



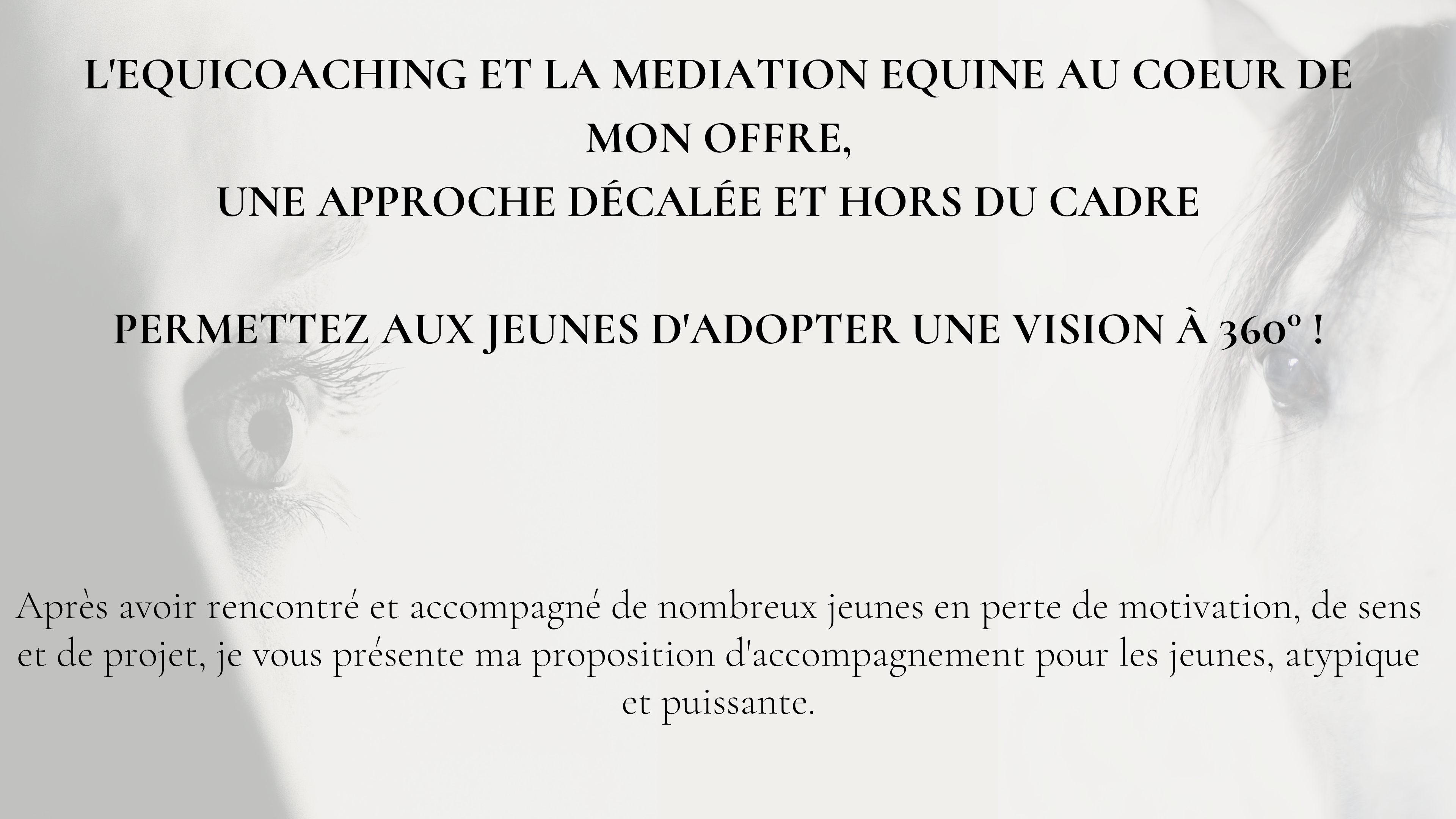
PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT EN ÉQUICOACHING/ ÉQUITHÉRAPIE POUR LES JEUNES EN REINSERTION ET RÉORIENTATION.

Une approche expérientielle, corporelle et relationnelle qui permet aux jeunes de se développer personnellement et professionnellement



PROPOSÉ PAR ANNE DE VANSAY
- SENS EN EQUILIBRE





**L'EQUICOACHING ET LA MEDIATION EQUINE AU COEUR DE
MON OFFRE,
UNE APPROCHE DÉCALÉE ET HORS DU CADRE
PERMETTEZ AUX JEUNES D'ADOPTER UNE VISION À 360° !**

Après avoir rencontré et accompagné de nombreux jeunes en perte de motivation, de sens et de projet, je vous présente ma proposition d'accompagnement pour les jeunes, atypique et puissante.

