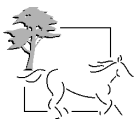


Hiver 09

Devenez membre
et inscrivez-vous
Téléphone : 026/470.18.64
Messagerie : Equivia@bluewin.ch

RETROUVEZ NOUS SUR LE WEB!
WWW.EQUIVIA.CH

Association réseau équestre Ouest
fribourgeois



EQUIVIA

Fondée le 10 mai 2002 par une vingtaine de cavaliers et meneurs de la région, l'association a pour but la création et l'entretien d'un réseau équestre régional, ainsi que de sensibiliser les cavaliers au respect de la nature et à la bonne cohabitation avec les propriétaires et autres usagers de la forêt.

A vos agendas!



Equi-calendrier 2010

Janvier- février

Entraînements de saut à
Corninboeuf

26 février

Assemblée générale d'Equivia

Le 5 avril

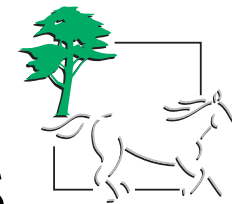
Rallye de Pâques à Corserey

14-18 avril

World Cup Geneva
www.worldcupgeneva.com



Hiver 2009



EQUI-NEWS

www.equivia.ch



Boutique



L'étrier

Articles d'équitation

Daniela Capoferri
1746 Prez-vers-Noréaz

Lundi-vendredi : 14h00 à 19h00
Samedi : 09h00 à 17h00

Psychologue

propose

des interventions thérapeutiques

assistées par le cheval,

pour enfants/adolescents/adultes ayant des difficultés sensorielles, physiques, psychologiques, mentales, comportementales ou sociales.

Lieu : Ecuries du Châtaignier – Corserey (manège).

Renseignements : 079/289 14 17
Maryline Python

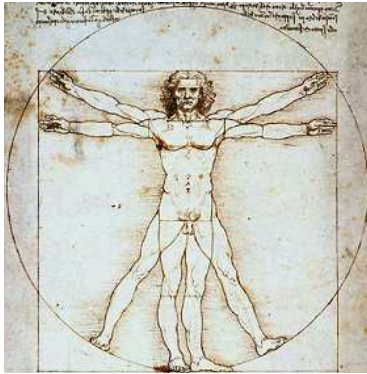


Pour la prochaine parution du journal...juin 2010

N'hésitez pas et faites-nous partager vos récits, vos expériences ou vos petites astuces qui facilitent la vie du cavalier ou du cheval.

*Faites parvenir votre courrier par e-mail à l'adresse suivante
regine.wolpert@bluewin.ch*

**Un grand
MERCI à nos sponsors
du Horseatlon !**



BIEN-ETRE
Tensions, stress, manque
d'énergie
symptômes physiques dimi-
nuent
votre qualité de vie ?

Bernadette Droz
☎ 077 412 69 89
1747 Corserey

Essayez
La méthode Grinberg,
ou le REIKI

079 688 29 23

Fabienne Montani
physiothérapie animale

Hiver 09
N° 14

Equi-news

Equivia

Equi-bref

Chers membres, lecteurs et lectrices
L'année 2009 arrive à sa fin et nous espérons que tout s'est bien passé pour vous et vos montures.

Nous voici déjà à l'orée de Noël et nous nous retrouvons pour un nouveau numéro d'Equineews. En septembre dernier, Equivia a organisé son deuxième « Horsesathlon » à Corserey, qui nous le souhaitons, deviendra aussi traditionnel que le Rallye de Pâques. Celui-ci s'est déroulé à l'image de sa discipline, dans une ambiance calme et agréable .

Dans ce numéro, vous découvrirez notamment des interviews de cavaliers nouveaux venus et donc nouveaux pratiquants du réseau Equivia, qui nous ferons part de leurs impressions quant à leur pratique des chemins. En ce qui concerne les habitués, nous espérons que vous en profitez toujours pleinement .

Les rédactrices vous souhaitent de belles balades sur les chemins enneigés d'Equivia cet hiver et vous adressent leurs meilleurs vœux pour les fêtes de fin d'année !

