

Du cheval à l'homme



EQUICOACHING et TEAMBUILDINGS avec des chevaux

Entreprises et particuliers



Du cheval à l'homme

L'extérieur d'un cheval exerce
une influence bénéfique sur
l'intérieur de l'Homme.

WINSTON CHURCHILL





Bonjour, je me présente : je m'appelle Karine

Je suis directrice de la société « du cheval à l'homme »

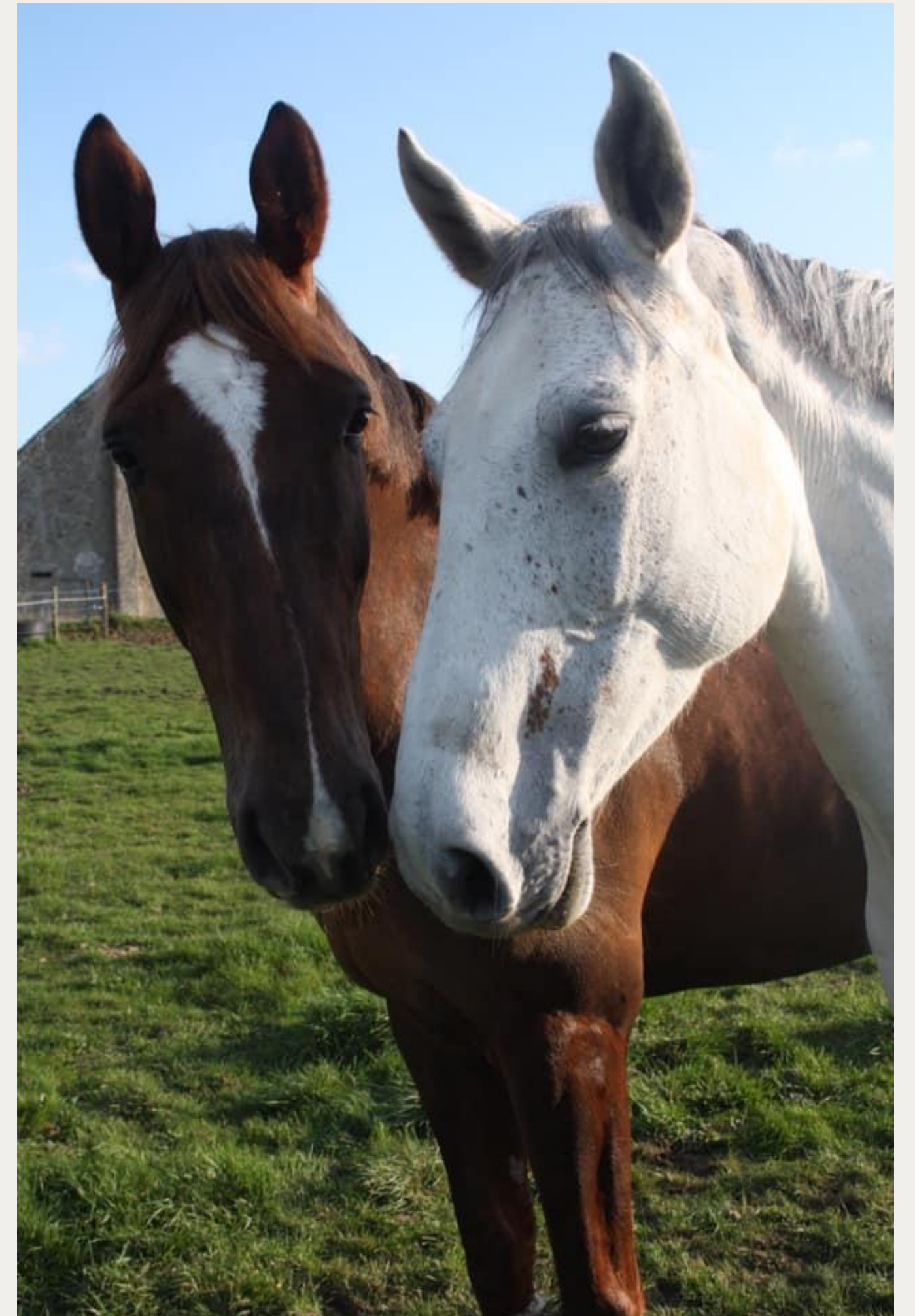
Après avoir travaillé pendant 14 ans en tant que responsable marketing, j'ai créé en 2018 ma société voulant faire découvrir Le Cheval sous toutes ses formes en proposant aux entreprises et aux particuliers des activités de teambuildings, d'équicoaching et de préparation mentale avec l'aide du cheval.

