

→ EQUICOACHING, les chevaux révélateurs

Publics concernés :

- Ouvriers ESAT ou d'EA,
Personnes en parcours
de réinsertion, jeunes en
situation de décrochage
scolaire, Equipes médico
sociales.

Équipements / Accès / Accessibilité :

- Ecuries, centres
équestres - Accessibilité
PMR totale.

Profil(s) Formateur(s) :

Educatrice spécialisée
formée en équicoaching,
équimotricité © et
zoothérapie/ médiation
équine.

Profil et pré-requis :

- Ne pas avoir de contre indications à la pratique équestre.

Objectifs de la Formation / Aptitudes et compétences :

► Action d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances.

- Permettre à chaque stagiaire de faire un bilan de son état émotionnel, de ses difficultés et ses projets en cours, se projeter, construire des objectifs, se donner une direction.
- Développer ses habiletés sociales, comprendre et résoudre des conflits (professionnels, familiaux, personnels..)
- Apprendre à prendre soin de soi et le point sur sa confiance, son estime, son lâche prise...
- Développer des capacités d'entraide, de coopération avec le groupe, être solidaire, dans l'empathie, l'entraide, le partage d'expérience, la co construction.
- Permettre la découverte de la rencontre unique avec les chevaux médiateurs, authentiques, vivant dans l'instant présent et révélateurs, miroirs, permettant la prise de conscience, la construction de nouveaux comportements . Nouer une relation unique.
- Développer ses capacités motrices et travailler la latéralité, la motricité fine, coordination oculo-manuelle, tonus, coordination, équilibre..

Contenus et durée de la Formation :

► 12 h : 4 demi journées dans différents lieux auprès des chevaux

- 2 séances de travail à pied en équicoaching
 - 2 séances de travail montées (portage sensoriel, équitation adaptée, équimotricité ©) Les séances montées se déroulent en centre équestre et sont co-encadrées avec un BE d'équitation.
- Séance 1 : Une rencontre (un équidé) : exercices individuels avec la jument médiatrice en lien avec les objectifs puis jeux de groupe. Travail à pied, travail en liberté.
- Séance 2 : Des rencontres (plusieurs équidés) : détente, ancrage, jeux collectifs, travail à pied, travail en liberté.
- Séance 3 : Motricité et portage : bilan des acquis et besoins de travail en psychomotricité. Adaptation avec les équidés, atelier de portage sensoriel, jeux de socialisation, reproduction du parcours sur feuille, travail motricité fine avec le matériel équestre.
- Séance 4 : Se dépasser : séance montée en équitation adaptée. Affronter ses peurs, se dépasser, diriger le cheval, prendre des initiatives. Parallèle avec les projets et les objectifs déterminés. Debriefing global des 4 séances et perspectives.

Méthodes mobilisées & Modalités d'évaluation :

- Travail à pied, equifeel, equifun, equicoaching , equimotricité © (méthode Catherine Saublens).
 - Jeux de coopération, jeux sensoriels.
 - Hippologie (bases), techniques équestres (montées) niveau initiation et galop 1.
 - Approches systémiques et narratives (arbre de vie, techniques introspectives..) Cartes émotions. Intelligence émotionnelle.
- Suivi de l'exécution de l'action : liste d'émargement.
- Procédure d'évaluation : questionnaire préformation pour évaluer les besoins et le positionnement, évaluation continue, grille d'autoévaluation et questionnaire de satisfaction en fin de formation.
- Document remis à la fin de la formation : attestation de formation.

Modalités d'inscription & Tarifs :

Les ESAT prennent contact avec la formatrice jusqu'à un mois
avant le début de la formation.