ASD
Gruppo Sportivo Terapeutico
ANFFAS
Via della Canapa, 10/12 - 44122 FERRARA
Tel. 0532 593074 - Fax 0532 775941
e-mail: gstanffas@virgilio.it
www.gstanffas.net

1958 2008
Anffas® Onlus
Uso del marchio autorizzato dal Consiglio Direttivo Nazionale con delibera del 17-18/09/04

RIABILITAZIONE EQUESTRE

Il Gruppo Sportivo Terapeutico Anffas è una associazione sportiva dilettantistica a marchio Anffas, marchio riconosciuto a livello nazionale e sovra nazionale, in particolare per le attività associative legate agli aspetti di tutela dei diritti umani e civili delle persone con disabilità intellettiva e relazionale e delle loro famiglie; di promozione e gestione delle attività e dei servizi in campo sociale e socio assistenziale.

L'ente opera nella Provincia di Ferrara e la sua mission è organizzare attività sportive per persone disabili, quindi riabilitazione equestre, nuoto e attività motoria.

L'attività equestre è partita nel lontano 1986 presso l'ippodromo comunale di Ferrara.
Attualmente l'associazione è proprietaria di tre cavalli e svolge l'attività con 38 utenti che frequentano settimanalmente.

Il progetto di Riabilitazione Equestre svolto dalla nostra associazione, riconosciuta C.R.E. A.N.I.R.E. (Associazione Nazionale Italiana di Riabilitazione Equestre) realizza un **percorso di riabilitazione e crescita sportiva**, di **stimolazione intellettivo-relazionale e fisica**, in grado di amplificare l'intervento sull'utente e creare percorsi personalizzati senza limitare le capacità residue di ognuno ma stimolandole intervenendo di fatto a 360° con tutto ciò che attraverso il cavallo è di beneficio all'uomo.
Nel dettaglio l'attività che si organizza con le persone disabili frequentanti è la seguente:

- **Scuderia**: tramite la pulizia del cavallo e del suo box, viene favorita la coordinazione dei movimenti nella persona disabile, inoltre, dato il lavoro in prima persona, vi è un aumento dell'autostima. Quest'ultima si avrà anche attraverso un processo di identificazione del cavaliere col cavallo in quanto vi è un richiamo alla cura di sé.

- **Grooming**: attraverso la pulizia e la cura del cavallo, oltre ad un rimando alla propria cura personale, viene creato uno scambio emozionale dato dal piacere del cavaliere nel dare piacere al cavallo. Questo contatto empatico permette di instaurare un sentimento di fiducia reciproca tra le due parti. Inoltre, il lavoro in prima persona comporta un aumento dell'autostima ed, in particolare, attraverso il grooming avviene la scoperta del corpo del cavallo, che grazie alla creazione di una sua rappresentazione mentale, facilita nell'utente l'acquisizione del proprio schema corporeo. Per un miglioramento della manualità fine (pressione, precisione ed efficacia nell'uso del movimento) e della coordinazione degli arti superiori è fondamentale focalizzarsi sull'uso corretto degli strumenti necessari, quali brusca, striglia ecc… .

- **Insellaggio**: la corretta esecuzione dell'insellaggio, sia in termini di ordine che di effettuazione vera e propria, favorisce una maggiore memorizzazione e visualizzazione del compito permettendo di creare e favorire la produzione di pensieri concreti ed astratti. Diventa importante l'utilizzo corretto dei vari strumenti (finimenti), come l'allacciamento della testiera, che tramite le piccole parti da cui sono composti favoriscono le capacità mnemoniche e le abilità motorie fini.