Je suis également coach et équicoach

Je suis professionnelle de l'équitation (monitorat enseignement de l'équitation, cavalière de concours de saut d'obstacles), certifiée Equicoach et préparateur mental du sportif, et j'applique mes méthodes au monde de l'entreprise.

Du cheval à l'homme

Suivez-moi en parcourant cette
présentation, je vous emmène
découvrir nos formations et
coaching pour les entreprises
avec l'aide du cheval !



Qui sommes-nous ?



- Du Cheval à l'Homme est une société innovante dans le domaine du coaching d'entreprise, de l'equicoaching et des formations avec des chevaux,
- Nous utilisons les bienfaits du cheval pour animer nos ateliers. Notre parfaite connaissance du milieu de l'entreprise et des chevaux nous permet d'appréhender au mieux les attentes de chacun,
- Nous travaillons avec des doubles poneys en plus des chevaux car ceux-ci sont plus maniables que les chevaux pour les exercices demandés et rassurent de par leurs tailles les personnes craintives ou méfiantes,
- Les ateliers que nous proposons en coaching d'entreprise ont été créés en fonction des besoins des entreprises et sont réalisés en toute sécurité pour nos participants et nos équidés. Tous les exercices se pratiquent avec une cavalerie adaptée, Il n'est donc absolument pas nécessaire de pratiquer l'équitation ni même d'être déjà monté à cheval,
- Nous sommes professionnels de l'équitation, de la communication et du coaching en entreprises,
- Nous proposons des formations différentes ayant en commun le cheval, qui permettront aux salariés et aux managers d'atteindre les objectifs fixés.

Les principes de l' équicoaching : explications !



- L'équicoaching, également appelé horse coaching est un accompagnement facilité par le cheval. Il s'agit d'une technique employée pour établir une relation unique entre l'Homme et le cheval dans le but de développer son potentiel dans un cadre personnel, professionnel ou dans une relation de performance entre un cavalier et son cheval.
- On utilise le cheval car sa pensée, contrairement à celle de l'homme, vient exclusivement de son cerveau limbique, là où se situent les émotions, la mémoire et l'apprentissage. Ses différentes expériences et facultés psychologiques donnent lieu à l'intuition : le cheval est un animal qui fonctionne et communique de façon intuitive. L'humain lui, dispose d'une capacité de raisonnement que le cheval n'a pas.
- Seulement entre 7 et 10% de notre communication est verbale, grâce à ses facultés le cheval va se connecter aux 90% de notre non verbal afin de mettre en lumière nos comportements.
- Les avantages des formations et séminaires d'équicoaching font leurs preuves à chaque session :

Sortir des murs de l'entreprise permet de sortir de sa zone de confort pour un impact durable et immédiat sur les participants.

Tester une nouvelle solution de coaching permet de fidéliser vos équipes et de les surprendre.

Mettre en commun une nouvelle activité permet l'échange et le partage sur son expérience afin de fortifier les liens et l'apprentissage de chacun.

Favoriser la performance individuelle et collective.

