

LAURENT Guénaëlle
EQUI NOSCE
Lieu dit Bastonis, 09500 MIREPOIX
0607465609
info@equinosce.com
www.equinosce.com
SIRET: 794 757 849 00029
Déclaration d'activité: 76090060209 - Occitanie



HORSE COACHING

Mieux se connaître pour mieux se comprendre

Durée en heures: Variable

Accompagnement individuel ou collectif

Lieu de la formation:

Pôle Equi Nosce

Profil des stagiaires: Tout public, particulier et entreprise

Chefs d'entreprise, chefs d'équipes, managers

Durée en jours: Variable

Montant de la formation:

150€ HT/jour

TVA 20%: 30€

180€ TTC/jour

Pré-requis: Aucun niveau et aucune connaissance équestres nécessaires

Objectif professionnel général

- Comprendre comment la conscience de soi est essentielle pour comprendre les autres et pour communiquer.

Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Comprendre ses propres émotions, et être mieux équipé pour les gérer.
- Empêcher ses réactions émotionnelles de brouiller son jugement pour comprendre le point de vue de l'autre.
- Comprendre les préjugés inconscients qui façonnent notre façon de percevoir le monde, et reconnaître quand et comment ils peuvent influencer nos interactions avec les autres.

Contenu et déroulement de la formation

Module n° 1

Durée : Variable

Type de module :

Module Présentiel

Contenus :

- Identifier ses besoins et ses peurs
- Choisir des objectifs alignés avec ses valeurs et ses intérêts.
- Acquérir les techniques permettant de communiquer efficacement, établir des limites et gérer les conflits.
- Gérer le stress et l'anxiété: Comprendre ses déclencheurs émotionnels et développer des stratégies d'adaptation.

100,00% de nos apprenants recommandent cette formation

Sondage réalisé du 01/01/2023 au 31/10/2024 auprès de 22 stagiaires interrogés sur la qualité de la formation – V3 – 31/10/2024

Equi Nosce, lieu dit Bastonis, 09500 MIREPOIX, 0607465609 – info@equinosce.com, SIRET : 79475784900029, Déclaration d'activité : 76090060209 - Occitanie

- **Exercices pratiques**

Etre capable de:

- Comprendre ce que nous émettons en exprimant ce que nous ressentons et ce que nous pensons
- Observer et bouger physiquement pour changer de point de vue
- Comprendre comment la pression constante, la contrainte peuvent provoquer fuite, résistance, agressivité ou inhibition
- Comprendre comment motiver et obtenir un résultat en :
 - Déterminant un objectif clair
 - Elaborant une stratégie et en donnant des instructions précises
 - Relâchant la pression dès que l'autre se met en mouvement
- Prendre conscience de sa qualité de présence
- Rester connecter à soi même, à l'autre et à l'environnement
- Anticiper, être pro actif sans harceler
- S'équilibrer physiquement, mentalement, émotionnellement
- Développer l'empathie et la bienveillance
- Rester fluide et souple
- Adapter son énergie à la situation et à l'autre
- Etre plus cohérent (intention, langage du corps, positionnement, adéquation de l'énergie)
- S'ajuster, développer une attitude congruente
- Connaître et mobiliser ses ressources personnelles
- Savoir décomposer la difficulté
- Adopter la bonne distance

Équipe pédagogique, formateur référent

- LAURENT Guénaëlle - Tél : 06.07.46.56.09 - Mail : info@equinosce.com
Enseignante diplômée :
 - Certificat de Qualification Professionnelle Enseignante Activités Equestres
 - Certificat de compétence «Perfectionner à l'équitation éthologique »
 - Experts en relation Homme/Cheval
 - Equipe d'équicoachs professionnels

Modalités et délais d'accès à la formation

Formation individuelle ou collective en présentiel en entrée-sortie permanente.

Un premier entretien permet d'établir le positionnement du bénéficiaire et de valider l'inscription.

Une date démarrage est définie entre le bénéficiaire et l'organisme lors de l'inscription. Il est possible de commencer la formation quinze jours après l'inscription selon les places disponibles.

Méthodes pédagogiques et moyens matériels :

- Apports théoriques sur le comportement du cheval et les principes d'apprentissage qui lui sont propres.
- Méthodes d'éducation et de dressage spécifiques : équitation éthologique.
- Exercices et techniques pratiques.
- Pédagogie expérientielle et pédagogie de la découverte.
- Chaque stagiaire travaille en individuel avec un cheval-école.
- Ronds de longe, manège couvert, chevaux école et matériel adapté
- Travaux d'application individuels ou en sous-groupes

100,00% de nos apprenants recommandent cette formation

Sondage réalisé du 01/01/2023 au 31/10/2024 auprès de 22 stagiaires interrogés sur la qualité de la formation – V3 – 31/10/2024

Equi Nosce, lieu dit Bastonis, 09500 MIREPOIX, 0607465609 – info@equinosce.com, SIRET : 79475784900029, Déclaration d'activité : 76090060209 - Occitanie

