

Coup de projecteur sur un projet exceptionnel pour les adolescents de Negba à Beer- Sheva

A l'attention de Mme Brigitte Bigar

Septembre 2018

EQUITATION THERAPEUTIQUE POUR LES JEUNES DE NEGBA, COMME MOYEN D'EMANCIPATION

Au cours des deux derniers mois, les membres du Club des adolescents de Negba à Beer Shava ont expérimenté un atelier exceptionnel d'équitation dans un ranch à proximité de la ville. Cet atelier n'a pas consisté qu'en une série de balades divertissantes, mais plutôt en un véritable programme de thérapie par l'équitation, une méthode dont l'efficacité est reconnue par les professionnels de santé de par son efficacité à faire progresser les capacités émotionnelles, physiques, sociales et cognitives des individus.

Le premier cours a commencé par des explications sur les chevaux ainsi que sur les engagements et les tâches que ceux-ci requièrent. Suite à cela les jeunes se sont retrouvés littéralement en selle tout le reste du temps, s'occupant des chevaux, les lavant, les brossant, les bouchonnant et bien sûr les montant.



“ C'était tellement sympa ; j'ai vraiment adoré mon cheval “ a déclaré Ouri, 14 ans. “ C'était tellement cool que j'ai appris à le diriger et à lui faire obéir à toutes sortes d'ordres comme marcher, tourner et s'arrêter. Je me sentais vraiment responsable “.

Mais il a fallu un certain pour que ces jeunes assument les responsabilités qu'ils avaient à affronter. Certains comme Tehila, 13 ans, ont dû combattre leurs peurs “au début j'étais terriblement effrayée” se souvient-elle. “ Je n'aimais pas spécialement les animaux mais au fur et à mesure des cours j'ai appris à aimer mon cheval, et je n'ai plus eu peur du tout”. Chaque jeune a fini par développer un lien très fort avec son cheval, et au bout du compte ils ont appris beaucoup de choses sur eux-mêmes.

Cette expérience équestre, comme tous les autres modules proposés dans le cadre du Club des adolescents, aide les jeunes à s'émanciper et leur apprend à se confronter à des défis à la fois en



matière de discipline et de capacité à surmonter les difficultés. “ Quand j'étais sur mon cheval, j'avais un tel sentiment de puissance en ressentant que je contrôlais la situation ; J'avais une vraie confiance en moi “ explique Kessem, 16 ans.

Un grand merci à Mme Brigitte Bigar et l'organisation Israel Mitzvah Horses pour leur générosité et leur soutien dans la réalisation de ce magnifique projet.