



Mes accompagnements en 2024

Le printemps arrive et avec lui la promesse de journées plus longues et d'une météo plus clémente !

Il est grand temps de vous présenter **mes propositions d'accompagnement pour 2024.**

◆ Pour les entreprises

Des séances de formation individuelles d'une durée de 2h30 à 3h00, mêlant exercices pratiques et apports théoriques. Elles s'adressent à toute personne rencontrant des **difficultés de positionnement** au sein de son équipe, souhaitant affiner sa **posture** ou étant amenée à prendre des **responsabilités d'encadrement**.

Des séances collectives d'une demi-journée ou une journée ayant pour objectif de favoriser **la cohésion d'équipe**. Les exercices sont proposés selon une progression facilitant l'appropriation des méthodes spécifiques de l'équicoaching. Le **côté ludique** renforce la convivialité de ces instants partagés hors du cadre professionnel ; il agit comme un ciment qui crée un lien durable entre les participants.

*Je suis certifiée **Qualiopi**, ce qui permet aux entreprises d'inscrire les séances dans leur plan de formation. Dans ce cadre, l'approche pédagogique est détaillée dans un programme adapté aux apports souhaités par l'entreprise.*

◆ Pour les particuliers

Des séances individuelles d'une durée de 1h00 à 1h30 offrant aux personnes la possibilité **d'amorcer un changement souhaité dans leur vie personnelle**. Le cheval, en leur permettant d'explorer leur espace émotionnel, les aide à libérer l'énergie et la créativité nécessaires à leur évolution. Ces séances s'adressent aux **adultes** et aux **adolescent.e.s**.

Des séances collectives d'une durée de 3h00 pour des groupes de 4 personnes qui ne se connaissent pas forcément, mais qui ont en commun l'envie de vivre une séance « **à la découverte de soi-même grâce au cheval** ». Les interactions, l'énergie du groupe, la complicité immédiate face à une situation inédite pour chacun.e, font toute la richesse de ce type de séance.



Ca se passe où ?

Je vous accueille dans des espaces mis à ma disposition par le Centre équestre des Monts d'Or à Lissieu (69).

Les chevaux avec lesquels vous travaillerez sont mes compagnons depuis 5 ans (Ciel), 10 ans (Camélia), 17 ans (Spahi) et 20 ans (Dune). **C'est important pour moi de vous mettre en contact avec des chevaux que je connais très bien.**

Plusieurs lieux sont possibles. La plupart sont en **extérieur** :

- **Le pré** permet d'aller à la rencontre des chevaux dans leur milieu naturel.
- **La carrière** est un terrain d'exercice rectangulaire en sable, encadré par des barrières.
- **Le rond de longe** est un espace rond, fermé, mesurant environ 18 m de diamètre.

Dans certains cas, il est possible d'utiliser **le manège** qui est également un espace rectangulaire en sable, couvert d'un toit.

Trois séquences de formation

A quelques mois de la prise de responsabilité d'une équipe d'une trentaine de personnes, Valérie est venue renforcer ses compétences de manager. Ensemble nous avons travaillé sur sa **posture de leader**, **l'importance du cadre**, la **gestion des conflits**.

Voilà ce qu'elle dit de cet accompagnement :

« C'est un vrai travail à trois, et j'ai eu l'impression de sur-mesure. On comprend mieux ses automatismes afin de les apprivoiser. Des moments intenses avec un ancrage immédiat grâce au cheval. Florence est bienveillante et sait trouver les bonnes questions qui font réfléchir et avancer grâce à la mise en œuvre instantanée avec un cheval sincère. »



2023 en témoignages et en images

Séance pour particuliers

Vanessa, Sabrina, Pascale et Jeannie sont venues passer une matinée avec les chevaux pour découvrir l'équicoaching sur le thème « **à la rencontre de soi-même grâce au cheval** ».

Pour elles, la découverte était totale car elles ne se connaissaient pas avant d'arriver à la ferme équestre.



Quelques-uns de leurs témoignages :

« Cette séance a mis en avant un trait de caractère qu'on m'a dit ou fait comprendre régulièrement dans ma vie mais que je n'ai jamais vraiment pris au sérieux. »

« La spontanéité et la richesse des échanges est incroyable : on ne se connaissait pas avant la séance et on a partagé des choses vraiment fortes. »

Cohésion d'équipe

Cécile a proposé aux formateurs et consultants avec lesquels elle travaille de vivre une séance d'équicoaching pour leur permettre de **mieux se connaître**, **favoriser la cohésion** de leur équipe, **créer du lien** et **partager un temps convivial** hors de leurs lieux d'intervention habituels.

Témoignage d'Eugénie, une participante :

« Pour moi l'équicoaching c'est :

1. se donner l'autorisation d'aller là où l'on n'ose pas aller.

2. accompagner / s'entraider pour construire ensemble, dans l'écoute et le dialogue.

Quel plaisir de partager avec une super équipe un tel moment ! Il n'en ressort que du positif et de l'apprentissage sur soi et sur les autres !"



du 4 au 6 octobre 2024

Pendant 2 jours et 2 nuits, partez à la découverte de vous-même.

Traces extérieures, pistes intérieures

Du 4 au 6 octobre

Marine, Thierry et moi-même vous proposons, le temps d'un week-end, de suivre le chemin de votre individualité.

Par le biais du *pistage animalier*, par la *rencontre singulière avec le cheval* et grâce à la *métaphore de l'arbre*, nous vous aiderons à vous connecter à **votre essence** et à remonter **le cours de votre histoire**.

[> Plus d'infos <](#)

Newsletter
Suite # N°7

Samedi 25 mai, de 9h30 à 12h30

Venez vivre une séance d'équicoaching pour un groupe de 4 personnes.

- ✿ 4 personnes ayant envie de vivre une séance "à la rencontre de soi-même grâce au cheval".
- ✿ 4 personnes qui ne se connaissent pas forcément, pour la richesse de la rencontre, l'énergie du groupe, la complicité dans le partage.
- ✿ 4 personnes qui ont envie de découvrir l'équicoaching, quel que soit leur niveau de connaissance des chevaux.

[> Pour obtenir plus d'infos <](#)

Le saviez-vous ?

Tout comme les humains, les chevaux ont besoin de voir le dentiste régulièrement. Mais les raisons en sont différentes : leurs dents poussent en continu et s'usent petit à petit par les mouvements de mastication. Cependant, les dents n'étant pas dans un alignement parfait, l'usure est inégale : il se forme des surdents sur l'extérieur de l'arcade maxillaire (coté joue) et l'intérieur de l'arcade mandibulaire (coté langue). Pour enlever ces surdents, génératrices de blessures, le dentiste doit absolument les limer. Il intervient tous les deux ou trois ans, selon les besoins.

Les chevaux n'apprécient pas du tout cette séquence qui les contraint à l'immobilité, la bouche ouverte par un ouvre-bouche, la tête posée sur un support. Par ailleurs, le bruit produit par la lime dans la bouche peut être anxiogène pour l'animal qui ne comprend pas ce qui lui arrive.

Heureusement, si le soin est réalisé régulièrement, la durée de l'intervention est très courte.



Retrouvez-nous
dans la newsletter n° 8!


EKILIA

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

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

Rendez-vous sur ekilia-coaching.fr