Vos rédactrices
Bernadette Droz, Danielle Gagnaux,
Maryline Python, Régine Wölpert

A NOTER
Assemblée générale
Le vendredi
26 février
10
À 20:00

Equinews ... passé ... présent avenir



Le moteur d'une association réside dans la motivation de ses membres. Tout un thème, me direz-vous ! Eh oui, notre génération loisir génère des loisirs, toutes sortes de loisirs, elle en génère même tant que ... Soyons honnêtes, ceux qui parmi vous font partie d'une association, d'un comité, connaissent l'angoisse de se retrouver seul, des téléphones la veille des manifestations. On y croit tous, à notre mission divine, on essaie tous de trouver un moyen d'entretenir le dynamisme de notre chère association ou société et le doute nous ronge. Et puis, si l'on prend un peu de recul, on se rend compte que notre angoisse de la solitude est parfois : vaine !

Un rallye de Pâques est organisé avec plus de 200 participants, une sortie Equivia dans la détente et la bonne humeur a rassemblé quelques 30 chevaux, 4 attelages, le Horseathlon a attiré plus de 60 départs, une matinée d'entretien des chemins a rassemblé une douzaine de bonnes mains, le réseau se développe dans des communes avoisinantes, et pourtant chaque fois l'angoisse des bénévoles, de l'aide, du soutien. Chaque fois, surprise, chaque fois la magie de l'association, de la motivation, de la solidarité est au rendez-vous, chaque fois bon nombre d'entre vous répondent présent et votre comité a un ouf de soulagement, se sent soutenu et c'est reparti pour un tour ...

E-News: Sind Warzen ansteckend von Pferd zu Pferd, oder eventuell sogar auf den Menschen übertragbar ?

Ch. Roggen: Ja und nein! Die Warzen sind nicht so sehr ansteckend, auch wenn es sich um einen Virus handelt. In einer Familie, in welches ein Kind unter Fusswarzen leidet, werden diese nicht automatisch auf alle Familienmitglieder übertragen,

auch wenn alle barfuss duschen. Dies zeigt, dass sie nicht so leicht übertragen werden. Das Immunsystem oder der psychische Allgemeinzustand muss geschwächt sein, um Warzen auslösende Viren in den Organismus eindringen zu lassen. Jedoch ist eine Warze beim Tier nicht auf den Menschen übertragbar.

E-News: Oft hört man, dass bei jungen Pferden Stress der Auslöser für Warzen sein kann. Sollte man daher eventuell die Stressfaktoren mit Bachblüten behandeln?

Ch. Roggen: Sicherlich! Das Nervensystem zu festigen ist in diesem Fall sehr wichtig, eventuell mit Anima-Strath mit einer täglichen Gabe von 20ml. Warum nicht auch Bachblüten verwenden (Rock Water, Impatiens, Vine Holly...), Spagyrische Essenzen (Passionsblume, Kawa Kawa, Melisse,...) oder auch Aetherische Oele (Lavendel, Niaouli)?



Equi-News: Wie lange dauert eine solche Behandlung ?

Ch. Roggen: Das ist schwierig zu sagen und ist auch situationsabhängig. Im Durchschnitt zwischen 3 Wochen und sechs bis 8 Monaten. Jeder Fall sollte einzeln betrachtet und behandelt werden, um ein optimales Ergebnis zu erhalten. Wir bedanken uns bei Christophe Roggen für diese Informationen. Bei eventuellen Rückfragen ist er unter estavayer@roggen.ch oder 026/663.85.63 zu erreichen.

Pour nos amis cavaliers alémaniques et pour exercer les cavaliers francophones, nous proposons une traduction...

Warzen beim Pferd

Meist befinden sie sich an ungünstigen Stellen (unter dem Sattelgurt oder dem Sattel) oder stören den Besitzer des Pferdes aus ästhetischen Gründen.

Gibt es eine Lösung, die Warzen – ohne Operation – wirksam zu bekämpfen? Wir haben Herrn Christophe Roggen, von der Drogerie Roggen in Estavayer-le-Lac befragt, der uns schon in verschiedenen Fällen sehr gute Lösungen anbieten konnte.

E-News Wie kann man Warzen beim Pferd behandeln ?

