



Venez vivre une séance découverte à Lissieu

Si vous êtes curieux.se et avez envie de mieux comprendre comment le cheval peut interagir avec vous, venez rencontrer Dune, Spahi, Ciel et Camélia dans leur pré de Lissieu.

Une séance découverte individuelle commence par la prise de connaissance de l'environnement sonore, visuel, olfactif dans lequel vivent les chevaux. L'ouverture à la dimension sensorielle d'un lieu permet de mieux s'inscrire dans l'instant présent.

Je vous expliquerai ensuite qui sont ces animaux : leur mode de vie, leurs besoins, leurs modalités relationnelles. Toutes ces caractéristiques vous permettront de comprendre ce qui fait la richesse de la présence du cheval dans le coaching.

Après les explications, place à la rencontre !

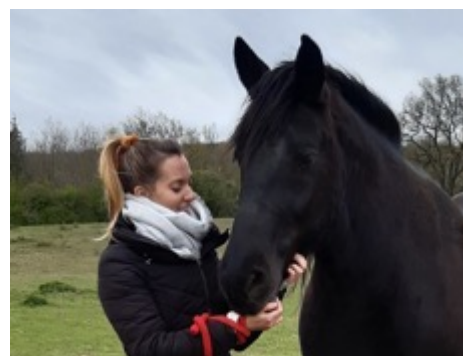
Une fois les consignes de sécurité données, je vous inviterai à aller vers chaque cheval afin d'identifier celui avec lequel vous aimeriez faire connaissance, à l'écoute tout particulièrement de votre intuition et de vos émotions.

Aux côtés de l'animal que vous aurez choisi, nous pourrions échanger sur ce qui vous a guidé.e vers lui et approfondir notre échange selon ce que vous aurez envie de partager.

La rencontre avec un cheval n'est jamais anodine ; elle vient nourrir une part de nous. C'est le cadeau avec lequel vous repartirez de cette séance.

Je réserve ma séance découverte*
au tarif de 35€ d'une durée de 1H
[ici et maintenant](#)

*dans la limite des places disponibles



Témoignage de Floriane

Floriane est venue vivre une séance découverte « à la rencontre des chevaux et de leur lieu de vie ». Elle témoigne :

« J'ai fait une séance découverte d'équicoaching avec Florence, c'était une belle et étonnante expérience que je recommande !

Florence sait vous mettre à l'aise avec les chevaux, vous faire sentir en confiance et en sécurité. Elle a réussi à poser les bonnes questions toujours avec une grande bienveillance pour faire ressortir les émotions dont faisait écho le cheval.

Une belle leçon de lâcher-prise et un moment d'introspection authentique dans un cadre ressourçant au plus proche de la nature ».



Vous pensez avoir peur des chevaux ?

Avoir de l'appréhension à l'idée de s'approcher de chevaux est bien compréhensible. Ce sont de grands animaux, puissants, et dont le comportement parfois inattendu peut paraître dangereux pour les humains que nous sommes.

Donc, si vous pensez avoir peur des chevaux, vous êtes *a priori* une personne observatrice, consciente de sa vulnérabilité, soucieuse de sa sécurité.

Savez-vous qu'en cela vous ressemblez fortement aux chevaux ?

Le cheval est un animal proie . Pour cette raison il se sait vulnérable et, à l'état sauvage, sa survie dépend de sa capacité à observer son environnement et à fuir au moindre danger.

Même domestiqué, le cheval n'a jamais changé: son besoin de sécurité reste primordial pour lui.

Contrairement aux idées reçues, la peur ressenti par l'humain n'exacerbe pas la peur chez le cheval. C'est l'attitude inappropriée de l'humain, guidée par son appréhension, qui peut effrayer le cheval : ses gestes brusques, ses mouvements de recul, ses cris, etc.

Accompagné.e et guidé.e dans vos mouvements, vous ne risquerez pas de faire peur au cheval qui se révélera alors curieux de ce nouveau partenaire dont il se sentira naturellement proche puisque partageant des émotions semblables.

En quelques minutes, votre peur des chevaux disparaîtra.



Venez vous inscrire pour votre séance découverte* au tarif de 35€

*dans la limite des places disponibles



[**>> Je m'inscris**](#)



L'actualité d'Ekilia

Un podcast sur l'équicoaching

Cécile Farges est coach certifiée et fondatrice de rHéquiliance. Elle m'a interviewée et propose à votre écoute un podcast qui vient s'inscrire dans sa série « 1 pour tous... tous coachés ». 30 minutes pour découvrir ce qui fait toute la richesse de l'équicoaching !

Pour l'écouter,
[cliquer ici](#)



Les nouvelles du pré

Cette année, Dune entre dans sa trentième année. Un bel âge pour une jument !

Elle est ma première compagne dans le monde équin, celle avec qui j'ai appris ce que je sais des chevaux. Lorsqu'elle est entrée dans ma vie il y a 16 ans, jument fougueuse au caractère bien affirmé, assoiffée de liberté, elle est venue bousculer toutes mes certitudes. La vie l'avait cabossée, les humains l'avaient maltraitée, elle n'aspirait qu'à les fuir.

Il nous a fallu longtemps pour nous connaître, puis nous apprivoiser mutuellement.

Notre relation se nourrit aujourd'hui du respect, de la confiance et de la tendresse que toutes ces années nous ont offerts. Et de beaucoup d'admiration de ma part.



Florence Beffeyte
06 17 90 82 39
florence.beffeyte@gmail.com

Lieu des séances :
Centre équestre des Monts d'Or à Lissieu (69)

Retrouvez-nous
le mois prochain !

Rendez-vous sur ekilia-coaching.fr