Télérama
2 AVRIL — 8 AVRIL 2014

EMMÈNE TES PARENTS!

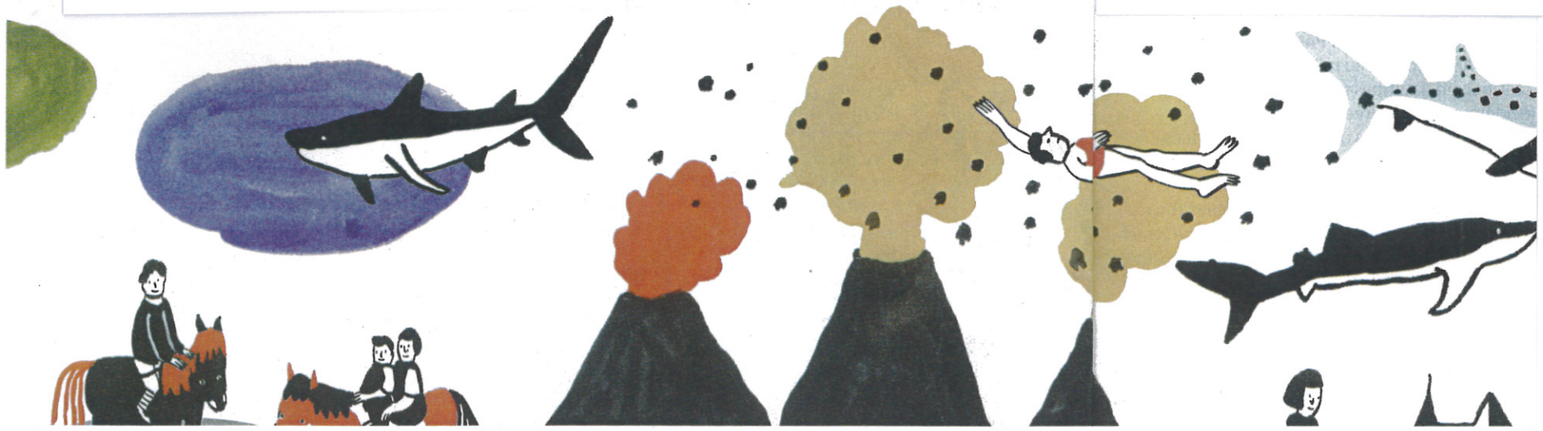
POUR LES SPORTIFS

LORSQUE LE PONEY PARAÎT...

DE 1 À 4 ANS. Dans le Poitou se trouve un club équestre vraiment unique. Cela tient avant tout au charisme de Josette Rabouan, créatrice en 1988 de l'activité «bébé-cavalier» (1). Une approche originale du canasson qui fait découvrir aux petits (de 12 mois à 4 ans) les joies de l'équitation. Parfois même avant de savoir marcher! Pour beaucoup de générations de parents passés par ses cours, Josette Rabouan est «la Françoise Dolto du cheval». D'ailleurs, l'observer instaurer une relation de confiance avec les bambins est aussi instructif que captivant. Elle réunit tout d'abord parents et enfants dans une grande salle: les petits se présentent, s'applaudissent pour s'accueillir, s'encourager. Un poney leur est attribué en fonction de leur taille mais aussi de leur nature. Ceux qui le peuvent portent leur selle comme de vrais cavaliers et brossent l'animal avant de le conduire au manège. Josette Rabouan leur propose ensuite de faire le tour de leur poney en fermant les yeux tout en le caressant. *«Le lâcher-prise intellectuel vient naturellement»,* remarque-t-elle.

Après cette rencontre sensorielle, elle invite les petits à jouer aux images à deviner. Les réponses fusent joyeusement. Le groupe ne pense plus aux poneys, évacuant ainsi une éventuelle anxiété. *«Cet exercice est aussi destiné à stimuler leur attention avant de monter en selle»,* ajoute-t-elle. Ensuite, bien installés sur leur monture, les voici qui enchaînent une série de chorégraphies à la fois ludiques et apaisantes, au rythme de comptines et de morceaux de musique classique. A les voir tout à fait détendus, on devine qu'ils ont déjà oublié qu'ils trottaient. Les parents, médusés par cette rapide évolution, voient leurs enfants achever la matinée debout sur le poney, fièrement en équilibre comme des acrobates, forts d'une sérénité stupéfiante. Une activité parfaite pour développer l'estime de soi et l'autonomie des plus petits. — ***C.L.***

(1) *Journal d'un bébé-cavalier,* de Josette Rabouan, Ed. Belin.

Y aller Paris-Poitiers en TGV (1h40), puis 30 min. de voiture jusqu'à Liniers | Club hippique et poney-club de la forêt de Moulière, La Chaise, Liniers (86) | 05 49 56 60 09 | mouliere.com

Faire Activité bébés cavaliers | Sam. et dim. 9-12h + repas | 47€ | Week-end 2 jours à partir de 210€ (pension complète et équitation).