

Ορισμένες από τις ασθένειες για την αποκατάσταση των οποίων ενδείκνυται η θεραπευτική ιππασία είναι:

- Νευρολογικές παθήσεις
- Εγκεφαλική παράλυση
- Δισχιδής ράχη
- Μυϊκή δυστροφία
- Βλάβες του νωτιαίου μυελού
- Σκλήρυνση κατά πλάκας
- Εγκεφαλικά επεισόδια
- Κακώσεις της κεφαλής
- Πολιομυελίτιδα
- Τύφλωση
- Κώφωση
- Αρθρίτιδα
- Απουσία - παραμόρφωση άκρων
- Ανικανότητα μάθησης
- Σύνδρομο Down
- Αυτισμός
- Προβλήματα Συμπεριφοράς



## Notorious Equestrian and Sport Centre



Το άλογο ως μέσο αποκατάστασης, μας δίνει ερεθίσματα έντονα, αλλά ρυθμικά και ελεγχόμενα. Μια σειρά φυσιολογικών προτύπων, που φθάνουν κατευθείαν στον εγκέφαλο, κάτι το οποίο απαιτεί η σύγχρονη αποκατάσταση και αναγκάζει τον ασθενή να ανταποκριθεί (καθοδηγούμενος από τους θεραπευτές), με όλο και περισσότερο φυσιολογικές ανταποκρίσεις.

Πρόκειται για έναν βομβαρδισμό ερεθισμάτων, που με τη βοήθεια των θεραπευτών αναλύονται και επεξεργάζονται από τον εγκέφαλο. Το άλογο είναι ένα σπουδαίο κίνητρο θεραπείας και ένα πολύ σημαντικό μέσο αποκατάστασης.

Ένα ακόμη στοιχείο είναι ότι τα παιδιά αλλά και οι ενήλικες που συμμετέχουν, λόγω του χώρου (αρένα) και του μέσου (άλογο), που χρησιμοποιούμε δεν αντιμετωπίζουν τις συνεδρίες σαν θεραπεία και έτσι δεν υπάρχει ψυχολογική κούραση ή άρνηση, παρότι η ιππασία είναι μια έντονη θεραπευτική δραστηριότητα. Έτσι οι συνεδρίες είναι ιδιαίτερα αποτελεσματικές, γιατί εκτός από ένα εξαιρετικά καλό μέσο αποκατάστασης, παράλληλα, έχουμε και ένα ισχυρότατο κίνητρο



## Therapeutic Riding Θεραπευτική Ιππασία



Notorious Equestrian and  
Sport Centre

Περιοχή Γερίου

Τηλ.: 99673333

notorious.equ@cytanet.com.cy

www.notorious-equestrian.com

## Notorious Equestrian and Sport Centre

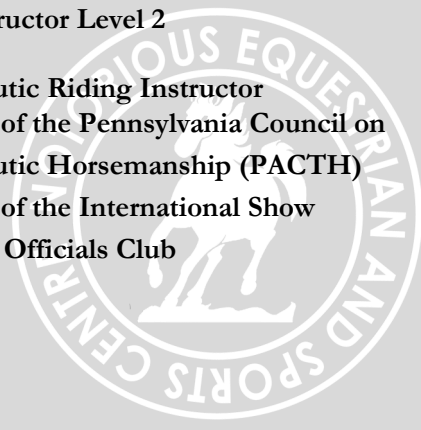
Το Ιππικό και Αθλητικό Κέντρο Νοτόριους ιδρύθηκε το 2005.

Σκοπός του Αθλητικού κέντρου είναι, εκτός από το να καταστήσει το άθλημα της ιππασίας γνωστό στο Κυπριακό Κοινό ώστε να αποτελεί ένα από τα αθλήματα κορυφής στην αθλητική πυραμίδα στο τόπο μας, να προετοιμάσει τους αθλητές του και να τους εκπαιδεύσει σε τέτοιο επίπεδο ώστε να μπορούν να αντιπροσωπεύσουν τον όμιλο και την Κύπρο σε αγώνες στην Κύπρο ή στο εξωτερικό.

