

Travailler votre présence avec le cheval.

1,5 jour – 10,5 heures

Le cheval nous aide à nous ancrer dans l'ici et maintenant

« Nos pensées naviguent à toute vitesse, dans le passé, dans le futur, les deux alternativement

Il est parfois difficile de rester juste là. Ici et maintenant...

Le cheval, grand maître de la présence, saura déclencher en vous vos pensées récurrentes...parfois négatives dans un premier temps.

Ce sera l'occasion pour chacun et chacune de « s'observer penser » et de faire le tri.

Grâce à l'EFT, vous pourrez désactiver celles qui vous bloquent, vous ralentissent. Cela sera l'occasion de vous reconnecter avec votre immense champ des possibles.

Je vous invite à dépasser vos peurs du cheval (pour ceux qui en ont peur, nous ne montons pas) afin de vous faire ce cadeau d'un grand moment de réconciliation avec votre potentiel.

Je serai là pour vous accompagner avec la plus grande douceur sur ce beau chemin». **Corinne Chaussemy**

OBJECTIFS

Cette journée a pour objectif de vous aider à développer votre présence.

Cela passera par :

Quels messages conscients et/ou inconscients j'envoie à l'autre ?

Quelles sont les pensées récurrentes à mon sujet ? Positives ? Négatives ?

Lesquelles m'aident ?

Comment je gère mes émotions ?

Quels sont mes messages corporels ?

Et aussi...

Etre dans l'instant présent avec le cheval

Prendre du plaisir

Se rencontrer à travers le regard du cheval

Se recentrer

PUBLIC CONCERNÉ

Tout public.

IFPEC Formations

Siège social : 25, rue Fontaine 75009 Paris

Siège administratif : 58, route du Bois d'Aval 38150 Chanas

Tél. 04 74 56 32 45 / 07 87 00 98 35 Email : info@ifpec.org - www.ifpec.org

Prestataire de formation enregistré sous le n°11 75 53520 75 auprès du préfet Ile-de-France.
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état. SIRET 809 007 834 00017 – NAF 8559A

PRÉ-REQUIS

Avoir suivi le module 1 en EFT.

Pas de pré-requis avec les chevaux.

Les personnes qui ont peur des chevaux sont les (hyper) bienvenues ! Nous attirons votre attention sur le fait qu'il ne s'agit pas d'un stage de développement personnel, ni d'une thérapie de groupe, mais d'une formation professionnelle. Les personnes fragiles psychologiquement et émotionnellement sont invitées à différer leur inscription afin que la formation puisse se dérouler dans les meilleures conditions.

PÉDAGOGIE

Pédagogie très progressive. Les participants ne montent pas à cheval. Alternance d'exercices avec le / les chevaux individuellement et en groupe. Après chaque passage, la personne prendra le temps de faire le point sur ce qu'il s'est passé pour elle / avec le cheval / avec les autres participants (pour les exercices de groupe). Le manège devient le lieu d'expérimentation émotionnel et de partages.

PROGRAMME

JOUR 1

Accueil 09h00

09.00 - 10.00 : Présentation de la journée / tour de table

10.00 - 12.30 : Mise en pratique avec les chevaux et EFT

12.30 - 14.00 : Repas sur place.

14.00 - 16.30 : Mise en pratique avec les chevaux et EFT

16.30 - 17.30 : Retour en salle / Snack

JOUR 2

Accueil : 9h00

09.00 - 10.00 : Travail de groupe en salle. EFT

10.00 - 12.30 : Mise en pratique avec les chevaux & EFT

12.30 - 14.00 : Repas sur place.

VALIDATION

Une attestation de présence sera remise au stagiaire le dernier jour de la formation

LIEU : Haras de Préjeurin 69700 Echalas.

INTERVENANT :

Corinne CHAUSSEMY est spécialiste de l'accompagnement de vos équipes facilité par le cheval depuis 2008, elle se consacre à l'Equicoaching à temps complet depuis 2014.

Expertise à destination d'entreprises allant de la TPE à l'entreprise multinationale, en Français et en Anglais. L'organisation de séminaires / outdoor pour les gros groupes fait partie de ses compétences.

- Certifiée coach CT (Coaching & Team building) Vincent Lenhardt, depuis 2005
- Master I : Institut des Sciences et Pratiques d'Éducation et de Formation (ISPEF) / Apprentissage et didactique chez l'adulte et l'enfant.
- Formée à l'AT (Analyse Transactionnelle) et à l'EFT (Emotional Freedom technic) à l'IFPEC avec JM Gurret.
- Diplômée du Ministère de l'Agriculture, spécialisation élevage : BPrea (Brevet Professionnel de Responsable d'Exploitation Agricole).

IFPEC Formations

Siège social : 25, rue Fontaine 75009 Paris

Siège administratif : 58, route du Bois d'Aval 38150 Chanas

Tél. 04 74 56 32 45 / 07 87 00 98 35 Email : info@ifpec.org - www.ifpec.org

Prestataire de formation enregistré sous le n°11 75 53520 75 auprès du préfet Ile-de-France.
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état. SIRET 809 007 834 00017 – NAF 8559A