

## INDICE

La storia del cavallino di madreperla	10
Prefazione del dottor Stefano Sabioni, medico veterinario	11
Il percorso che ha portato alla filosofia di questo libro	12

### Introduzione

1. Perché questo libro	16
2. Equilibrio PNEI e benessere	16
3. L'evoluzione del cavallo	18
4. Guida all'utilizzo del libro	21

### Parte prima: Gestione

#### Introduzione

1. In ogni cavallo domestico c'è un cavallo selvaggio	26
2. Cos'è la gestione naturale del cavallo domestico?	27
3. Il cavallo domestico in transizione verso le proprie competenze	27
<b>1. La gestione deve permettere la socialità del cavallo</b>	29
1.1. La socialità del cavallo in natura	30
1.2. Il branco: ruoli, gerarchia e <i>leadership condivisa</i>	30
1.3. La socializzazione nella gestione in cattività	33
1.4. Il periodo di transizione sociale	34
1.5. Gestazione e nascite in gestione naturale	36
1.6. Come gestire gli stalloni in cattività	37
■ Approfondimento. Stalloni in ambiente domestico, riflessioni sulla loro gestione	37
1.7. Paura che si facciano male	40
1.8. Mancanza di spazio	40
1.9. Il cavallo domestico: spesso un sociopatico	41
1.10. Buone e cattive amicizie	41
1.11. Cercare aiuto	42
1.12. Il cavallo socializzato e il rapporto con l'uomo	42
<b>2. La gestione deve garantire un'attività motoria adeguata al benessere psicofisico del cavallo</b>	44
2.1. Il movimento in natura	45
2.2. Il movimento in paddock e il movimento con l'uomo	45
2.3. Organizzare lo spazio: saper motivare il cavallo	46
2.4. Strategie alla portata di tutti	46
2.5. Curiosità, esplorazione e valutazione: capacità di organizzarsi in uno spazio aperto	51
2.6. Terreni diversi: propriocezione e coordinazione	52
2.7. Cavalli al pascolo: veramente fortunati	54
2.8. Il riposo	54
2.9. Il piede scalzo: la ciliegina sulla torta	55
2.10. Affidarsi a un professionista	58
<b>3. L'alimentazione deve essere adeguata in qualità e quantità all'età, tipologia e stile di vita del cavallo</b>	59
3.1. Alimentazione in natura	60
3.2. Alimenti e cattive abitudini	60

3.3. Alimentazione naturale in ambiente domestico	63
3.4. Capacità selettiva nel cavallo	65
3.5. Masticazione	66
3.6. Postura	67
3.7. Allergie e problemi respiratori	67
3.8. Soluzioni e buone pratiche	68
3.9. Esigenze specifiche	70
3.10. Cavalli troppo grassi	71
3.11. Cavalli magri	72
3.12. Parassitosi intestinali	72
<b>4. Gli spazi devono essere: sicuri, salubri ed adeguati all'attività che svolgono i cavalli</b>	74
4.1. Gestione in box singoli	75
4.2. Gestione in capannina e paddock per più cavalli	76
4.3. Recinzioni	77
4.4. Paddock diurni o notturni, singoli o di gruppo	77
4.5. L'inverno e il fango	78
4.6. Fondi e drenaggi	79
4.7. Pascoli e grandi aree	80
4.8. Terreni e pendenze naturali	80
4.9. Gestire il freddo e il caldo	81
4.10. Pessime scuse	82
<b>5. Il personale deve essere in grado di interagire con il cavallo senza causargli nessun tipo di disagio e saper riconoscerne i segnali di malessere</b>	83
5.1. Chi influenza il benessere del cavallo	84
5.2. Entrare nello spazio del cavallo	84
5.3. Essere responsabili	85
5.4. Fornire le razioni di cibo	85
■ Esercizio. Gestire e fornire la risorsa "cibo"	86
5.5. Muoversi consapevolmente all'interno delle strutture	88
5.6. Musica per tenergli compagnia?	88
5.7. Riconoscere le stereotipie	88
5.8. Sintomi che richiedono l'immediato intervento del veterinario	89
<b>Bibliografia e letture consigliate</b>	91

### Parte seconda: Relazione

#### Introduzione

1. Parliamo di relazione	94
2. Una chance per l'uomo	94
3. Il valore educativo dell'equitazione	95
<b>1. La relazione con l'uomo non deve essere dannosa per il cavallo</b>	97
1.1. Il cavallo non è un giocattolo	98
1.2. Il binomio: un microgruppo sociale	98
1.3. Relazioni dannose per i cavalli	99
1.4. Le nostre emozioni e le loro conseguenze	100
■ Esercizio 1. Tecnica di respirazione per sperimentare il giusto stato emotivo.	102
Di Elena Daniel	
<b>2. La relazione ruota attorno al punto di vista del cavallo: alle sue esigenze fisiologiche e comportamentali</b>	106

