

Zoom sur... L'EQUICOACHING

L'**équicoaching** est une approche innovante mettant en avant la capacité naturelle du **cheval** à agir comme **miroir émotionnel**.

Prises de conscience, mobilisation de ses ressources et ancrage tant corporel qu'émotionnel sont au coeur des interactions...

Pour des changements rapides et durables.

En pleine nature,
dans un cadre bienveillant,
apprenez avec les chevaux à :

- **Savourer** le moment présent
- Gérer **stress & anxiété**
- Reconnaître et poser ses **limites**
- Passer le cap d'une **transition de vie**
- (Re)trouver **confiance** et **estime** de soi
- Vivre des **relations** plus apaisées
- **Oser** agir !



Contactez **Stéphanie** pour
toute info ou réservation :

06 37 51 94 84

www.regardspluriels.com



Gonneville-sur-Mer

Regards Pluriels EQUICOACHING



*L'intelligence émotionnelle des chevaux
au service de votre mieux-être*

10 minutes de Cabourg

🇬🇧 ENGLISH SPOKEN



Du sur mesure

À TOUT ÂGE & TOUTE L'ANNEE



SÉANCES FAMILLE

2H / 140€

En couple, avec vos (petits-)enfants ou avec un.e ami.e proche, vivez une **expérience** unique en pleine nature avec les chevaux et partagez des moments de **complicité**. Une belle opportunité pour se (re)découvrir, explorer, apprendre et **grandir ensemble** !



SÉANCES INDIVIDUELLES

1H30 / 90€

Profitez d'un **accompagnement** sur mesure pour explorer le sujet de votre choix avec les chevaux et repartir avec des clés et **outils concrets**, adaptés à votre contexte personnel ou professionnel.

Suivi sur plusieurs séances également possible sur demande.



AUCUNE CONNAISSANCE DES CHEVAUX N'EST NÉCESSAIRE.

ATELIERS COLLECTIFS

SUR DEVIS

En groupe, plongez dans une **immersion** unique en pleine nature aux côtés du troupeau de chevaux, et explorez ensemble le **thème de votre choix** : cohésion d'équipe, leadership, accompagnement du changement...

Une expérience "hors du temps", pleine de douceur et une justesse dans l'accompagnement. Je recommande...