

## HÄSTANKNUTEN VERKSAMHET FÖR BARN MED AUTISM



**Stiftelsen Hippocampus**

### PROJEKTANSVARIG

Stiftelsen Hippocampus: [www.stiftelsenhippocampus.se](http://www.stiftelsenhippocampus.se)

Stiftelsens syfte är att främja utveckling av behandlingsformen ridterapi. Ändamålet omfattar behandling, metodutveckling, studier, forskning och utbildning.

Projektledare och ansvarig terapeut: Pia Tillberg, leg.sjukgymnast, tfn 070-403 71 09

Medarbetare: Cecilia Skogh, tfn 070-332 23 69

### PROJEKTSTÖD FRÅN ALLMÄNNA ARVSFONDEN ([www.arvsfonden.se](http://www.arvsfonden.se))

Arvsfonden stödjer ideella föreningar och andra icke-vinstdrivande organisationer, som vill pröva nya idéer för att utveckla verksamheter för barn, ungdomar och personer med funktionsnedsättning på deras egna villkor. Vi vill ge organisationerna möjlighet att pröva nya idéer som kan utveckla verksamheten inom olika områden. Arvsfonden stödjer verksamhet som stärker ställningen i samhället för barn, ungdomar och personer med funktionsnedsättning. Målet är att utveckla välfärd, livskvalitet, delaktighet, jämlikhet och jämställdhet samt bidra till social, etnisk och kulturell integration. FN:s barnkonvention är grundpelaren i arvsfondens satsning på barn och unga. Alla beslut och all verksamhet utgår från den. Satsningen **Fördel barn!** som vi ingår i pågår 2009–2012. Gå gärna in på [www.arvsfondsprojekten.se/node/992](http://www.arvsfondsprojekten.se/node/992) och följ projektet där.

### Barns rättigheter enligt barnkonventionen

Projektet stödjer artikel 23 och 31 i Barnkonventionen. För barn med autism kan möjligheterna till ett gott liv, med möjligheter till personlig utveckling och deltagande i samhällets utbud ur vissa aspekter vara försvårat då kunskap om funktionshindrets möjligheter och svårigheter inte alltid finns. Begränsade möjligheter att skapa individuella lösningar inom ramen för verksamheten är också försvårande.



## **SAMMANFATTANDE PROJEKTBESKRIVNING**

### **Hästunderstödd terapi (ridterapi)**

Hästunderstödd terapi används som behandlingsform inom rehabilitering och habilitering vid en rad olika funktionsnedsättningar som t.ex. stroke, ryggmärgsskador, autismspektrumdiagnos, cerebral pares och utvecklingsstörning. Hästen, dess rörelser och dess miljö gör att de terapeutiska egenskaperna är komplexa och berör många aspekter av en persons förmågor.

Att rida och interagera med hästar kombinerar fysisk aktivering, kognitiva utmaningar, socialt samspel och psykologiska effekter. Nödvändigheten att kommunicera med hästen och relationen med hästen har en positiv påverkan på motivation och aktivt deltagande. Inslagen i behandlingen anpassas till förutsättningar och rehabiliteringsmål.

### **Hästunderstödd terapi och hästanknutna aktiviteter för barn inom autismspektrumdiagnosen**

För barn med en autismspektrumdiagnos, finns det många vinster med hästunderstödd terapi/hästanknutna aktiviteter. Det unika med hästanknutna aktivitet är att det kan vara en fritidsaktivitet med terapeutiskt innehåll som förstärker meningsfullheten för dessa barn. Kunskaper från beprövad erfarenhet och enligt den forskning som är gjord finns det en rad aspekter att beakta. Bland annat kan nämnas: att utveckla sin sociala förmåga i relation med hästen; att lära sig orsak och verkan genom kommunikationen med hästen; att utveckla förmågan att ta och fullfölja instruktioner; att uttrycka känslor och spegla sig i relationen med hästen osv. På hästryggen tränas även muskler, balanssinnet och koncentration. Det är också en träning i att släppa kontrollen, att lämna över sig till någon annan men ändå känna att man kan påverka, vilket dessutom tränar samarbetsförmågan. Att gunga med i hästens rörelser är lugnande för vissa barn.

Stallet och miljön kring hästen är en miljö som bygger på rutiner och säkerhetsaspekter vilket gör den relativt förutsägbar för barn med svårigheter att klara oförutsägbara förändringar. Samtidigt innehåller den ett oändligt antal aktiviteter av skiftande karaktär vilket gör det möjligt att stimulera barns utveckling utifrån individuella behov och förutsättningar att skapa en meningsfull aktivitet.