Modalités d'évaluation et validation des résultats

- Positionnement à l'entrée
- Progression des participants évaluée par les formateurs tout au long de la formation (test de positionnement pratique, résultats des exercices, échanges questions-réponses...)
- Après chaque mise en situation pratique, au cours des analyses individuelles ou collectives
- Brainstorming après chaque atelier pratique
- Temps de réflexion individuel et collectif en salle
- Evaluation complétée par le recueil en ligne des appréciations des participants à l'issue de la formation et par le bilan du formateur.
- Une feuille d'émargement signée par le(s) stagiaire(s) et le formateur, par demi-journée de formation, permettra de justifier de la réalisation de la prestation.
- Remise d'une attestation de fin de formation
- Évaluation à froid de la satisfaction client

Modalités pratiques

- Tarif TTC: 180 €/jour
- TVA 20% : 30€
- Tarif HT : 150€/jour
- Formation individuelle ou collective en entrée-sortie permanente
- Un premier entretien permet d'établir le positionnement du bénéficiaire et de valider l'inscription
- Une date de démarrage est définie entre le bénéficiaire et l'organisme lors de l'inscription.
- Il est possible de commencer la formation quinze jours après l'inscription selon les places disponibles.
- Financement possible : nous contacter

- Durée et rythme : Individualisés
 - Horaires : 9-12h30 – 13h30-17h00
 - Calendrier : consulter le site www.equinosce.com
- Lieu : Pôle Equi Nosce – Bastonis – 09500 MIREPOIX
- Type de formation :
 - présentiel
 - Nombre de stagiaire : 1 à 4
 - Individualisation
 - Possibilité : oui

Accessibilité aux personnes en situation de handicap:

Les formations sont accessibles aux personnes dont le handicap permet de pratiquer l'équitation.

Lors de votre inscription, nous étudions ensemble les actions que nous pouvons mettre en place pour favoriser votre apprentissage.

Veillez vous rapprocher du référent handicap : Guénaëlle LAURENT – 06.07.46.56.09 – info@equinosce.com

Modalités d'organisation :

- Assurance : Licence FFE obligatoire – Nous contacter
- Hébergement : Pas d'hébergement sur place pour les participants, mais nombreuses adresses à Mirepoix (09500)
- Restauration: Un club-house avec cuisine équipée et frigo est à votre disposition pour les repas du midi.
- Inscriptions et informations : contacter Guénaëlle Laurent au 06 07 46 56 09 ou sur info@equinosce.com

100,00% de nos apprenants recommandent cette formation

Sondage réalisé du 01/01/2023 au 31/10/2024 auprès de 22 stagiaires interrogés sur la qualité de la formation – V3 – 31/10/2024

Equi Nosce, lieu dit Bastonis, 09500 MIREPOIX, 0607465609 – info@equinosce.com, SIRET : 79475784900029, Déclaration d'activité : 76090060209 - Occitanie

Après la formation

Formations complémentaires

- Horse Coaching : Développer la confiance en soi
- Horse Coaching : Equilibre physique-mental-émotionnel

Contact

- LAURENT Guénaëlle
- Equi Nosce – Lieu Dit Bastonis – 09500 MIREPOIX
- Tél : 06.07.46.56.09
- Mail : info@equinosce.com
- www.equinosce.com
- <https://www.facebook.com/equinosce>
- <https://www.instagram.com/equinosce>

Informations sur les financements :

Suivant votre statut vous pouvez bénéficier de financement.

Vous êtes cotisant MSA, Responsable d'établissement équestre.

Le VIVEA peut prendre en charge tout ou partie de votre formation sous réserve que vous soyez à jour de vos cotisations et que votre solde soit suffisant.

Vous êtes travailleur indépendant ou en micro.

Téléchargez l'attestation de cotisation au titre de la formation professionnelle continue sur votre espace personnel URSSAF pour connaître le nom de l'organisme qui peut vous prendre en charge. C'est ensuite à vous d'effectuer les démarches auprès de cet organisme.

Vous devrez avancer les frais de formation qui vous seront ensuite remboursés.

Vous êtes salarié.

Rapprochez-vous de votre employeur en lui demandant de prendre contact avec nous pour finaliser l'inscription. Il existe des possibilités de financement mais les frais devront être avancés par l'employeur.

Pouvez-vous utiliser votre CPF ?

Il n'est pas possible d'utiliser votre CPF pour cette formation.

100,00% de nos apprenants recommandent cette formation

Sondage réalisé du 01/01/2023 au 31/10/2024 auprès de 22 stagiaires interrogés sur la qualité de la formation – V3 – 31/10/2024

Equi Nosce, lieu dit Bastonis, 09500 MIREPOIX, 0607465609 – info@equinosce.com, SIRET : 79475784900029, Déclaration d'activité : 76090060209 - Occitanie