

La pisana Sara Morganti, pluricampionessa italiana, medaglia di bronzo nel Paradressage agli europei di Herning, in Danimarca. Qui alle Olimpiadi di Londra del 2012.

# LA GIOIA DELLA LIBERTÀ

a cura di

LUCA ARZILLI (\*) e ELISABETTA MEREU (\*\*)

## THE JOY OF FREEDOM

*Sara, in the teeth of multiple sclerosis she suffers from since she was 19, travels the world with her horse and together with him, she succeeded. Her career is a remarkable one but many other found in the four-legged friend a renewed joy for life. Associations such as "Liberamente Natural" in Pomarance offer equine therapy and riding activities.*

*Disabled children and adults are involved in groups together with able-bodied learners, so to develop their social skills and to facilitate their rehabilitation in the world. Integration is therefore of pivotal importance for the association and the disabled horsemen regularly perform in many competitions. Equine therapy is the combination of many techniques using the relationships between patient and horse, determining an improvement in self-esteem. It consists of three stages: equine therapy, equine rehabi-*

Sara gira il mondo a dispetto della sclerosi multipla che l'ha colpita quando aveva 19 anni; lo fa grazie al suo cavallo con il quale ha conquistato trofei e gioie immense. La sua è una storia eccezionale ma sono tante le persone che devono all'amico a quattro zampe la ritrovata voglia di vivere e sorridere.

Merito anche di volontari e associazioni come la "Liberamente Natural", fondata nel 2005 a Pomarance e che dal 2009 gestisce il Centro Ippico Comunale S. Barbara dove svolge tutte le sue principali attività per offrire servizi di "riabilitazione equestre" e "attività equestre". Qui c'è anche la "fattoria didattica" che è riconosciuta dai centri per l'impiego e dagli addetti della A.S.L dell'Alta Val di Cecina, come punto di riferimento per percorsi lavorativi finalizzati alla formazione ed all'inserimento lavorativo.

Infine segnaliamo che, negli ultimi anni, l'Associazione collabora con la casa Circondariale di Volterra e l'U.E.P.E. di Pisa per tirocini formativi ed inserimenti lavorativi di detenuti che usufruiscono del regime di lavoro all'esterno, e partecipa ad un progetto di Agricoltura Sociale finanziato dalla Regione Toscana che vede l'accoglienza presso il Centro Ippico S. Barbara di cinque persone con diverse problematiche sociali i quali collaborano quotidianamente alle varie attività di maneggio e gestione scuderie.

Presso il Centro, dotato di ampi spazi funzionali e di un maneggio circondato dal verde caratteristico della Toscana, viene uti-

lizzata con successo la Riabilitazione Equestre con i cavallini di Monterufoli e con altre razze equine.

Per quanto riguarda i ragazzi l'obiettivo è quello di far acquisire delle competenze in base al loro livello di disabilità e alle loro esperienze precedentemente acquisite con il cavallo.

La riabilitazione equestre nelle sue tre fasi (1. ippoterapia, 2. rieducazione equestre, 3. attività pre-sportiva e attacchi) viene praticata in modo integrato: il Centro è infatti aperto a tutti i ragazzi che, grazie all'inserimento in gruppi di giovani normodotati, con i quali esiste un profondo scambio di lavoro e di amicizia, riescono a ottenere ottimi risultati nel miglioramento dei rapporti interpersonali, facilitando così il loro reinserimento nel mondo esterno.

Il principio dell'integrazione è dunque il cardine della filosofia dell'Associazione Liberamente Natural e i ragazzi diversamente abili che frequentano il maneggio, nel corso dell'anno sono protagonisti di molti eventi gare e manifestazioni equestri.

La riabilitazione equestre è l'insieme di tutte le tecniche che sfruttano, in vario modo il rapporto che si instaura tra paziente e il cavallo, secondo un programma terapeutico specifico, determinando un miglioramento della sua autostima. Ci sono tre diverse fasi e metodologie d'intervento terapeutico nella riabilitazione equestre: la prima definita "ippoterapia", comprende l'approccio iniziale del cavallo e si svolge prima a terra e poi sull'animale accompagnato dall'istruttore per imparare gli elementi base dell'equitazione, senza guidarlo attivamente. La seconda, chiamata anche "rieducazione equestre", si svolge con l'intervento attivo del soggetto sotto il controllo del terapeuta e mira a raggiungere quegli obiettivi tecnico-riabilitativi specifici, secondo il programma previsto per quel soggetto. La terza, equitazione sportiva (o preagonistica) per disabili che mira ad accrescere l'autostima del soggetto con possibilità di svolgere normali attività di scuderia e una equitazione presportiva. Punto di forza della riabilitazione equestre è la disciplina degli "attacchi" con l'utilizzo del cavallino di Monterufoli. A tale disciplina possono avvicinarsi sia soggetti con disabilità motorie che psichiche: conducendo una carrozza il disabile potrà anche portare con sé dei passeggeri, questo produrrà aspetti positivi riguardo alla propria autonomia e senso di responsabilità. A questo punto è facile comprendere come gli stimoli dell'ambiente circostante (l'equitazione viene svolta all'aperto) abbiano un forte risultato positivo sull'individuo e che opportunamente sfruttati possano aiutare il soggetto disabile a raggiungere obiettivi psicologici importanti, come l'incremento dell'autostima, della gestione delle emozioni, un miglioramento dell'immagine di sé e una rinata voglia di rimettersi in gioco.

(\*) Segretario FIT, Filiera Ippica Toscana

(\*\*) Ufficio Stampa Federazione Italiana Sport Equestri Toscana

litation and preparatory activities for sport.

The first one consists of a step-by-step approach with the animal, initially on the ground and then on horseback, constantly guided by the instructor in order to learn the basic elements of horse riding.

The second stage actively involves the patient with the help of the therapist and is aimed at developing the specific physical and mental goals.

The last step is sport riding for disabled which purpose is to strengthen the results of the previous stages, involving the patient in competitions and in the stables' routine.

Combined driving is a fantastic activity that can be approached by mental and physical disabled alike.

The patient can carry people, with a consequent improvement in self-confidence and autonomy.

Essential element is the outdoor environment, which has a very positive impact on patients, guiding towards psychological achievements, which in turn enable the person to look at life in a more positive and joyful way.



Un'altra immagine di Sara Morganti che si allena al 'Terre Brune Equestrian Centre' di Coltano (Pisa).