I hästunderstödd terapi berörs såväl fysiska, psykologiska, pedagogiska och sociala aspekter vilket skapar en inlärnings- och utvecklingsmiljö utifrån holistiskt perspektiv.

### **Syfte**

Det övergripande syftet med projektet är att skapa verktyg för att underlätta införandet och bedrivandet av hästanknutna terapi/hästanknutna verksamhet för barn med en autismspektrumdiagnos. Planen är att erfarenheterna från projektet skall komma till nytta för både de berörda barnen och de som ansvarar för verksamheterna ute på ridanläggningarna och på så sätt öka tillgängligheten och möjlighet till delaktighet för barn med autismspektrumdiagnos. Ett delmål är att skapa förutsättningar för permanenta verksamheter för målgruppen och att sätta fokus på dessa barns behov av individuellt anpassad verksamhet och ekonomiskt stöd.



## VIKTIGA FAKTA

- Hästanknuten aktivitet under perioden vårterminen 2011 - höstterminen 2012 (totalt 4 terminer).
- 1 g/v.
- Max 60 minuters pass.
- Max 13 ggr/termin (troligtvis något färre antal under VT 2011).
- 1-2 barn/pass första terminen. Om möjligt gör vi större grupper då vi lärt känna barnen.
- Aktiviteterna kommer att ske på två hästgårdar med ridskola/turridning med islandshäst.
- Ridhjälm och skyddsväst finns att låna.
- Egenkostnaden blir 150: -/gång och avgiften skall betalas terminsvis i förväg. Uppsägningstiden är 1 månad och kvarvarande betald avgift återbetalas efter den månaden.
- Om vi ställer in så återbetalas motsvarande avgift i slutet av terminen.
- Ingen igenridning kommer vara möjlig och betald avgift kommer ej återbetalas för dom gånger man ej kan delta.
- Resor till och från stallet ordnas av vårdnadshavare.
- Barnen omfattas av patientskadeförsäkring under tiden i stallet och ridningen. Ytterligare försäkringar ansvarar vårdnadshavare för.
- All dokumentation av de enskilda barnen, inklusive foton, omfattas av sekretess.

## FÖR ATT FÅ DELTA

- Barn med autismspektrumdiagnos i åldrarna tre till tolv år.
- Medlemskap i Autism och Asperger Föreningen i Stockholm.
- Att en vuxen kan följa med varje barn.
- Att man har möjlighet att ta erbjuden tid.
- Att vårdnadshavare deltar i utvärderingen av projektiden.

## VAD GÖR VI I STALLET?

Det kommer att utformas en individuell plan för varje barn där tonvikten kommer att läggas på att hitta en optimal struktur för att få ut det bästa av stallvistelsen på barnets eget villkor. Alla barn kommer få en personligt utformad "Hästbok" med bilder och utrymme att skriva daganteckningar om stunden i stallet.

Stallets miljö är i sig mycket strukturerad med tydliga ramar och regler för både hästar och människors säkerhet. Det är något vi kommer att dra nytta av för att underlätta för dessa barn att få en väl fungerande terapi och fritidssysselsättning. Planering av aktiviteterna skall främja



möjligheterna för barnet att se och förstå hela sammanhanget utifrån sitt individuella perspektiv och sin förmåga.

Vi vill skapa en miljö där barnet inte bara kommer för att rida. Helhetskänslan är viktig, att miljön runtomkring inbjuder till att utforska. Aktiviteten skall ge förutsättningar till att få ta del i hästens skötsel; borsta, pyssla, sadla, tränas, ge morötter, sköta om, klappa, gosa, lära känna mm. Vi vill ta vara på det samspel som uppstår mellan häst och människa samt att skapa förutsättningar till närhet, som finns tillgänglig om man vill, men som inte är påtvingad.

Vi vill också ta till vara på det samspel som kan uppstå mellan barnen, stallet kan vara en plats och möjlighet att få kompisar. Vill man så kommer det att finnas möjlighet att vara kvar efter avslutad aktivitet för att umgås, titta på hästar, äta mellanmål etc. Fokus ligger alltså inte enbart på ridningen utan på helheten.

