

Shumbashaba Aide par le cheval

Créer des changements positifs dans la vie des participants grâce à leur rencontre avec des chevaux

Améliorer le bien-être physique, émotionnel et spirituel des habitants des communautés défavorisées grâce à des programmes de thérapie assistée par le cheval equine-assisted therapeutic programmes.



Lieu	Johannesburg, Afrique du Sud
Organisation	Shumbashaba Community Trust
Dates	1990 – en cours
Tranche d'âge	Jeunes enfants et jeunes adultes, et plus particulièrement les jeunes à risque ou handicapés
Participants	À ce jour, plus de 5 000 personnes ont participé au projet et le nombre ne cesse de croître chaque année
Partenaires	La Fédération Équestre Internationale (FEI), la Confédération sportive sud-africaine et le Comité olympique d'Afrique du Sud, les Jeux Olympiques spéciaux d'Afrique du Sud, la Fédération équestre d'Afrique du Sud, les universités locales, des donateurs privés et des organisations communautaires locales
Faits marquants	Shumbashaba est une fondation communautaire à but non lucratif pour le développement de la collectivité. L'initiative de Shumbashaba a été lancée à Diepsloot, municipalité défavorisée possédant une population de 138 329 habitants, dont 56 % sont des jeunes et des jeunes adultes. Les communautés voisines ont également bénéficié du projet, car l'ampleur de Shumbashaba ne cesse de croître. Les bilans établis ont révélé une augmentation de la confiance en soi, le sentiment d'avoir un but à atteindre et l'espoir d'un avenir meilleur chez les participants.
Pour inspiration	www.shumbashaba.co.za

Résumé

Le projet «Shumbashaba – Horses Helping People» s'appuie sur des programmes de thérapie assistée par le cheval, spécialement conçus pour améliorer le bien-être physique, émotionnel et spirituel des participants. Ces programmes de thérapie assistée par le cheval sont mis sur pied pour aider au développement personnel d'individus à risque. Les programmes éducatifs et d'apprentissage au contact des chevaux permettent d'acquérir des aptitudes à la vie quotidienne, à même de prévenir les intimidations et les conduites addictives, ainsi qu'un comportement pro-social. Des cours informels concernant le bien-être des chevaux et l'équitation, ainsi que des ateliers de formation pour bénévoles sont également offerts aux participants parallèlement aux programmes de développement technique et aux manifestations intégrées liées aux Jeux Paralympiques et aux Jeux Olympiques spéciaux. Bon nombre des programmes offerts se fondent sur des modèles créés et testés par l'Association de développement et d'apprentissage assistés par le cheval (EAGALA).

Clés du succès

Prise de conscience et acceptation communautaires

Shumbashaba a principalement mis l'accent sur la volonté de convaincre la communauté locale des bienfaits de ses programmes. Grâce à une combinaison de partenariat, d'actions de communication et d'expérience, cette volonté a eu pour résultat un accroissement des demandes émanant de la zone principalement ciblée de Diepsloot, mais également des zones défavorisées avoisinantes.

Collaboration avec les partenaires de la communauté

Shumbashaba s'appuie avant tout sur les partenariats établis avec les autres organisations actives auprès de la communauté locale, y compris le Centre de Bona Lesedi pour personnes handicapées, SANCA, SADAG, le club de développement Arsenal de Diepsloot, la Fondation Philisa Isizwe et les divers projets pour la jeunesse sud-africaine. D'autres partenaires issus des milieux sportifs, du monde commercial et des services sociaux sont aussi régulièrement contactés. Plus de 40 bénévoles aident au développement des programmes créés dans le cadre du projet de Shumbashaba, ce qui permet d'enregistrer chaque année un nombre croissant de participants.

Engagement pour des programmes fondés sur les faits

Les initiatives entreprises se fondent sur des faits et les résultats de recherches. Les informations réunies sont obtenues directement auprès de l'association EAGALA. Cette dernière a mis au point quantité de supports en matière de psychothérapie et d'apprentissage assistés par le cheval. Ces supports sont amplement exploités pour servir de base à la programmation des activités du projet de Shumbashaba sur le terrain, en particulier en ce qui concerne le développement personnel et l'acquisition d'aptitudes à la vie sociale quotidienne.



Objectifs de Sport et société active

Promouvoir le sport et l'activité physique

La mise sur pied de programmes pratiques encourage l'acquisition d'aptitudes physiques par les participants, grâce à des activités comme rouler, sauter, faire la roue, faire des appuis renversés ou se tenir en équilibre. Ces compétences sont toutes mises en pratique sur un cheval en mouvement, ce qui développe le sens de l'équilibre et la coordination. Autre aspect important, ces activités se déroulent toutes dans un environnement amusant pour les participants, ensoleillé et en plein air.

Améliorer le bien-être et la santé publique

Ces programmes de développement personnel et d'acquisition d'aptitudes à la vie quotidienne, programmes assistés par le cheval, s'attachent à des domaines qui ont un impact réel et positif sur le comportement social et la santé mentale. Les programmes psychopédagogiques couvrent également les soins de santé élémentaires, les comportements de protection, ainsi que des questions du type où et quand demander de l'aide. Les programmes sportifs contribuent au bien-être physique grâce au mouvement, à l'amélioration du sens de l'équilibre, à une meilleure coordination et à la prise de conscience de l'importance que revêtent l'alimentation et le poids.

