



DATES DES STAGES « MON IDENTITÉ » :

Les stages ont lieu à chaque période de vacances scolaires.

VACANCES DE LA TOUSSAINT :

- Du 24 au 26 octobre 2022

VACANCES DE NOEL :

- Du 18 au 20 décembre 2022

VACANCES D'HIVER :

- Du 14 au 16 février 2023

Nous contacter Si vous souhaitez mettre en place un stage à un autre moment, pour un groupe ou en individuel.

POUR RESERVER merci de nous envoyer la fiche d'inscription ci-après :





FICHE D'INSCRIPTION MON IDENTITÉ VACANCES SCOLAIRES 2021/2022



Nom Prénom :

Adresse :

Tel :

Email :

Age du participant :

Classe :

Comment avez-vous connu ce stage ?

- ☐ Réseaux
- ☐ Relations
- ☐ Affiches
- ☐ Collège ou lycée

Pourquoi voulez-vous participer à ce stage ? :

Qu'attendez-vous de ce stage ? :

Il y a-t-il des infos utiles à nous communiquer vous concernant :

- Votre santé : allergies, asthme ...
- Un handicap :

Connaissez-vous les chevaux ? :

En avez-vous peur ? :



Aucune connaissance équestre n'est nécessaire

Pour plus d'info sur l'équicoaching : www.sensenequilibre.com

Date choisie :

Du Au :

Horaires pour les 3 jours : de 9h30 à 17h30

Une demi-journée de 9h00 à 13h00 aura lieu un mois plus tard (nous fixerons la date avec les stagiaires) afin de valider avec les stagiaires



A noter que chaque stage aura lieu avec un minimum de 3 et un maximum de 6 participants. Dans le cas où le stage ne serait pas complet, nous vous proposerons - selon votre préférence - soit un remboursement, soit une inscription à un prochain stage.

Vous pouvez constituer votre groupe (Nous vous offrons 5% de réduction sur votre stage, par personne inscrite venant de votre part)

NOS APPROCHES :

L'équicoaching : Une expérience corporelle, sensorielle et relationnelle qui développe « l'être » plutôt que le « faire ». Pourquoi avec le cheval ? Avec lui nous nous connectons à nos sensations, nos émotions et nos ressentis dans l'instant présent. Le cheval ne juge pas, ne parle pas, il est juste là.

La Créativité pour favoriser l'expression de soi au travers de jeux de développement personnel, d'activités artistiques et ludiques.

Un coaching bienveillant qui s'appuie principalement sur une relation de confiance d'acceptation et d'écoute qui permet au jeune d'être lui-même et de révéler tout son potentiel.

CONTENU DU STAGE :

Objectif pédagogique : prendre conscience de soi pour mieux vivre ses relations aux autres :

- Me connaître
- M'accepter
- Me familiariser avec mes émotions
- Oser être moi
- Développer la confiance en moi
- Trouver ma place
- Gérer le stress
- Mieux communiquer

Dans un cadre de confiance au sein d'un petit groupe de 4 à 6 jeunes au travers d'activités ludiques créatives et de connexion.

AU PROGRAMME :

Ateliers ludiques, créatifs et d'équicoaching :

✓ **3 ateliers d'équicoaching sur les thèmes « être soi » et « trouver sa place » :**

Qui suis-je ? Quelle est ma place ? Vous êtes amenés, grâce au cheval « miroir » et révélateur de qui vous-êtes, à prendre confiance en vous en conscience des autres à vous affirmer, à oser. Vous allez gagner en confiance et en sérénité, mobiliser vos talents cachés, lever vos freins, vos résistances et vos incertitudes.

✓ **3 Ateliers de coaching :**

Des jeux, des questionnaires, des supports créatifs, pour mieux se connaître, s'accepter, se familiariser avec ses émotions. Tu vas ainsi consolider ton identité, faire émerger tes forces, tes ressources, ta confiance, ta créativité.

✓ **1 Atelier de coaching sur une demi-journée, 1 mois plus tard :**

Ou en suis-je à la suite du stage ? renforcement, ajustements.

PRECISIONS POUR LE STAGE :

- ✓ **Tenue :** confortable, bottes ou basquettes (*pas de talons*), vêtements chauds pour la prestation d'équicoaching de l'après-midi.
- ✓ **Repas du midi :** merci d'apporter votre pique-nique
- ✓ **Rendez-vous le premier jour à 9h00 :** Ecuries du château d'Hem : 61 rue Henri Delecroix, 59510 Hem (arrêt de bus « VOISINAGE » en face des écuries)

Prix du stage pour les 3 jours : 390 €

VALIDATION DE LA RESERVATION :

Moyens de paiement :

Règlement par virement :

CIC Lyon République, 8 rue de la république, 69001 Lyon - de Vanssay Anne - Sens en Equilibre
IBAN : FR76 1009 6180 0200 0862 4330 125
BIC : CMCIFRPP

Règlement par chèque : à l'ordre de Anne de Vanssay Sens en Equilibre

Possibilité de payer en deux ou trois fois (*Un 1^{er} chèque sera débité à réception –Merci de préciser au dos des autres chèques les dates de débit souhaitées*). Merci de joindre les deux ou trois chèques à votre inscription.

Nous retourner la fiche d'inscription (ainsi que votre règlement si chèque) à l'adresse suivante :

Anne de Vanssay – Sens en Equilibre, 70 rue du docteur Legay, 59110 La Madeleine

Votre réservation sera validée à réception du paiement et de la fiche d'inscription remplie.

Nous vous remercions de votre confiance, et sommes heureuses de cette belle occasion de vous rencontrer !