



## **PROGRAMME DE LA JOURNEE AUX ECURIES DU VIEUX MOULIN, La BALME-de-THUY**

*(Programme donné à titre indicatif)*

### **1. Sensibilisation à la relation avec les équidés dans un but de développement personnel.**

- a. En quoi les équidés sont-ils aidants ?
  - ✚ comprendre le langage corporel du cheval
  - ✚ différence entre dominant et leader
  - ✚ comprendre les signaux non-verbaux et se réajuster
  
- b. Relation d'aide et accompagnement : prérequis.
  - ✚ la relation d'aide : notions et bases
  - ✚ savoir adopter une attitude accompagnante
  
- c. La posture de l'aidant dans le cadre d'ateliers associant les équidés.
  - ✚ posture de l'aidant
  - ✚ se connaître et s'accueillir
  - ✚ être aidant pour le bénéficiaire.

### **2. Développement personnel facilité par le cheval : mise en pratique**

- a. Comprendre et intégrer les notions de leadership
  - ✚ connaître la vie du troupeau
  - ✚ les mesures de bien-être des animaux
  - ✚ sécuriser sa séance
  
- b. Commencer à comprendre ce que l'équidé nous dit
  - ✚ La relation à soi avec un équidé
  - ✚ tester différentes formes de communication
  - ✚ atteindre son objectif



c. Mise en pratique seul ou en binôme

- ✚ tester
- ✚ observer
- ✚ s'aider
- ✚ notions de confort et d'inconfort pour soi et pour l'équidé

