



# FORMEZ-VOUS AUTREMENT : TRAVAILLER SA RELATION À SOI ET AUX AUTRES GRÂCE À L'ÉQUI- FORMATION

FORMATIONS COURTES

INITIATION

NEW

Ref. : 8053409

Durée :  
1 jour - 7 heures

Tarif :  
Salarié - Entreprise : 950 €  
HT

Repas inclus

## Le cheval comme miroir

Quel que soit le contexte dans lequel nous agissons et interagissons, nous avons besoin de nous impliquer pleinement pour éprouver du plaisir, un bien-être durable et pour obtenir des résultats satisfaisants. Que ce soit dans notre vie privée ou dans notre vie professionnelle, la façon dont nous serons présents, actifs, motivés et capables de mettre en œuvre nos ressources (nos connaissances et compétences, nos acquis et nos réflexes...) fait la différence.

Pour fluidifier et amplifier l'utilisation de notre potentiel, les chevaux sont de merveilleux professeurs...

### OBJECTIFS

Mieux se connaître dans sa relation à soi et aux autres  
Gagner en maîtrise de ses émotions et de sa communication  
Identifier son style de leadership

### EVALUATION

Les compétences visées par cette formation font l'objet d'une évaluation.

### PRÉREQUIS

Il n'est pas nécessaire d'avoir une quelconque expérience avec les chevaux. Egalement accessible à toute personne mal à l'aise avec cet animal

### COMPÉTENCES ACQUISES

Gagner en intelligence émotionnelle et en leadership

### PARCOURS PÉDAGOGIQUE

E-quiz amont  
Présentiel  
E-quiz aval

### PROGRAMME

La formation autrement : Travailler sa relation à soi et aux autres grâce à l'équi-formation

#### Approche pédagogique

Cette formation n'en est pas réellement une. C'est une expérience à part entière que nous vous proposons.

Vous ne serez pas dans une salle de formation mais dans un centre accueillant une vingtaine de chevaux, en Ile de France. Ce lieu est dédié à la pratique de l'équi-coaching. Avec cette approche, vous êtes en situation à pied avec le cheval.

C'est un lieu calme, serein, avec l'équipement nécessaire aux exercices que vous serez amené.e.s à faire.

Animée par une consultante certifiée @Eponaquest, cette journée vous permettra de travailler votre intelligence émotionnelle, votre leadership et vos compétences relationnelles.

#### Faites le pari :

- D'un lieu différent
- D'un petit groupe
- D'un programme personnalisé
- D'une déconnexion





- D'une expérience apprenante

## INTERVENANTS

Expert EFE - Equiformation

## MOYENS HUMAINS, TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

Équipe pédagogique :

Un consultant expert de la thématique et une équipe pédagogique en support du stagiaire pour toute question en lien avec son parcours de formation.

Ressources pédagogiques :

Un support de formation présentant l'essentiel des points vus durant la formation et proposant des éléments d'approfondissement est téléchargeable sur notre plateforme.



Organisme qualifié  
par l'ISQ-OPQF



Membre de la Fédération  
Les Acteurs de la Compétence

EFE FORMATION SAS - 35, rue du Louvre - 75002 PARIS  
Tél. : +33 (0)1 44 09 25 08 - e-mail : [serviceclient@efe.fr](mailto:serviceclient@efe.fr)  
Siret 412 806 960 0032