Aktiviteter kring hästar bygger på faktiska aktiviteter och behöver inte fabriceras för att användas terapeutiskt utan kan ske både utifrån ett terapeutiskt syfte och som en meningsfull fritid. I stallet finns en miljö som är strukturerad och förutsägbar till stor del vilket skapar trygghet och en lugn miljö för inläring. Samtidigt är aktiviteten med hästen hela tiden förändringsbar, vilket ger möjlighet till utveckling. Projektet är tänkt att erbjuda dessa barn en verksamhet som ger möjlighet till utmaningar utifrån individens behov och möjligheter.

## ISLANDSHÄSTEN – GUDARNAS HÄST

De första islandshästarna importerades till Sverige redan i slutet av 1800-talet. Den stora importerings "boomen" började dock under 1960-talet då de första stora båttransporterna kom, och idag finns omkring 14 700 islandshästar i vårt land.

### Ursprung

Islandshästen härstammar från den ursprungliga europeiska/asiatiska hästen. Vikingarna seglade till Island för att bosätta sig under 800- och 900-talen och då tog de med sig sina hästar och andra husdjur. Under tusentals år isolerade på denna ö i Atlanten, har islandshästen behållit sina ursprungliga gångarter - skritt, trav, tölt, galopp och pass. Noteras bör även att **INGA** hästar får föras in på Island – allt för att hålla rasen ren och fri från smittorisker utifrån. En häst som lämnat Island får alltså aldrig återvända.

Islandshästen är en genuin urhäst, anpassad till att klara sig i frihet under tuffa förhållanden. Den är liten, kompakt, robust och starkt byggd med ett lugnt, tryggt sinnelag och med förmåga att "tända till" när det behövs. Rasens mankhöjd är oftast 130-145 cm, och vikten 350-400 kg. Trots sin litenhet bär islandshästen med lätthet en fullvuxen man. Islandshästen utvecklas sent och anses inte helt färdig vuxen förrän vid 4-5 års ålder - det är dock inget hinder att börja med lätt arbete kring 3-årsåldern. Men den lever länge och kan arbeta upp i 30-årsåldern. Den hittills äldsta islänningen blev 54 år gammal!

### Gångarter

Islandshästen har fem gångarter -skritt, trav, galopp, tölt & pass- även om de flesta islandshästar är 4-gångare. Det är framför allt tölten som gjort islandshästen så populär. Tölt är en fyrtaktig gångart som är väldigt bekväm för ryttaren.

### Färger

Islandshästen finns i en hel uppsjö med färger – musblack, brunblack, rödblack, svartbrun, brun, fux,



bork, skimmel och skäck. Isländskan beskriver rätt målning både färg och teckning på en häst – t ex brunstjarnottur (brun med stjärn).

#### Namn

Isländshästens namn fascinerar många. Det har i hundratals år varit tradition på Island att man döper sina hästar efter något som är förknippat med hästen - utseende, personlighetsdrag, händelse, väder, eller något annat intressant. Till exempel är "Glófxa" ett sto med ljus eller gyllene man, "Blesi" en hingst/valack med bläs, "Rjósta" betyder arrogant osv.

#### VAR KOMMER VI VARA?

**Beatelunds Gård** ([www.stallbeatelund.dinstudio.se](http://www.stallbeatelund.dinstudio.se)) är naturskönt belägen strax innan Ingarö på Värmdö cirka 2 mil från Stockholm. Från stallplan ligger Baggensfjärden i blickfånget. På gården finns både ridskola och turridning och inackordering för privatägda hästar. Från Stockholm åker man väg 222 mot Gustavsberg för att komma dit. Verksamheten kommer bedrivas på måndagar och tisdagar mellan 13-16.

**Örnäs Gård** ([www.ornasgard.se](http://www.ornasgard.se)) ligger cirka 3 mil norr om Stockholm i Kungsängen, vackert belägen vid Örnässjön som är ett naturreservat. På gården finns både ridskola och turridning och inackordering för privatägda hästar. För att komma dit från Stockholm åker man E18 mot Enköping till avfart Tibble/Brunna. Verksamheten kommer bedrivas på fredagar mellan 9-15.

#### ANSÖKAN

- Blankett
- Deadline den 24/1
- Kan göras vi mail eller brev
- Bekräftelse av anmälan
- Svar om tid och plats lämnas senast den 7 februari men tidigare om möjligt

#### HUR PRIORITERAR VI?

- Ålder
- Geografisk hemvist
- Möjligheter att ta erbjuden tid

#### SAMARBETSORGANISATIONER

1. Autism och Asperger Föreningen i Stockholm, för rekrytering
2. Autismcenter för barn-ungdom, Stockholm, för kunskapsstöd