L'ÉQUICOACHING EST UN ACCOMPAGNEMENT ASSISTÉ PAR LE CHEVAL, UNE MAGNIFIQUE MÉTHODE DE DÉVELOPPEMENT PERSONNEL ET PROFESSIONNEL.

Le cheval à la capacité exceptionnelle de savoir lire nos émotions, il est un révélateur de qui nous sommes !

Le travail en interaction avec ce magnifique animal permet d'installer un équilibre entre la raison et les émotions qui sont essentielles à notre épanouissement. Nos masques tombent, ainsi que les processus de défense que nous avons mis en place.

ANNE DE VANSAY - SENS EN EQUILIBRE



LA MÉDIATION ÉQUINE (THÉRAPIE AVEC LE CHEVAL) EST UNE RELATION D'AIDE AVEC LE CHEVAL QUI PERMET DE VIVRE UNE EXPÉRIENCE CORPORELLE ET RELATIONNELLE QUI DÉVELOPPE L'«ÊTRE» PLUTÔT QUE LE «FAIRE»

Les participants prennent confiance en l'animal, développent une complicité, entrent en communication avec lui. Ils se mettent au diapason.

Ils vont aussi ressentir leur corps et écouter leur cœur, leurs émotions, prendre confiance en eux.

ANNE DE VANSAY - SENS EN ÉQUILIBRE





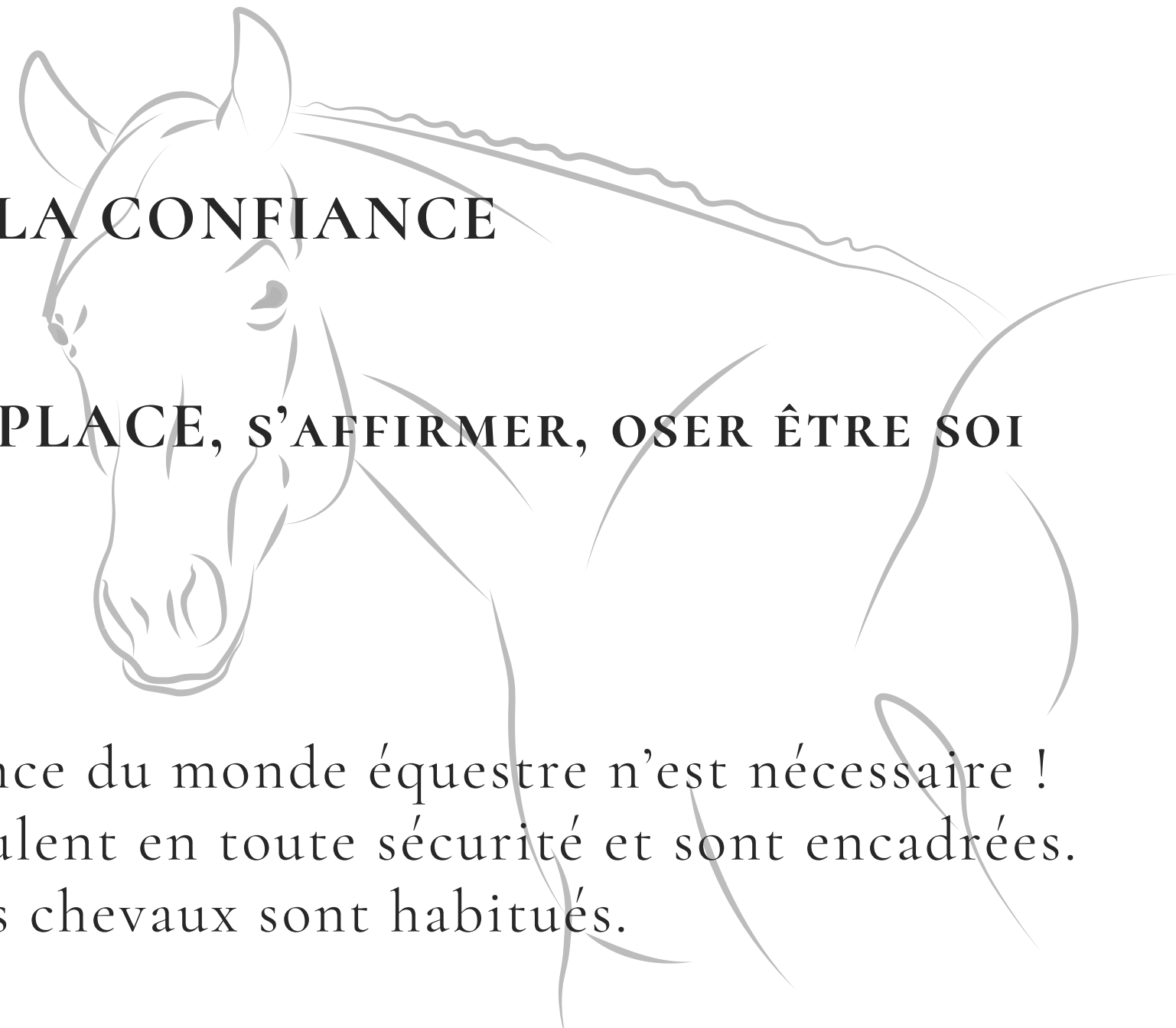
LES ATELIERS AVEC LES CHEVAUX EN ÉQUICOACHING ET MÉDIATION ÉQUINE SERONT SUR LES THÈMES SUIVANTS :