Le cheval : un partenaire pédagogique pour l'entreprise

Votre cadre de travail



Notre environnement



Vos collaborateurs



Notre équipe



Vos bureaux



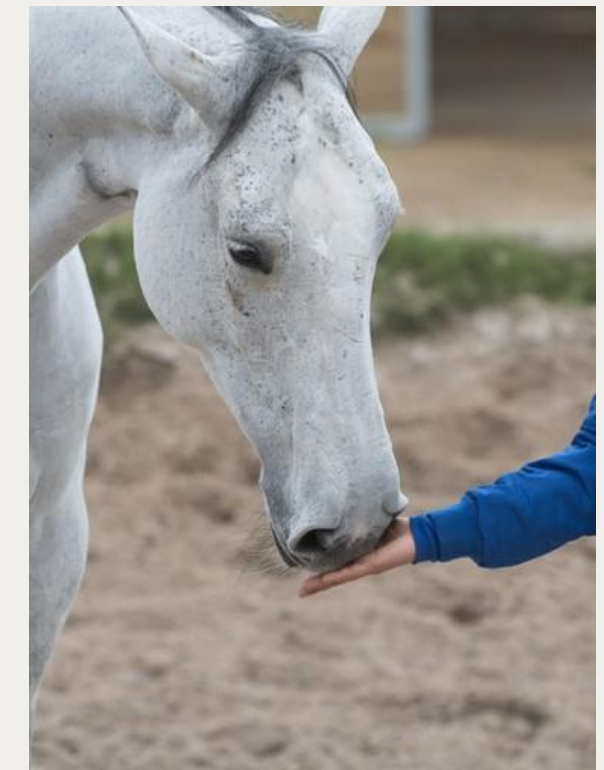
Notre espace de travail



Votre ancien coach



Votre futur coach !



L'EQUICOACHING

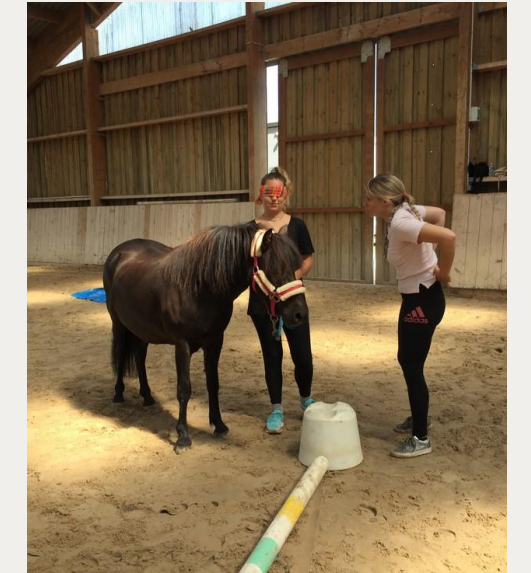
Publics visés : entreprises (comité de direction, départements, groupes de projets, managers, salariés d'un même service), particuliers à titre professionnel et ou personnel,

Sujets traités (exemples) : gestion du stress, confiance en soi et envers les autres, comprendre l'autre, gérer ses émotions pour mieux les contrôler, l'intelligence émotionnelle, le leadership, apprendre à s'affirmer .

Nous nous adaptons au cahier des charges du client,

Par groupe de 10 pour un encadrant, nous pouvons encadrer jusque 30 personnes simultanément,

Les activités se déroulent dans des haras ou des centres équestres sélectionnés selon des critères bien précis,





DEROULE TYPE DE SEANCE

- Par demi-journée ou journée entière en fonction de la demande *,
- Accueil des participants autour d'un café,
- Explication du déroulé des exercices et mise en place des groupes,
- Présentation des équidés et des règles de sécurités à respecter,
- Mise en exécution des exercices avec débrief après chaque module,
- En fin de séance, débrief général avec les actions à mettre en place (pont de corde par exemple), discussion ouverte, questions, réponses,
- Possibilité de continuer par la suite les séances en individuel ou en petits groupes et de dupliquer la journée à d'autres services.