Soutenir les sociétés actives

À l'instar des participants au programme, les enfants des écoles locales ont la possibilité d'offrir leurs services à la communauté locale en s'engageant dans le projet de Shumbashaba. Le fait de travailler bénévolement pour divers programmes du projet leur permet de donner quelques heures de leur temps afin d'aider la communauté, tout en prenant plaisir à être actifs dans un cadre positif.

Offrir l'égalité d'accès au sport

Tous les programmes et services offerts s'adressent aux membres les plus démunis des communautés défavorisées. Ces activités sont donc spécialement centrées sur le sport pour handicapés en réunissant des cavaliers handicapés et non handicapés dans le cadre d'entraînements et de manifestations, telles que les Journées de sports unifiés des Jeux Olympiques spéciaux.



Stratégie de communication

L'existence du projet est principalement communiquée par le bouche-à-oreille. Les réseaux sociaux comme Facebook, ainsi que le blog et le site internet officiel du projet jouent un rôle important. Les organisateurs participent à la diffusion de l'information lors de réunions des prestataires et de manifestations publiques, ou encore dans le cadre de campagnes d'information qui traitent des besoins des jeunes et des adultes.

« La principale chose que j'ai apprise avec Shumbashaba est le respect. Le respect vis-à-vis de moi-même, des chevaux et des autres. »

Wandile Vilakazi – Participant

Évaluation du projet

Le suivi et l'évaluation du projet se fondent sur les principes de l'apprentissage actif des participants. Les programmes de développement personnel et d'acquisition des aptitudes nécessaires à la vie quotidienne grâce aux chevaux sont évalués sur la base de données quantitatives, rassemblées lors des évaluations des participants avant et après la tenue du programme, ainsi que de données qualitatives recueillies auprès des participants tout au long des programmes. À la fin de chaque programme, une évaluation de groupe est faite pour informer et apporter des améliorations en vue de la prochaine édition du programme.

Les programmes d'équitation thérapeutique ont des objectifs de traitement qui sont discutés et convenus par le client, les parents ou tuteurs, et l'entraîneur. Ces programmes font l'objet d'une évaluation continue.



Rejoignez la société sportive!

Selon l'Organisation mondiale de la Santé, un adulte sur quatre dans le monde n'est pas assez actif et plus de 80 % des adolescents ne pratiquent pas suffisamment d'activités physiques. Alors, inversons cette tendance et commençons à bouger!



Promouvoir le sport et l'activité physique

Dans le monde entier, les changements survenus au cours de ces dernières décennies en matière de loisirs, de vie professionnelle, de régime alimentaire et quantité d'autres domaines ont pour conséquence un mode de vie toujours plus sédentaire de la population. Les programmes de sport pour tous ont donc pour objectif de promouvoir le sport et l'activité physique, afin d'atténuer les effets négatifs liés à cette évolution.



Améliorer le bien-être et la santé publique

Le sport et l'activité physique jouent un rôle important en rendant les sociétés plus saines, plus heureuses et plus sûres. Les projets de sport pour tous couronnés de succès permettent ainsi de stimuler la diffusion de ces avantages collectifs au sein de communautés entières.



Soutenir les sociétés actives

Une société active fait intervenir de nombreux partenaires, tels les parents, les entraîneurs, les écoles, les clubs locaux, les organisations sportives, ainsi que les organisateurs de manifestations et d'activités communautaires, pour n'en citer que quelques-uns. Ces acteurs exercent tous une énorme influence sur le plan de la promotion de modes de vie plus sains dans leur communauté. Les programmes qui soutiennent et renforcent leurs efforts sont essentiels pour encourager et promouvoir l'instauration de sociétés actives dans le monde.



Offrir l'égalité d'accès au sport

Tous les membres d'une communauté doivent pouvoir jouir d'une égalité d'accès à un mode de vie actif et sain. Des programmes communautaires efficaces mettent donc fortement l'accent sur le fait que tout participant a le droit de profiter de l'occasion qui lui est offerte, indépendamment de sa condition physique, de sa race, de son sexe, de son niveau social, de sa région géographique ou autre.



Favoriser l'héritage olympique

Les Jeux Olympiques sont une source d'inspiration et l'expression vivante des valeurs olympiques d'excellence, d'amitié et de respect. Ce pouvoir unique peut dynamiser des communautés et les inciter à mettre sur pied des projets qui encourageront leurs habitants à devenir plus actifs et à le rester.

Devenez un acteur clé de votre communauté

Une plateforme utile a été conçue à l'intention des organisations qui, dans l'ensemble du Mouvement olympique, gèrent des projets de sport pour tous, cela afin de leur apporter les connaissances, la compréhension et les outils nécessaires à l'amélioration de programmes déjà existants dans le monde, ainsi que pour en créer de nouveaux.

Puisez l'inspiration dans plus de 45 projets déjà mis sur pied dans le monde

Apprenez-en davantage sur les meilleures pratiques grâce à notre guide

Créez votre projet sur la base de travaux théoriques éprouvés et de l'expérience d'organisations

Partagez vos expériences et ouvrez la voie à de nouveaux projets

Connectez-vous à un vaste réseau alimenté par les idées et initiatives de nombreux partenaires

Pour de plus amples informations

↓ Projets Sport et société active

↓ Guide pratique

🔗 www.olympic.org

✉ activesociety@olympic.org