Ch. Roggen: *Bevor ich auf die Frage eingehe, möchte ich zunächst erklären, dass es verschiedene Arten von Warzen gibt, und dass es sich bei dem Auslöser immer um ein Virus handelt. Dieses greift eine Hautzelle oder die Schleimhaut an und dringt in den Zellkern ein, mit dem einzigen Ziel, sein genetisches Material zu verbreiten und sein Überleben zu sichern. Die DNA, die im Zellkern enthalten ist, besteht aus zwei ineinander verbundenen Zweigen RNS und das Virus, das diese angreift, nimmt sich die notwendigen Sequenzen und hinterlässt eine zerstörte Zelle. Diese zeigen sich durch abnorme Zellbildungen an der Hautoberfläche.*

Alle Warzen können im Prinzip lokal behandelt werden durch das Auftragen eines Pflanzensaftes der Pflanze mit dem Namen: „Chelidonium Majus“ oder einfacher: Warzenkraut! In unserer Drogerie stellen wir ein Mundspray gegen Warzen her, welches direkt in das Maul gegeben wird, 5 bis 10 Sprühstöße oder über die Nahrung.

Cette motivation, elle se traduit aussi par le présent Equineus qui me permet de vous remercier, de remercier chaudement celles et ceux qui sont là, qui répondent présents lorsque nous les sollicitons, au comité, à toutes les aides bienvenues lors de nos manifestations, à tous ceux qui travaillent dans l'ombre.

Mais il me faut maintenant vous parler aussi de l'Equineus, et remercier le nouveau team : Bernadette, Danielle, Maryline et Régine. L'Equineus nous a manqué cette année, et aujourd'hui, le phénix renaît de ses cendres.

Le revoilà, l'Equineus nouveau, quel beau cadeau de Noël pour Equivia, à déguster le soir, au calme. Je plaisante mais tout de même, ce bulletin est important pour notre association. Il est notre porte-parole et notre mémoire, le vecteur de notre philosophie et notre carte de visite.

Je vous encourage à le soutenir. Vos idées, papiers, suggestions, publicités, soutiens sont et seront toujours les bienvenus. Faites-lui bon accueil, distribuez-le, laissez-le traîner sur votre bureau, dans la salle d'attente !

Bonne lecture !

Olivier Bruttin

Un nouveau réseau équestre

Une loi méconnue

C'est une lettre qui déclencha la naissance du réseau équestre d'Autigny-Cottens. Elle provenait du Service des forêts et de la faune du canton de Fribourg et elle était adressée aux propriétaires de chevaux recensés dans ces deux communes. Elle rappelait ce qui fut une mauvaise surprise pour beaucoup : « le cyclisme, la circulations d'autres véhicules et l'équitation en forêt sont interdits en dehors des routes et des chemins carrossables ainsi qu'en dehors des parcours spécialement réservés » (art. 30 de la loi sur les forêts et la protection contre les catastrophes naturelles du 2 mars 1999). Un rapide recensement des chemins fréquemment parcourus à cheval montra l'étendue de la contrainte légale : une partie importante n'était pas des chemins forestiers carrossables !

La classique réaction de colère (les traces naturelles de nos chevaux sont insignifiantes par rapport aux profondes ornières creusées par les monstres mécaniques des forestiers, ...) fut en partie dissipée par une soirée d'information organisée par Frédéric Schneider, l'ingénieur forestier responsable de la région. Plutôt qu'épiloguer encore longuement sur la plainte d'un propriétaire de forêt et sur sa rancune envers le monde équestre, il fut décidé de constituer un réseau sur le modèle de celui de Corserey dans le cadre d'Equivia, partenaire reconnu par le Service des forêts.

Cette décision fit émerger des réalités méconnues. Tout d'abord, chacun dans notre pays a légalement le libre accès **à pieds** aux forêts et pâturages d'autrui.

Elles ne se transmettent donc pas si facilement. Il faut que l'organisme soit affaibli au niveau psychique ou immunitaire pour laisser pénétrer un virus tel qu'une verrue. Une verrue d'un animal ne se transmet pas à l'homme.

E-News : On entend souvent que les jeunes chevaux on des verrues dues au stress. Faudrait-il peut-être traiter les facteurs de stress par exemple avec les Fleurs de Bach ?