2.1. Il punto di vista del cavallo	107
■ Esercizio 2. Stare semplicemente insieme	108
2.2. I cavalli ci parlano ma noi li ascoltiamo?	109
2.3. Espressività nel cavallo, cosa ci sta dicendo?	109
2.4. Segnali calmanti ed autocalmanti	117
2.5. Attività sostitutive	120
■ Test 1. Osservare ed allenarsi a capire	121
■ Esercizio 3. Toccare il cavallo mettendo sentimento nelle mani	123
2.6. Rimanere in ascolto	124
2.7. Osservare, comprendere e chiedersi il perché	124
3. La relazione deve soddisfare il naturale bisogno di sicurezza, chiarezza e gioco del cavallo	127
3.1. Una guida sicura	128
3.2. Gestire gli spazi e le situazioni	130
3.3. L'addestratore come stimolo condizionato di serenità	131
3.4. Il senso di sicurezza dal punto di vista del cavallo	133
3.5. Chiarezza d'intenti e di modi	134
3.6. Assertività, passività, aggressività	135
3.7. Il gioco e l'interesse nel cavallo	136
4. La relazione va costruita sul naturale istinto di cooperazione del cavallo	139
4.1. L'istinto cooperativo	140
4.2. Salutare il cavallo: la cerimonia dell'incontro per avviare il dialogo	141
■ Esercizio 4. Presentarsi e salutare il cavallo	142
4.3. La gerarchia, una questione di attenzione	145
4.4. Meno si ricorre alle minacce e più saremo rispettati	146
4.5. Non prenderla sul personale	147
5. La relazione deve essere vissuta nel "qui e ora" tenendo presente le condizioni del cavallo e dell'ambiente che ci circonda	148
5.1. Il "qui e ora"	149
5.2. Valutare le condizioni del cavallo	152
5.3. "Il cavallo ha sempre ragione: quando sbaglia chiediamogli scusa"	153
<b>Bibliografia e letture consigliate</b>	155

## Parte terza: Equitazione

### Introduzione

1. L'equitazione al servizio del cavallo	158
2. Il panorama equestre moderno	158
3. Un amico per la vita	159
1. L'equitazione praticata non deve essere dannosa per il cavallo	161
1.1. Tutto ciò che non si basa sul consenso del cavallo, è dannoso	162
1.2. L'equitazione che fa bene al cavallo	163
1.3. Educare il cavallo alla corretta biomeccanica	165
■ Approfondimento 1. Equilibrio sulle spalle, orizzontale, e sulle anche	167
■ Approfondimento 2. Estensione dell'incollatura: da una posizione distesa a una corretta tensione muscolare	169
■ Approfondimento 3. Flessibilità mobilità, laterale e longitudinale	172
■ Esercizio 1. Camminare insieme, le regole della conduzione	174
■ Esercizio 2. Un passo avanti: il lavoro alla mano, alla base della ginnastica	178
■ Esercizio 3. Alla corda	182

1.4. La terminologia della "messa in mano": il cavallo "sulla mano" e "nella mano"	186
■ Approfondimento 4. Il cavallo "sulla mano" e le alterazioni: "dietro la mano" e "contro la mano"	187
■ Approfondimento 5. Il <i>Ramener</i> , ovvero il cavallo "in mano" o "nella mano"	190
1.5. Iperflessione o <i>Rollkur</i> : il sintomo di un'equitazione alla deriva	192
2. Il cavaliere, i finimenti e la pratica equestre devono essere adeguati alla struttura e alle condizioni fisiche del cavallo	196
2.1. Il fondo su cui si lavora e si allena il cavallo	197
2.2. Il cavaliere e la posizione in sella	197
2.3. La sella	201
■ Approfondimento 6. La misura adatta	202
■ Test 1. La sella e le cinghie sono adatte?	205
2.4. Testiere con e senza imboccatura	205
■ Esercizio 4. La cessione della mascella	208
■ Approfondimento 7. La messa in mano	209
■ Test 2. Il nostro cavallo manifesta disagio rispetto alla testiera?	212
■ Test 3. Abbiamo le conoscenze indispensabili per usare un'imboccatura?	213
2.5. Redini ausiliarie: perché sono inaccettabili	216
3. Il condizionamento deve basarsi sulla scienza dell'apprendimento	218
3.1. La scienza dell'apprendimento	219
■ Test 4. Prima di iniziare una sessione di addestramento...	220
3.2. Condizionamento classico	220
3.3. Condizionamento operante	221
■ Approfondimento 8. Pressioni: quali sono i limiti?	224
■ Approfondimento 9. Punire i cavalli aggressivi?	228
3.4. Paura, controllo e autocontrollo	230
3.5. Una macchina o un cavallo felice?	232
4. La progressione deve rispettare i tempi di sviluppo e la preparazione atletica del cavallo	235
4.1. Rispettare i tempi di sviluppo del cavallo	236
4.2. La progressione dell'addestramento	237
■ Approfondimento 10. Moduli di addestramento da terra e da sella	239
■ Approfondimento 11. <i>Légèreté</i> e discesa d'aiuti: il cavallo che "si porta da solo"	245
4.3. Organizzazione della sessione di lavoro	246
4.4. Tempo, atleticità e memoria: cambiano in base alla gestione!	246
5. L'attività che svolgiamo con il cavallo non deve danneggiare la relazione che abbiamo con lui	248
5.1. Il cerchio si chiude	249
<b>Bibliografia e letture consigliate</b>	251

## Conclusione

1. Gente di cavalli dalla parte dei cavalli	254
2. Ringraziamenti	254
3. Il fine del libro	255
Postfazione di Maria Lucia Galli, giornalista	258