APA de Chien

Séances d'Activités Physiques Adaptées Et Médiation Animale

Anne-Gaëlle BRESSON
23 Bd Sarrail – 34000 Montpellier
06 22 65 58 77
annegaellebresson@gmail.com

- **Séances d'APA avec médiation animale** :

Basées sur des séances collectives ou individuelles, ayant pour but la création d'un lien entre les participants et le chien, afin d'améliorer leur motivation à participer, de diminuer leurs appréhensions à bouger ou encore d'initier le mouvement et la mobilité (lancer une balle pour qu'il la rattrape…), tout en renforçant la relation avec l'intervenant. Nous alternons avec des exercices en position assise et en position debout. De la tête aux pieds, tous les membres sont mis à contribution dans un travail adapté à chaque personne. Les séances seront conçues autour d'un thème faisant participer le chien avec les résidents, en créant un lien social à l'intérieur du groupe et avec le professionnel. Ce dernier est attentif à varier les explications et les différents types d'activités physiques, tout en rendant les séances ludiques et attrayantes autour d'un panel d'exercices et de jeux amenant le contact avec le chien médiateur. Exercices effectués de manière individuelle avec le chien mais également en groupe afin de travailler sur les compétences sociales des participants.

- **Activités proposées avec la présence du chien** :

- Gym douce,
- Gym équilibre et parcours moteur,
- Gym Mémoire,
- Sport canins adaptés (agility, obérythmée, frisbee, cani-rando…)
- Sports collectifs,
- Gym Multi activité : sports collectifs adaptés, sports de raquettes adapté, escrime, tir à l'arc, pétanque etc.).
- Gym en extérieur : marche, gym douce en extérieur…

- **Objectifs** :

- Maintenir, améliorer et développer les capacités fonctionnelles, l'autonomie et la coordination.
- Augmenter les capacités musculaires et la mobilité articulaire,
- Stimuler les facteurs moteur de l'équilibre,
- Stimuler la cognition et la mémoire.
- Améliorer les interactions sociales,
- Stimuler le langage et l'élocution.

- **Indicateurs d'évaluation**

⇨ Observations de l'intervenant au cours des séances
⇨ Grille d'évaluation individuelle sur le « bien-être », « l'implication », « l'autonomie »

APA de Chien

- ⇨ Grille d'évaluation individuelle sur les effets de la présence du chien sur le plan moteur, psycho/cognitif, social.

○ Modalités des séances :

- ⇨ Groupe de **10 personnes** maximum.
- ⇨ **Séances individuelles**, à 2 ou séances **aidant/aidé.**
- ⇨ **1 à 3 chiens** assurent les séances en fonction du public et des activités choisies (ensembles ou séparément).
- ⇨ **Evaluation individuelle des participants à chaque séance** sur le bien-être, l'implication, l'autonomie, envoyée à chaque fin de mois sous forme de doc PDF.
- ⇨ **Evaluation individuelle complète des participants sur le plan moteur, psycho/cognitif, social.**
- ⇨ **Bilan annuel sur les séances :** par écrit + rdv avec les équipes.

○ Déroulement d'une séance :

Nos activités s'adaptent aux capacités physiques et psychologiques de chaque groupe et au lieu d'intervention. Nos séances prennent en compte la personne dans sa globalité grâce à une mobilisation articulaire et musculaire complète, mais aussi à un travail cardio-respiratoire adapté.

Au cours des séances d'APA et Médiation animale, plusieurs thématiques sont abordées :

- Sollicitation articulaire et souplesse : fluidité des gestes
- Sollicitation musculaire en étirement ou en contraction : résistance
- Mouvements fins et motricité fine
- Respiration, relaxation
- Stimulation verbale : prise de parole, invitation à répondre à des questions, jeux
- Parcours moteur et équilibre afin d'améliorer le déplacement
- Exercice de mémoire, travail cognitif
- Exercices en groupe afin d'augmenter le lien social entre les participants

Une séance type d'APA et médiation animale se déroule de la façon suivante :

- Un temps de mise en place avec un premier contact avec le chien
- Des exercices d'adresse, de lancers et d'équilibre en relation avec le chien
- Des exercices en tête à tête avec le chien
- Un retour au calme, respiration et étirement.