Ch. Roggen : Oui c'est sûr ! Fortifier le système nerveux de l'animal est essentiel et pour cela je préconise le fortifiant à base de levures plasmolysées Anima-Strath à raison de 20 ml par jour. Pourquoi pas aussi utiliser des élixirs floraux du Dr. Bach (Rock Water, Impatiens, Vine, Holly,...), des essences spagyriques (Passiflore, Kava kava, Melissa,...) ou encore une huile essentielle (Lavande fine, Niaouli) ?



E-News : Quelle durée faut-il envisager pour un traitement ?

Ch. Roggen : Cela est très difficile à évaluer, chaque situation étant différente. Mais, en moyenne, entre trois semaines et six à huit mois, nous pouvons espérer éradiquer les verrues présentes. Chaque cas devra être étudié individuellement pour un résultat optimal.

Nous remercions chaleureusement M. Roggen pour ces informations et pour toutes autres questions n'hésitez pas à le contacter : estavayer@roggen.ch. 026 663 85 63

Equi-conseils :

Lutter contre les verrues

Les verrues, y a-t-il vraiment une solution pour en venir à bout ? Nous avons posé des questions à M. Christophe Roggen, de la Droguerie Roggen à Estavayer-le-Lac.

E-News : Comment peut-on traiter les verrues chez les animaux?

Ch. Roggen : Avant de répondre à la question, je souhaite d'abord expliquer qu'il existe plusieurs types de verrues et que dans tous les cas, il s'agit d'un virus. Celui-ci s'installe dans une cellule de la peau ou de la muqueuse et pénètre dans le noyau cellulaire. Son unique but étant de pouvoir répliquer son matériel génétique afin de garantir son expansion et sa survie. En effet l'ADN contenu dans le noyau de la cellule est constitué de deux brins d'ARN entrelacés et le virus qui s'y attaque, prélève les séquences dont il a besoin en laissant derrière lui une cellule détruite. Des anomalies de cellules qui révèlent la présence du virus à la surface de la peau.

Les verrues peuvent en principe toutes être traitées par l'application locale de suc d'une plante nommée « chélidoine » *Chelidonium Majus* ou encore appelée « Herbe aux verrues » ! À la droguerie Roggen, nous fabriquons un spray spagyrique contre les verrues à donner par voie interne, 5 à 10 giclées en bouche ou sur l'aliment.

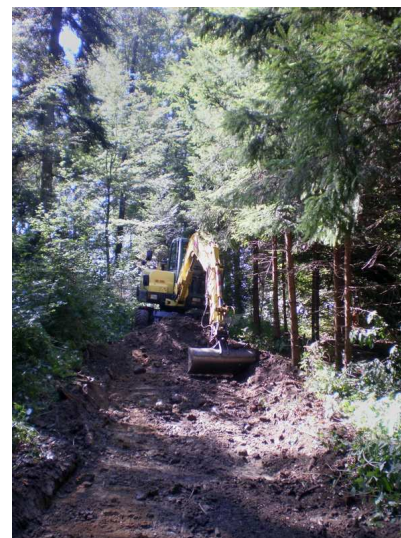
E-News : Les verrues sont-elles contagieuses pour les autres chevaux ou peut-être même pour l'humain ?

Ch. Roggen : Oui et non ! Les verrues ne sont pas si contagieuses que ça, malgré qu'il s'agit d'un virus. Dans une même famille un enfant qui a des verrues plantaires ne va pas les transmettre aux autres membres de la famille même si chacun prend sa douche pieds nus !

Pour le parcours à cheval hors des sentiers carrossables, il est nécessaire d'avoir une autorisation « d'exploitation préjudiciable », donnée par le Service des forêts et de la faune, après accord des propriétaires fonciers.

Rencontre de l'efficacité et de la générosité

La promesse d'un appui moral et financier d'Equivia fut la base pour réaliser le réseau équestre d'Autigny-Cottens. Il fut décidé d'aménager en priorité un tronçon de chemin d'environ 200 m en mauvais état, reliant les communes d'Autigny et de Cottens. La grande chance pour réaliser cet aménagement fut la rencontre de l'efficacité et de la générosité.



L'efficacité de trois personnes : Christophe Demierre maniant avec dextérité une pelle hydraulique, Roland Berset charroyant placidement avec son tracteur les énormes volumes de terre végétale et de gravier et Christian Bovigny maîtrisant la lourdeur et les vibrations d'un rouleau compacteur. La générosité d'une entreprise de construction : Grisoni-Zaugg qui offrit gratuitement le tout-venant. Après deux jours et demi de tra-

vail intense, le chemin, en partie défoncé, était devenu carrossable et prêt à accueillir les personnes aimant traverser cette forêt.

