

HD 23 juli 2019

På Söderåsens Forsgård rider de för livet

En riddtur är för många ett angenämt avbrott i vardagen med frisk luft och naturvyer. För de som kommer till Söderåsens Forsgård ger träningen på hästryggen nya möjligheter att leva.



Ulrika Stengard Olsson går med Cecilia Jonhsson på rituren, liksom personliga assistenten Marie Palm-Svensson. Astrid Stengard Olsson leder vägen. Bild: Niklas Gustavsson

Cecilia Johnsson var 30 år gammal när hennes liv ändrades för alltid. Hon hade stannat sin bil vid ett röd ljus i spanska San Pedro när hon rammades i sidan av en narkotikapåverkad bilförare.

Idag, elva år senare, är hon förklarad i så gott som hela kroppen. Lite rörlighet i vänster tumme gör att hon kan meddela sig med omvärlden.



”Egentligen borde hon få detta som en remiss från sjukvården” säger Annalena Johnsson (till höger). En gång i veckan är hon hos Ulrika Stengard Olsson för att dottern Cecilia Johnsson ska få ridträning. Att Anneli Hultén agerar stallknekt sker dock inte varje gång. Med Maria Palm Svensson. Bild: Niklas Gustavsson

– Men Cecilia har gjort stora framsteg de sista två åren, i början låg hon ner på hästryggen. Idag sitter hon upp själv, även om hon hänger med huvudet, berättar mamma Annalena Johnsson.



Anneli Hulthén, pappa Bengt Johnsson, Cecilia Johnsson, assistenten Marie Palm-Svensson och mamma Annalena Johnsson. "Cecilia var ingen hästtjej innan olyckan, men hon gillar ridningen och den hjälper henne mycket" säger Annalena Johnsson. Bild: Niklas Gustavsson

De tjugo minuterna sjukgymnastik i veckan hon får av sjukvården förslår inte långt. Framstegen beror istället på den rehabiliteringsträning som föräldrarna själv bekostar, dels hos en sjukgymnast i Malmö, dels på Söderåsens Forsgård i Kvidinge. Det är flera saker som gör sjukgymnastik till häst så effektiv berättar Ulrika Stengard Olsson som driver Söderåsens Forsgård



”Det är som att jag kan gå, jag bara lånar någon annans ben” säger Frida Jendborn, som är född med ryggmärgsbräck. Med Therese Engdahl, Maria Levin och Astrid Stengard Olsson Bild: Niklas Gustavsson

– Under en halvtimmes ridning hinner du utsättas för cirka 2 000 lägesförändringar som hästen gör när den skrittar. Framåt-bakåt, sida till sida och höftbenen rör sig var för sig. Bara att parera och följa med i de rörelserna är träning, säger hon.



Landshövdingen Anneli Hulthén fick prova några av övningarna medan Astrid Stengard Olsson hjälpte till. Bild: Niklas Gustavsson

Till det läggs sedan andra övningar, vilka beror på ryttarens behov. Genom till synes enkla saker som att klappa hästen omväxlande på rumpen och på sidan, eller att hålla armarna utsträckta kan ryttaren förbättra allt från balans och hållning till rörlighet och koordination.

– Sen är det i sig läkande att hästen ett levande djur, med allt som det för med sig i form av kontakt, värme och närhet, säger Ulrika Stengard Olsson.



Det var en nervös landshövding som satt upp på hästryggen. ”Jag är ju mer van vid cyklar. De kan man ju styra själv” sa Anneli Hulthén. Här får hon hjälp av Ulrika Stengard Olsson Bild: Niklas Gustavsson

Dagens gäst på gården, landshövdingen Anneli Hulthén, var imponerad. Både av ryttarna och deras framsteg men också av behandlingsformen som hon kommit att bli nyfiken på.

– Jag hade inte hört talas om detta förrän i våras, när Ulrika var inbjuden till min vårmiddag för eldsjälarna. Jag tycker att det är helt fantastiskt att det finns en sådan här möjlighet för människor som har det svårt.



Träningen till häst spelar stor roll för hälsan för de flesta, inte minst efter passets slut. "De träningsmässiga effekterna efter en veckas läger med ridsjukgymnastik kan spåras i ett halvår efteråt, det säger något om nyttan " säger Ulrika Stengard Olsson. Bild: Niklas Gustavsson



Text: Jakob Thorell



Foto: Niklas Gustavsson