- **Conduzione a mano** e lavoro alla longe: svolgendo percorsi prima singolarmente e poi conducendo a mano il cavallo, utilizzando a volte la longe, viene facilitata l'acquisizione della fisicità del cavallo e del suo movimento nello spazio, andando a valutare anche la presenza dell'altro (cavallo) di cui l'utente diviene conduttore da un'altra prospettiva (da terra). Questo passaggio ad una parte più attiva aumenta l'orientamento visuo-spaziale, in quanto la persona deve tenere conto anche degli spazi dell'animale, migliorando il rapporto empatico tra le due parti.
- **Montare in sella e guidare il cavallo**: vi è una gestione attiva del cavallo. Montare e condurre un animale così imponente e fiero richiama alla sua libertà e alla riuscita di un'impresa e di conseguenza ne giova l'autostima. Anche il senso di orientamento visuo-spaziale, la motricità grossolana e la rappresentazione mentale del proprio corpo ne risentiranno positivamente: viene richiesta coordinazione ed uso di tutto ciò che fisicamente aiuta a comunicare con il cavallo. Braccia, gambe, tronco e voce diventano fondamentali.

- **Volteggio e trotto**: la ricerca dell'equilibrio diventa importante se si vuole restare seduti sul cavallo, ciò diventa possibile grazie alla coordinazione degli arti superiori ed inferiori. Tutto ciò insieme alla comunicazione verbale e a quella non verbale aiutano il cavaliere e il cavallo a fidarsi l'uno dell'altro condividendo un percorso comune. Il ritmo dato dall'animale permette il rilassamento psicologico, dato dalla relazione positiva tra cavallo e uomo, che crea sentimenti di piacevolezza e gioia e il rilassamento fisico, dato dal movimento oscillatorio, che rilassa i nervi e aggiusta il tono muscolare (rilassa dove c'è tensione e lo rende reattivo). Di fondamentale importanza è la stimolazione emotiva data dal cavallo e dall'ambiente in cui si trova che producono una serenità fisica e

mentale il cui connubio porta forti sensazioni, difficili da provare in altri contesti e che spingono all'autonomia. Anche il contatto fisico col cavallo (è caldo, vivo, rende indipendenti) partecipa a questo scopo.

- **Percorsi**: la simulazione di percorsi effettuati a piedi con il cavallo o senza crea delle rappresentazioni mentali che permetteranno all'utente di ripercorrere la strada in un secondo momento montando a cavallo sviluppando, così, un cambio d'orientamento visuo-spaziale. Inoltre lungo i percorsi sono posizionati vari oggetti che devono essere spostati stando seduti sul cavallo e viene richiesta concentrazione e coordinazione dei quattro arti e del tronco, ciò favorisce sia la motricità grossolana, usata nel condurre il cavallo, sia la motricità fine, usata nello spostamento degli oggetti.

Gruppo di lavoro
Personale **operativo qualificato** presente durante lo svolgimento dell'attività:
- Tecnico istruttore specializzato in disabilità e riabilitazione equestre presso l'Anire, nonché tecnico di equitazione F.I.S.E. ed E.D.A. Sefitalia;
- Ausiliario specializzato in disabilità e riabilitazione equestre presso l'Anire;
- Psicologo specializzato in Psicologia Clinico-Dinamica
- Fisioterapista
- Volontari con esperienza in ambito equestre e formati a tale scopo

Gli incontri a cadenza settimanale consentono di svolgere esercizi da terra e attività di grooming, mentre il lavoro in sella, attraverso esercizi mirati e con la collaborazione di un fisioterapista, è finalizzato al miglioramento delle abilità motorie per arrivare alla conduzione e gestione del cavallo.
Il progetto mira quindi ad ottenere una **partecipazione attiva** degli utenti, con tempistiche diverse a seconda delle abilità residue dell'utente ma mantenendo un percorso comune negli obiettivi con il fine ultimo dell'autonomia.
Sono presenti il Tecnico Equestre, l'ausiliario, mentre con il Fisioterapista e lo Psicologo sono programmati alcuni incontri fornendo così nuovi stimoli agli utenti e rendendo gli interventi più completi per il raggiungimento degli obiettivi psicofisici prestabiliti. Ogni gruppo verrà da lui osservato all'inizio, a metà e a fine percorso.