Une fois toutes les conventions signées, le réseau d'Autigny-Cottens pourra être officialisé et son tracé diffusé.

Il restera à trouver les meilleurs chemins pour le connecter au réseau de Corserey et à favoriser la création d'autres réseaux dans les régions contiguës, là où des « équestriens » se sentent à l'étroit en se baladant uniquement sur des chemins carrossables et mal à l'aise sur des chemins légalement défendus.

Le plaisir de se balader sur un chemin aménagé grâce à la solidarité et au bénévolat.



Plus d'état ou plus de bénévolat et de liberté ?

*A la base de la création et de la pérennité de ces réseaux, il y a le respect d'autrui (les autres utilisateurs du milieu forestier, les propriétaires des forêts et des champs), ainsi que la solidarité et le bénévolat, deux vertus qui ne sont pas naturelles, mais auxquelles chacun a la possibilité de donner une dimension personnelle. On peut encourager l'Etat à aménager et gérer des chemins équestres sur lesquels on se baladera avec une vignette ! Mais on n'aura plus la **joie de***

***se retrouver autour d'une table forestière après une matinée de corvée,** comme ce fut dernièrement le cas un beau samedi d'octobre pour les bénévoles du réseau de Corserey et d'Autigny-Cottens.*



Roger Daccord

A qui s'adresse la T.A.C. ?

La T.A.C. s'adresse à des personnes de tout âge ayant divers types de difficultés :

- ◆ *Psychiques (dépression, trouble de la personnalité, psychose infantile, etc.)*
- ◆ *Physiques (difficultés motrices et sensorielles)*
- ◆ *Relationnelles et sociales (troubles du comportement, échec scolaire, etc.)*
- ◆ *Une atteinte génétique (par ex. la trisomie 21)*
- ◆ *La T.A.C. est également souvent utilisée avec des personnes souffrant de problèmes de dépendance ou dans le milieu carcéral.*

Par qui la T.A.C. est-elle dispensée ?

La T.A.C doit être obligatoirement dispensée par des professionnels diplômés du secteur social, médical ou paramédical qui ont effectué une formation supplémentaire, spécialisée dans ce domaine.

Quelques sites internet :

- ◆ www.equisens.ch
- ◆ www.diacorps.fr
- ◆ www.handicheval.ch

Photo tiré du site Handicheval.ch



La thérapie avec le cheval (T.A.C.)

Qu'est-ce que la thérapie avec le cheval ?

En T.A.C., le cheval est un médiateur dans la relation entre le patient et le thérapeute, et surtout un partenaire. La T.A.C permet de travailler sur des objectifs définis, visant des améliorations **au niveau psychomoteur** (schéma corporel, construction de l'espace, coordination, etc.), **psychique** (image de soi, confiance en soi, gestion des émotions, etc.), **cognitif** (notamment lorsqu'un enfant connaît des blocages avec d'autres moyens didactiques), et **relationnel** (difficultés à entrer en contact avec autrui, difficultés de séparation, etc.). La progression équestre n'est pas un objectif en soi. Le patient ne monte pas forcément sur le cheval. On accorde beaucoup d'importance à la rencontre à pied, par exemples lors du pansage (contact peau à peau, échange relationnel) ou avec un cheval en liberté dans le manège.

Pourquoi le cheval ?

Le cheval ne juge pas, ne rejette pas. Il accepte la personne telle qu'elle est.

Animal-porteur : le cheval éveille naturellement des sensations proches de celles vécues dans les premiers mois de la vie dans la relation avec la mère: le fait d'être porté, balancé, de ressentir de la chaleur. Il se déplace dans un mouvement rythmé, qui favorise l'apaisement et rassure.

Animal-revalorisant : le cheval, par sa puissance et sa grande taille, valorise la personne. Sur le cheval, elle est au-dessus du monde environnant. De plus, le fait d'être capable de diriger/maîtriser le cheval redonne confiance en soi.