* Nous proposons en fonction de la demande des formules alliant coaching en salle et pratique sur le terrain, demi-journée ou journée découverte, ateliers de travail et /ou ludiques, évènementiel ...
N'hésitez pas à nous solliciter !



QUESTIONS / REponses



- Accessible à tous, aucune connaissance du cheval n'est requise,
- Les participants travaillent en groupe ou seul avec le cheval en liberté dans un endroit totalement sécurisé et clos,
- Nos chevaux et poneys sont adaptables à tous les exercices et donnent tout leur savoir et leur générosité pour vous aider,
- Nous pratiquons l'équicoaching toute l'année car nos endroits sont couverts et aménagés pour,
- Une paire de basket, un jeans, un pull ainsi qu'un blouson sont la tenue idéale pour participer,
- Nous pouvons fournir restauration, hébergement, salles de réunion, options diverses sur demande.

NOS TEAMBUILDINGS

Au nombre de 5 , ils ont été créés pour répondre aux besoins des entreprises.

- Mountain trail
- Escape game
- Parcours de maniabilité
- Spectacle avec des poneys
- Western



Team building MOUNTAIN TRAIL

Le team building alliant technicité et complicité entre le cheval et son cavalier.

Objectifs :

Mettre à l'épreuve ses compétences techniques sur un parcours semés d'embûches avec comme but le franchissement des dispositifs, la concentration et la qualité relationnelle avec son cheval.

Cette activité de **team building** s'adresse à tous les salariés de l'entreprise désireux de réaliser une activité qui vise à montrer **la confiance**, le courage, **la performance**, le calme et la qualité de la relation entre l'homme et l'animal.

La discipline du Mountain Trail que l'on peut traduire comme parcours d'obstacles de montagne se pratique sur un parcours en extérieur, ludique et pédagogique, semé d'embûches et de différents ateliers du plus simple au plus technique. Le couple cheval/cavalier devra évoluer avec calme, décontraction au passage d'obstacles connus ou nouveaux et avec pour objectif la finesse et un pied sûr.

Conditions :

Le mountain trail ne demande pas de savoir monter à cheval et peut se pratiquer à côté du cheval (En longe) ou sur le cheval (monté, au pas), il est donc ouvert à tous.

L'activité se déroule sur une demi-journée (prévoir 3 heures), nous fournissons tout l'équipement et les parcours se font sur des terrains clos et sécurisés et encadrés par des professionnels du milieu équestre.

Les parcours se font par groupe de 3 (un participant, un aidant, un cheval).



Team building ESCAPE GAME

Objectifs : Réaliser en équipes avec nos chevaux différents défis, tous plus drôles les uns que les autres,

Cette activité de team building s'adresse à tous les salariés de l'entreprise désireux de réaliser une activité qui met en avant l'esprit d'équipe, l'organisation au sein d'un groupe, le goût du challenge et l'entraide.

Un escape game est un jeu d'énigmes qui se vit en équipe. Les joueurs évoluent généralement dans un lieu clos et thématique. Ils doivent résoudre une série de casse-têtes dans un temps imparti pour réussir à s'échapper ou à accomplir une mission. En résumé, c'est un peu comme Fort Boyard mais sans les épreuves physiques et avec des chevaux !

Conditions :

L'escape game ne demande pas de savoir monter à cheval car tous les défis se font à pied, il est donc ouvert à tous.

Nos équidés sont formés pour jouer le jeu avec vous et vous aider à réaliser les défis et à trouver les énigmes.

L'activité se déroule sur une demi-journée (prévoir 3 heures) ou une journée (format XXL) , nous fournissons tout l'équipement et l'escape game se déroule dans des endroits sécurisés et encadrés par des professionnels du milieu équestre.

Les défis se font par groupe de 3 à 6 personnes (en fonction du nombre de participants) et sont au nombre de 6.



Team building PARCOURS DE MANIABILITE

Objectifs : Réaliser **en équipes** avec nos chevaux un parcours de maniabilité au chronomètre !

