir *l'avis du médecin traitant*. Aucune personne handicapée ne doit monter sur un cheval sans une analyse complète de son handicap.

2. Sur le dos d'un cheval, on s'aperçoit immédiatement que pour s'y maintenir un certain équilibre est nécessaire. Cet équilibre est dynamique. Il ne s'agit pas d'un point fixe et stable. Mais bien de quelque chose en mouvement. On doit se rétablir constamment sagitalement et latéralement. Chaque mouvement de l'homme ou de l'animal demande un nouveau réajustement de l'équilibre. C'est ce que les professeurs d'équitation ne cessent de répéter à leurs élèves: il faut suivre le mouvement du cheval. Ce réajustement ne se fait pas par simple mouvement du pied ou de la tête, mais porte toujours sur le corps tout entier, c'est donc un réajustement complexe. L'épicentre de ce réajustement se trouve dans une «nouvelle articulation» (LALLERY), celle formée entre les fessiers de l'homme et le dos du cheval. Chaque mouvement du cheval y est transmis comme chaque mouvement de tout ou partie du corps de l'homme se trouvant sur l'animal. Le rééquilibre s'effectue ensuite au départ des lombes. Ainsi, tout mouvement de membre perturbant l'équilibre est rétabli au niveau des lombes; réciproquement, tout mouvement des lombes provoque un réajustement au niveau des membres, ainsi chaque mouvement du cheval provoque un réajustement de l'équilibre à travers le corps tout entier. Cette boucle fermée démontre *le côté gymnique de l'équitation*. Cette gymnastique corporelle complexe est un des facteurs importants de l'équitation avec des handicapés.

Mais l'équitation a aussi un facteur psychologique très important: *l'apport de relation nouvelle*. En effet, le cheval nous met en relation avec lui-même, avec

son monde (l'écurie, les autres cavaliers, la nature et les autres animaux).

Si quelqu'un choisit l'équitation, d'emblée il demande de participer. Il doit affronter un cheval, un autre cavalier, une nouvelle ambiance, un professeur d'équitation, un éducateur ou un thérapeute. En outre, la rééducation de la sensibilité profonde donne au sujet des sensibilités statiques et dynamiques nouvelles. Elle agrandit son champ d'expérience et stimule son développement physique, intellectuel et psychique.

### 3. Application stricte du dosage

Tout est nocif lorsque l'on abuse. Avec des handicapés on ne doit pas viser à des performances équestres. Il n'y a pas plus de dangers à cheval — lors de la rééducation — qu'il n'y en a en physiothérapie conventionnelle. Le travail est fait en fonction d'un enfant, d'un adolescent ou d'un adulte, de son handicap et de ses possibilités et non en vue d'un exploit.

Au début des séances d'équitation avec des handicapés on aura soin de commencer le travail à la longe, dans un manège et sans spectateur. On évite tout facteur exogène qui perturbe le cheval autant que l'enfant. Les séances auront lieu à l'intérieur tant que le sujet et le cheval ne sont pas habitués l'un à l'autre. Ensuite, on pourra travailler à l'extérieur ou à l'intérieur indifféremment. Il faut savoir s'adapter à chaque situation, à chaque emplacement, à chaque cas. Il n'y a pas de règle absolue. Chacun doit pouvoir trouver sa propre progression dans le travail.

### Pour qui l'hippothérapie, la rééducation par l'équitation?

Le champ d'application de l'équitation en tant que thérapie est très grand. Sans chercher à savoir si l'on utilisera l'hippothérapie, la thérapie équestre, l'équitation thérapeutique ou l'équitation médico-pédagogique on peut dans un *premier groupe* classer *les paralysies* — tant d'origine cérébrale, médullaire que musculaire. Le but thérapeutique consistera à renforcer la musculature existante et à rétablir un jeu musculaire optimal (chez une ancienne poliomyalgie par exemple). Ou à obtenir une décontraction du tronc, du petit bassin et des adducteurs des jambes (chez un spastique ou une sclérose en plaques par exemple). La complexité de ce premier groupe est grande et demande une expérience certaine non seulement dans le domaine équestre, mais

aussi dans le domaine thérapeutique des traitements neuro-physiologiques selon Bobath, Kabat, Vojta ou autres.

Dans un *deuxième groupe* on classe *les malades psychiques ou mentaux*. Ce domaine est aussi complexe, mais les résultats sont très favorables. Le cheval apporte un nouvel équilibre au névrosé, au complexé ou au timide. Le sujet, grâce au cheval, est contraint de sortir de son monde pour participer à la vie du manège.

Dans un *troisième groupe* on peut caser *tout le reste*. Les rhumatisants, entre les périodes inflammatoires. La mobilisation active et passive, l'irrigation sanguine augmentée, l'ajustement du tonus et la décontraction antalgique incitent en faveur de l'équitation chez ces patients.

Viennent ensuite les cas d'uropathie, les affections cardio-vasculaires — où l'on souhaite une augmentation progressive de l'effort. La médecine interne, la gériatrie, la chirurgie ou l'orthopédie peuvent aussi en profiter.

L'utilisation du cheval comme «thérapeute» n'est certainement pas le seul moyen d'aider ces malades. Si le cheval a été employé dans ces divers domaines c'est souvent pour d'autres raisons: grand nombre de malades du même type, manque de thérapeutes ou d'éducateurs, chevaux suffisants à disposition.

Le choix du cheval-thérapeute ne suppose pas une race précise, mais un caractère bien défini. Cela est difficile à expliquer; pour l'équitation avec des handicapés il faut pouvoir dresser (bien dresser et non pas dompter) son propre cheval thérapeutique.

Il faut que le cheval s'accoutume à son entourage. Le cheval doit être paisible, attentif, aimant aller de l'avant, ni excité, ni excitant. On lui demande d'avoir une assiette confortable dans chaque allure, un dos ni

trop rigide et ni trop souple. Ces caractéristiques sont données par les hommes! Le cheval «devient» un peu ce que l'on veut. Le cheval thérapeutique dépend du dressage appliqué. LORENZ dit bien qu'il n'y a pas d'intelligence animal, mais de l'intuition. Cette intuition permettra au cheval-thérapeute que l'on dressera d'accepter des handicapés. Il apprendra à les connaître. Qu'importe que l'on choisisse un poney d'Islande ou tout simplement un Haflinger, tout est question de dosage dans le dressage. Et naturellement aussi de l'utilisation qu'on en fait: avec des enfants, des adolescents ou des adultes. De la région où l'on se trouve.

Pour trouver sa voie dans la physiothérapie ou dans l'éducation, l'équitation thérapeutique doit être considérée comme une thérapie non spécifique — ce n'est pas un médicament «contre quelque chose». C'est une aide à la rééducation. Complément à la physiothérapie conventionnelle en salle ou à l'éducation de tous les jours.

Pour conclure, il faut dire que l'hippothérapie, la thérapie équestre ou l'équitation thérapeutique ne doivent être qu'une étape seulement vers l'indépendance, l'autonomie. L'équitation n'étant généralement pas prise comme rééducation en tant que telle, ce n'est de la rééducation que pour celui qui l'applique. Il faut que l'enfant ou l'adulte qui la pratique arrive à se libérer au mieux et au plus vite de la thérapie et que sans contrôle, sans remarque, indépendant, il puisse réaliser ce qu'il a désiré au fond du cœur depuis fort longtemps: *faire comme les autres*.

#### *Adresses des auteurs:*

Dr méd. E. de WOLFF et  
Martin-François BENZ  
1950 Sion