Το Ιππικό και Αθλητικό Κέντρο Νοτόριους ασχολείται κυρίως με δύο κατηγορίες αγωνισμάτων την Ιππική Δεξιότητα (dressage) και την Υπερήδηση Εμποδίων (show jumping) ενώ παραδίδει μαθήματα θεραπευτικής ιππασίας σε μικρούς και μεγάλους.

## Γιώργος Κύρρης

- ◆ FEI Jumping Judge Level 2
- ◆ FEI Course Designer Level 2
- ◆ FEI Steward
- ◆ FEI Instructor Level 2
- ◆ AI
- ◆ Therapeutic Riding Instructor
- ◆ Member of the Pennsylvania Council on Therapeutic Horsemanship (PACTH)
- ◆ Member of the International Show Jumping Officials Club



## Θεραπευτική Ιππασία

Η θεραπευτική ιππασία βασίζεται σε προγράμματα αποκατάστασης, που χρησιμοποιούν το άλογο ως μέσο θεραπείας, βελτιώνοντας την υγεία και την ποιότητα ζωής των ατόμων με φυσική, νοητική ή συναισθηματική υστέρηση.

Το άλογο γίνεται προέκταση του σώματος τους βοηθώντας τα να ανακαλύψουν πρωτόγνωρα συναισθήματα, όπως η χαρά ενός περιπάτου, μιας βόλτας στην ύπαιθρο και κυρίως, της κινητικής και προσωπικής ανεξαρτησίας. Όταν το άλογο περπατά, μιμείται τον ανθρώπινο βηματισμό, μεταφέροντας στον κορμό του ιππέα του την ίδια ακριβώς κίνηση που μεταδίδουν τα πόδια, στους ανθρώπους με φυσιολογική κίνηση.

Καθώς ο αναβάτης και το άλογο εξελίσσονται μέσα από διάφορους βηματισμούς του αλόγου, ο αναβάτης δοκιμάζει ένα ευρύ φάσμα των αισθητηριακών πληροφοριών.

Στο περπάτημα, ο ιππέας ωφελείται από την κατευναστική προσπάθεια της ρυθμικής, τρισδιάστατης κίνησης του αλόγου. Στο τροχάδι, η εγρήγορση του αναβάτη είναι αυξημένη και η στάση του σώματος του καλύτερη.

Κατά τη διάρκεια του μαθήματος, οι δραστηριότητες και οι ασκήσεις πραγματοποιούνται για την ενθάρρυνση της ομιλίας, την αναγνώριση αντικειμένων, καθώς και τον προσδιορισμό της αλληλουχίας πολλαπλών καθηκόντων.



Η θεραπευτική ιππασία είναι μία μοναδική εμπειρία για τα άτομα με ειδικές ανάγκες, που δεν είχαν καν ονειρευτεί ότι μπορούν να ιππεύσουν, αφού διαφέρει πολύ από τις συνηθισμένες θεραπείες σε φυσιοθεραπεία, γυμναστήρια και πισίνες υδροθεραπείας.

Αξιοποιώντας την κίνηση του αλόγου, τη θερμότητά του, την ικανότητα του για επαφή και επικοινωνία με τον άνθρωπο, την ομαδικότητα και το παιχνίδι, η θεραπευτική ιππασία, δημιουργεί μοναδικά σωματικά, νοητικά, αισθητηριακά και ψυχολογικά οφέλη στα άτομα με ειδικές ανάγκες όπως:

- Αύξηση της συμμετρίας του σώματος
- Βελτίωση της ισορροπίας, της στάσης και του ελέγχου του κεφαλιού
- Αύξηση του εύρους κίνησης
- Ομαλοποίηση του μυϊκού τόνου (μείωση της σπαστικότητας, αύξηση του τόνου στην υποτονία,)
- Βελτίωση του συντονισμού και της κινητικότητας
- Αύξηση της προσοχής, της οπτικοκινητικής ικανότητας προσανατολισμού
- Βελτίωση της αντίληψης του σώματος, καθώς και της δραστηριοποίησης, της εγρήγορσης, της κοινωνικότητας, της αυτοπεποίθησης και του αυτοσεβασμού