Cette activité de **team building** s'adresse à toutes les personnes d'une entreprise qui en groupe sont prêts à affronter **des challenges** avec des obstacles et des difficultés guidé par un cheval qui lui sait ce qu'il fait : c'est d'ailleurs grâce à **sa confiance** et à **sa coopération** que vous réussirez cet exploit.

Le parcours de maniabilité se décrit par une succession d'ateliers tous plus fun les uns que les autres avec des difficultés progressives pour l'équipe et le cheval.

Enchaîner au chronomètre et réaliser avec succès le parcours est le but à atteindre !

Conditions :

L'atelier ne demande pas de savoir monter à cheval car les parcours se font à pied, il est donc ouvert à tous.

Nos équidés sont formés pour jouer le jeu avec vous et vous aider à réaliser les difficultés et ils adorent ça !

L'activité se déroule sur une demi-journée (prévoir 2h30) et se déroule dans des endroits sécurisés et encadrés par des professionnels du milieu équestre.

Nous fournissons tout l'équipement.

Les challenges se font par relai, par groupe de 3 à 6 personnes (en fonction du nombre de participants).



Team building SPECTACLE AVEC DES PONEYS

Objectifs : Monter et réaliser un spectacle en groupe.

Cette activité de **team building** s'adresse à toutes les personnes d'une entreprise qui ont besoin de **travailler en groupe** sur la coordination, l'exécution, **la mise en place d'un projet** par exemple.

Cet atelier permet aussi de **se révéler, de gagner en confiance** et **d'exprimer son leadership** ou son **rôle de manager**.
Le spectacle à poneys doit être construit par chacune des équipes et doit être présentés ensuite aux autres équipes.

Avec du matériel pédagogique, des déguisements, du maquillage et de la musique, chaque équipe aura une heure pour construire avec son poney sa chorégraphie et la présenter aux autres.
C'est un atelier très doux, très ludique et follement drôle !

Conditions :

L'atelier ne demande pas de savoir monter à cheval car le spectacle se fait à pied, il est donc ouvert à tous.

Nos équidés sont formés pour jouer le jeu avec vous et vous aider à rendre ce team building très constructif et parfois inattendu.

L'activité se déroule sur une demi-journée (prévoir 3h) et se déroule dans des endroits sécurisés et encadrés par des professionnels du milieu équestre.

Nous fournissons tout l'équipement.

Les challenges se font par groupe de 4 à 6 personnes (en fonction du nombre de participants).



Objectifs : Réaliser un rêve d'enfant ! Devenez le Cow boy d'un jour !

Cette activité de **team building** se réalise en petit groupe de 8 personnes maximum qui ont besoin de se **recentrer** et de se **déconnecter** de leur univers quotidien.

Cet atelier permet grâce à la présence de chevaux de western très bien dressés de tester une superbe discipline qui permettra de travailler sur **l'intelligence émotionnelle, la coopération, la collaboration et de gagner en confiance.**

Le team building se déroule sur une journée avec le matin, un travail à pied avec les chevaux pour mettre en place les codes et une application montée l'après – midi dans des vraies selles de western ! Dépaysement assuré !

Conditions :

L'atelier ne demande pas de savoir monter à cheval et est ouvert à tous. Nos chevaux sont des chevaux dressés équitation western et vont vous apprendre à devenir le temps d'une journée un Cowboy !

L'activité se déroule sur une journée et se déroule dans des endroits sécurisés et encadrés par des professionnels du milieu équestre.

Nous fournissons tout l'équipement.

Team building WESTERN

Du cheval à l'homme

Nous contacter

TELEPHONE

06.41.27.21.92

MAIL

contact@duchevalalhomme.fr

SITE INTERNET

www.duchevalalhomme.fr

FACEBOOK

@duchevalalhomme.fr



www.duchevalalhomme.fr

Teambuildings - équicoaching- formations
managériales- préparation mentale du sportif appliqués
aux entreprises avec des chevaux