



Quand un cheval redonne des ailes



L'Association Tagada, fondée par Virginie Sigrist au Landeron, offre un accompagnement assisté par les chevaux pour enfants, adolescents et personnes âgées, favorisant confiance et apaisement. À la belle saison, ses chevaux visitent aussi les EMS pour maintenir le lien vital entre l'humain et l'animal. Soutenue par des dons et bénévoles, Tagada œuvre pour que chacun, quel que soit son âge, puisse retrouver son équilibre intérieur, comme vous le découvrirez en page 9

Élégance et
Créativité chez
**Concept
Création**

Salon de
coulure



Prenez rendez au **032 753 43 39** Rue Auguste-Bachelin 1a, 2074 Marin

eligreen

Votre expert
en énergies
renouvelables.

Une nouvelle identité au service
de l'énergie littorale.

eligreen.ch



el10 groupe

ENTRE-DEUX-LACS - EQUITHÉRAPIE

Au galop vers soi: quand Tagada ouvre des chemins



Quand on entre dans l'univers de l'Association Tagada, on perçoit d'emblée quelque chose de doux, d'humain, et de profondément vivant. Ici, le cheval n'est pas un simple animal: il devient médiateur, miroir, compagnon silencieux du cheminement intérieur. Comme le dit Virginie Sigrist, fondatrice et âme de l'association: «Le cheval révèle l'humain.»

Une association née d'un élan du cœur

Créée à but non lucratif, **Tagada** œuvre dans la région du Landeron. Sa mission? Soutenir financièrement les enfants et les adolescents dans leur parcours d'évolution, en leur permettant de bénéficier d'un accompagnement assisté par les chevaux. L'association porte des valeurs d'apaisement, de douceur et de bienveillance, tout en cherchant à tisser un lien authentique entre le monde humain et le monde équin.

Dans un paysage où les thérapies classiques ne répondent pas toujours à tous les besoins, Tagada s'impose comme un pont: entre le visible et l'invisible, entre les émotions et le mouvement, entre la parole et le silence.

L'équithérapie:

quand le cheval devient guide

L'équithérapie, ou accompagnement assisté par le cheval, repose sur la puissance du lien entre l'humain et l'animal. Le cheval, par sa sensibilité et son absence de jugement, agit comme un miroir émotionnel. Il réagit à ce que nous ressentons, bien plus qu'à ce que nous montrons. Ce miroir vivant invite à la cohérence, à l'authenticité et à la reconnexion à soi.

Pour un enfant en difficulté, un jeune en perte de repères ou un adolescent en quête de confiance, ce contact unique devient un tremplin:

- Il offre un espace de sécurité et d'écoute sans parole.
- Il favorise la confiance et l'estime de soi.
- Il aide à canaliser les émotions et à trouver un équilibre intérieur.
- Il réconcilie le corps et le mental dans une relation respectueuse et apaisée.

Chaque séance est une expérience singulière. Rien n'est forcé: tout se joue dans le ressenti, la respiration, la posture. Le cheval devient un partenaire, un compagnon de route, jamais un outil.

Le soutien de Tagada: un vrai coup de pouce

Les séances d'équithérapie ont un coût que

toutes les familles ne peuvent pas assumer. C'est là que Tagada entre en scène. L'association offre un **soutien concret** pour que ces jeunes puissent accéder à ce type d'accompagnement. Par ses dons, ses activités et son réseau de bénévoles, elle agit comme un relais de solidarité.

«Nous avons voulu créer quelque chose qui fasse réellement la différence pour les familles, explique Virginie Sigrist. Quand un enfant ou un ado trouve dans le cheval un soutien, un apaisement, une confiance nouvelle, c'est toute la famille qui respire un peu mieux.»

Tagada organise également des **ateliers de vacances**, des **journées de découverte**, et collabore avec d'autres structures locales pour élargir son impact. L'association soutient aussi les institutions et les thérapeutes qui œuvrent dans le même esprit: replacer l'humain au centre, tout en respectant le rythme du vivant.

Un effet profondément humain

Ce que Tagada transmet dépasse largement la seule équithérapie. C'est une expérience humaine, où le lien devient soin. Dans le calme d'une écurie, un enfant apprend à s'approcher, à observer, à comprendre le langage corporel du cheval. Un simple geste, un contact, un regard peuvent suffire à créer un changement intérieur.

Les effets se font sentir peu à peu: des enfants s'ouvrent, des adolescents reprennent confiance, des émotions longtemps retenues trouvent enfin un espace pour s'exprimer. Ces moments, simples et silencieux, ont la puissance de véritables transformations.



«Ce que je vois chaque jour, confie Virginie Sigrist, ce sont des enfants qui se redressent, des visages qui s'apaisent. Le cheval ne ment pas: il nous invite à être vrais, présents, à respirer ensemble.»

Quand l'animal réapprend à l'humain à sentir

Les chevaux de Tagada ne sont pas seulement des compagnons: ce sont de véritables co-ac-

compagnants. Chacun a sa personnalité, sa sensibilité, sa manière d'entrer en relation. Ils savent lire ce que les mots taisent, capter les émotions avant même qu'elles ne soient nommées.

Dans cette rencontre, quelque chose se répare. Le rythme cardiaque se calme, les tensions s'apaisent, le regard change. L'enfant ou l'adolescent découvre qu'il peut agir, influencer, être entendu sans parler. Et ce sentiment de justesse, de résonance, devient un socle.

Virginie Sigrist se rend en outre régulièrement, à la belle saison, dans plusieurs EMS de la région, afin que les résidents puissent savourer un instant avec l'un de ses chevaux et retrouver ce lien être humain — animal si essentiel. Ces visites permettent aux personnes âgées de vivre une expérience sensorielle douce, parfois rare, et de renouer avec la présence animale même quand la mobilité est réduite. «Je veille particulièrement à ce que **nos aînés ne soient pas mis de côté**, que leur regard, leur sensibilité et leur histoire trouvent aussi leur place dans cette démarche humaine et inclusive», confie-t-elle.

Une main tendue, un souffle d'espoir

Tagada, c'est l'histoire de personnes qui ont voulu rendre possible ce qui ne l'était pas toujours: offrir un lieu de confiance, d'écoute et de ressourcement. Grâce à son action, des familles retrouvent de l'espoir, des jeunes reprennent pied, et le lien entre l'humain et l'animal devient un moteur de guérison.

Parce qu'au fond, tout commence par une rencontre: celle d'un enfant, d'un cheval, et d'un instant suspendu. Et c'est là, dans cette simplicité, que Tagada accomplit sa plus belle mission: aider chacun à retrouver son propre galop intérieur.

Vous pouvez **soutenir Tagada** — par des dons, du mécénat, du bénévolat ou en relayant leurs actions — pour que ces accompagnements restent accessibles à tous, quels que soient les moyens des familles.

www.associationtagada.ch

CS

