

# Progetto Manità della cooperativa La Bussola, in collaborazione con l'ippodromo S. Artemio

## Come migliorare l'autostima grazie ai cavalli Barbara e la ricetta della serenità emotiva

### L'IDEA

«**G**li interventi assistiti con il cavallo hanno effetti benefici sia a livello motorio che cognitivo e suggeriscono che il cavallo acquisisce una valenza emotiva positiva in grado di migliorare l'autostima e le capacità comunicative dell'utente».

A scriverlo è l'Istituto Zooprofilattico Sperimentale delle Venezie in una ricerca pubblicata dalla rivista scientifica "Animals" nel dicembre scorso, e a metterlo in pratica a Treviso è il progetto "Manità" della cooperativa "La Bussola" in collaborazione con l'Ippodromo Sant'Artemio e la scuderia Bruniera. L'attività assistita con i cavalli, rivolta a tutte le fasce d'età dai bambini ai nonni, ma anche a persone con disabilità o sotto forte stress, è gestita da Barbara Moro, una figura formata come "coadiutore del cavallo esperto in interventi assistiti con gli animali". «Il cavallo è una sorta di mediatore per raggiungere obiettivi legati al benessere», spiega Moro, «per esempio, stimolare il corretto approccio al cavallo e il prendersene cura permette di entrare in sintonia con i suoi ritmi, che sono molto



Bambini e cavalli, una ricetta emozionante e vincente. Sopra e a destra Barbara Moro

lenti nonostante la stazza, per riportare la calma anche dentro di sé; oppure i più piccoli, dando un pezzo di mela ad un animale, in confronto a loro, così grande, permette di superare le paure e acquisire una maggior sicurezza».

E proprio i bambini hanno fatto parte della fase sperimentale del progetto "Manità", che si è conclusa a fine estate 2019 e ha visto l'adesione di scuole dell'infanzia come "Bimbiinsieme" di Treviso e vari centri estivi della provincia, per un totale di circa 300 partecipanti dai 5 ai 13 anni. «Con i bambini abbiamo realizzato sia attività didattiche di laboratorio per

la conoscenza del cavallo e le sue caratteristiche e abitudini», continua l'esperta, «sia attività pratiche, come il grooming, ovvero la strigliatura, lo spazzolamento, le coccole e le carezze, o come la conduzione del cavallo da terra o mettendo i bambini sulla sua schiena perché sentissero il corpo dell'animale e il suo respiro. Imparare ad accudire il cavallo aiuta ad imparare a prendersi cura degli altri e sviluppa capacità emotive e relazionali». In alcune sessioni sono state coinvolte anche persone adulte, assieme ai bambini, che hanno riscontrato invece benefici legati al relax e

all'allentamento delle tensioni.

Per la prossima stagione, grazie al sostegno dell'Ippodromo Sant'Artemio, "Manità" riaprirà i battenti ad aprile, di lunedì, mercoledì e venerdì, con una serie di proposte per tutti a partire dai sette anni di età, con attività da un'ora (dalle 17 alle 18), e gruppi da 5 partecipanti massimo, su primo approccio al cavallo, passeggiate con i cavalli e percorsi ad ostacoli da terra, grooming e coccole, attività di scuderia. Info al tel. 347.0365228, mail: [aaamani-tu@gmail.com](mailto:aaamani-tu@gmail.com).

Elena Grassi