



PUBLIC

Accessible à tous
Particuliers & Entreprises



DURÉE

2,5 jours (18h)



FORMAT

Inter ou intra
Groupe de 1 à 25
participants



LIEU

Présentiel ou
à distance



PRÉREQUIS

Aucun



ÉQUICOACHING & DISC

Mieux se comprendre pour mieux coopérer, grâce au cheval.

1

COMPRENDRE LE MODÈLE DISC



- ✓ Présentation du modèle DISC et de ses 4 couleurs.
- ✓ Comprendre les préférences comportementales et leurs motivations.
- ✓ Identifier ses forces, ses zones de vigilance et ses besoins.

2

MIEUX COMMUNIQUER AVEC LES AUTRES



- ✓ Adapter sa communication à chaque profil.
- ✓ Repérer les sources de tensions et de malentendus.
- ✓ Développer une relation plus fluide et constructive.

3

VIVRE SON PROFIL AVEC LE CHEVAL



- ✓ Des mises en situation au sol avec le cheval.
- ✓ Observer ses comportements et leurs impacts.
- ✓ Prendre conscience de son style relationnel en action.

4

AJUSTER & COOPÉRER AUTREMENT



- ✓ Expérimenter des modes d'interaction plus adaptés.
- ✓ Renforcer la compréhension et la complémentarité dans l'équipe.
- ✓ Développer une coopération durable et performante.

5

INTÉGRER & PASSER À L'ACTION



- ✓ Synthèse des apprentissages.
- ✓ Pistes d'actions concrètes à appliquer au quotidien.
- ✓ Engagement individuel et collectif.



OBJECTIFS

Mieux se connaître et comprendre les autres pour communiquer avec justesse, renforcer la cohésion et la performance collective.



LA FORCE DU CHEVAL

Par sa sensibilité et son absence de jugement, le cheval révèle ce qui compte vraiment dans nos interactions.

MOYENS PÉDAGOGIQUES



APPORTS THÉORIQUES

Exposés interactifs, supports visuels, autodiagnostic DISC.



ÉCHANGES & PARTAGES

Travail en binômes et en sous-groupes.



EXPÉRIENCE AVEC LE CHEVAL

Ateliers au sol, mises en situation et feedbacks personnalisés.



DÉBRIEF & INTÉGRATION

Analyse collective, enseignements et plan d'actions.