SE CONNECTER À SOI-MÊME GRÂCE AUX CHEVAUX POUR MIEUX SE CONNECTER AUX AUTRES

DEVELOPPER LA CONFIANCE

TROUVER SA PLACE, S’AFFIRMER, OSER ÊTRE SOI

Aucune connaissance du monde équestre n’est nécessaire !
Les séances se déroulent en toute sécurité et sont encadrées.
Les chevaux sont habitués.



AVEC UN MIXTE DE L'ÉQUICOACHING ET DE LA MÉDIATION ÉQUINE, CE PARCOURS PERMETTRA AUX JEUNES DE :

Sur une période de 3 jours, au rythme de 3 séances de 3 heures chacune, afin de permettre aux jeunes de se familiariser petit à petit avec le cheval, avec leurs ressentis, leurs prises de conscience pour faire des choix en adéquation avec qui ils sont.



- Gagner en confiance et en estime d'eux même,
- Savoir dire non,
- Révéler leurs potentiels innexplorés,
- Mieux gérer le stress, l'anxiété,
- Identifier et appréhender leurs émotions,
- Développer un projet,
- Faire un choix,
- Mettre en lumière leurs forces et leurs faiblesses,
- Savoir prendre des décisions,
- Gérer le changement,
- Améliorer leurs relations personnelles et professionnelles,
- Accélérer la prise de conscience,
- Découvrir la communication non-verbale,
- Trouver leur place,
- S'affirmer, oser être eux-même,
- Poser des limites,
- ...



JOUR 1

LE PROGRAMME :

Durée 3 heures :

- *Accueil,*
- *Présentation de chacun,*
- *Présentation de l'équicoaching et de la Médiation équine (équithérapie)*
- *2 ou 3 Ateliers avec les chevaux*

Je choisis les Ateliers que je propose aux jeunes selon le groupe et les besoins de chacun - en fin de ce document je vous présente différents ateliers possibles.



JOUR 2

LE PROGRAMME :

Durée 3 heures :

- *Accueil, météo du jour : comment je me sens aujourd'hui*
- *Présentation de la Communication non violente*
- *2 ou 3 Ateliers avec les chevaux*

Je choisis les Ateliers que je propose aux jeunes selon le groupe et les besoins de chacun - en fin de ce document je vous présente différents ateliers possibles.



JOUR 3

LE PROGRAMME :

Durée 3 heures :

- *Accueil, météo du jour : comment je me sens aujourd'hui*
- *2 Ateliers avec les chevaux*
- *Final avec le Post it Poney*

Je choisis les Ateliers que je propose aux jeunes selon le groupe et les besoins de chacun - en fin de ce document je vous présente différents ateliers possibles.



QUI SUIS-JE ?

*ANNE DE VANSSAY
SENS EN EQUILIBRE*

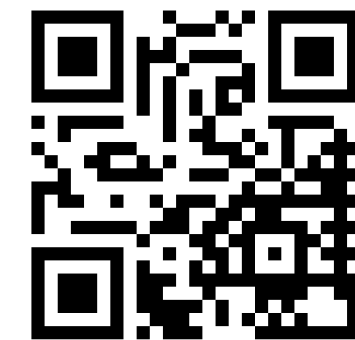
ME CONTACTER :

www.sensenequilibre.com

anne-devanssay@sensenequilibre.com

06.63.90.37.86

J'accompagne les jeunes à mieux se connaître pour trouver leur place dans la société en adéquation avec leur identité profonde. Je travaille à faire émerger leurs forces, leurs ressources, leur confiance, leur créativité.



"Lorsque notre esprit, nos sentiments et notre corps sont en harmonie nous sommes en équilibre. C'est dans cette plénitude que nous trouvons la sérénité et le bien-être intérieur"