Le cheval-miroir de soi : le cheval a un rôle de révélateur. Il est très réceptif à la personne qui est en face de lui et réagit en fonction de celle-ci. De cette manière, il met en évidence la personnalité et les blocages de chacun d'entre nous.

Equi-reportage

Depuis quelques mois, deux cavaliers professionnels se sont installés au manège de Corserey, chacun avec plusieurs chevaux. Nous étions intéressées de connaître leur opinion sur notre réseau équestre et l'intérêt qu'ils portent à notre association.

Damien Dixon

Cavalier irlandais de saut au niveau international, il s'est installé à Corserey depuis le mois de juillet 2009. Il gère une écurie de chevaux et poneys de saut destinés à la vente, débourse et travaille les chevaux selon la demande du propriétaire et les amène en concours si désiré. Il a pu travailler en Suisse chez Willi Melliger et Pius Schwyzer et donne volontiers des cours pour pouvoir transmettre son savoir à ses élèves.



E-News : Que représente Equivia pour vous ?

DD : J'ai entendu un peu parler de cette société qui s'occupe d'entretenir un réseau équestre dans la forêt et je pense que c'est une très bonne idée. Moi-même, je ne vais probablement pas beaucoup profiter du réseau par manque de temps pour des ballades mais je deviendrais volontiers membre de la société pour soutenir cette idée.

E-News : Est-ce que vous avez des autres exemples comparables ? Comment c'est dans votre pays ?

DD : Non je n'en connais pas d'autres. En Irlande, par exemple, vous êtes libre d'aller où vous avez envie et nous profitons de cette liberté pour pouvoir organiser nos chasses au renard bien connues au dessus des frontières.

Nathalie Bruttin

Nathalie Bruttin est à Corserey depuis avril 2009. Valaisanne d'origine, elle gère le manège de Crans Montana : un manège de taille semblable à celui de Corserey, qui fonctionnait prioritairement avec le tourisme. Les clients de Nathalie étaient surtout des enfants en vacances d'été à Crans Montana. Nathalie et ses filles Inès et Eva ont suivi à Fribourg leur mari et papa Thierry, nommé architecte de la ville. Toute la famille est passionnée d'équitation et passe ses loisirs à s'occuper de sa douzaine de chevaux et poneys. Les week-ends sont souvent consacrés aux concours hippiques, auxquels les quatre participent avec assiduité. Nathalie aime bien enseigner l'équitation aux enfants et donner des cours de saut aux juniors qui vont en concours. Elle aime aussi former les jeunes chevaux et consacrer le reste de son temps à sa famille. Bien que réservée, elle dégage une personnalité ouverte et dynamique qui s'exprime dans le cadre de ses activités équestres et pédagogiques.



E-News : Que représente Equivia pour vous ?

NB : Je ne connais pas bien Equivia. Je sais que c'est une organisation qui s'occupe de l'entretien des chemins équestres et qui a mis sur pied un réseau pour les cavaliers. Je trouve que c'est vraiment bien. Je vais beaucoup en balade. Avec les jeunes chevaux c'est super. La région se prête très bien.

En Valais, on avait commencé à réfléchir à la question des parcours équestres parce qu'on avait les mêmes problèmes qu'ici en ce qui concerne la cohabitation avec les autres usagers, mais cela n'a jamais abouti. Je trouve que ce qu'on fait ici est très bien car ça diminue les conflits avec les autres gens (paysans, chasseurs, cyclistes, piétons). En Valais on avait passablement de frictions et je recevais régulièrement des courriers des autorités à cause des difficultés de cohabitation. Nous ne sommes pas encore membres d'Equivia mais c'est très volontiers que j'y inscris toute ma famille.

E-News : Comment trouvez-vous la région de Corserey ?

NB : Il y a moins de montagnes qu'en Valais (rire)..... La région de Crans Montana est magnifique. Il y a de très beaux paysages, mais ce n'est pas forcément facile pour les promenades à cheval. On doit beaucoup monter et descendre et passer plusieurs fois aux mêmes endroits. Ici, il y a davantage de possibilités de balades. C'est tout plat et on peut se promener facilement plusieurs heures sans passer à la même place. Il n'y a pas longtemps, je me suis perdue et j'ai passé deux heures et demie à retrouver mon chemin. La région de Corserey est très belle et je m'y sens bien. Elle me donne envie d'y rester !