

CHOISISSEZ VOTRE ORIENTATION AVEC SERENITE

pour les collégiens,
lycéens et étudiants
qui se questionnent

*"Une séance de dingue qui m'a permis de me libérer d'un poids, qui m'a fait prendre conscience de mes peurs, mes
besoins, mes aspirations, et ce que je retiens c'est vraiment de rester en phase avec soi-même, être intègre"*

Aurélie

*Je peux dire, moi qui ne parle pas toujours, parler à un cheval et qu'il m'écoute, ce fut
une belle expérience, quel champs de possibilités. Merci
Arnaud*



3 ATELIERS POUR
CHOISIR VOTRE
ORIENTATION
AVEC
CONSCIENCE,
CONFIANCE ET
SÉRÉNITÉ.

VOUS REPARTIREZ AVEC :

- La connaissance de vos talents et ressources, en sachant les exploiter,
- Une plus grande confiance en vous,
- L'envie d'agir et d'avancer,
- La capacité à prendre des décisions, à faire un choix
- Une meilleure gestion du stress pour gagner en efficacité
- Une bonne dose d'audace et d'optimisme,

L'animal ne se nourrit pas d'attentes idéalisées envers les humains, il les accepte pour ce qu'ils sont et non pas pour ce qu'ils devraient être »

Boris Levinson

Vous serez connectés à vous-même, conscient de vos forces et plus performants !

DEUX ATELIER D'EQUICOACHING

**Vous aurez des étoiles
pleins les yeux
et une vision à 360° !**

Les chevaux ont la capacité
exceptionnelle de savoir lire vos
émotions !

Dans la nature, le cheval est un
animal de proie, il scan son
environnement pour détecter les
dangers et doit sa survie à sa
grande capacité sensorielle. Il est
une véritable éponge des
émotions de l'être humain.

Le cheval est neutre, , Il ne vous
mentira pas, ne vous jugera pas,
vous pouvez lui faire confiance. Le
cheval a toujours quelque chose à
dire ou à montrer.

Avec lui dans l'instant présent
vous allez gagner en confiance et
en sérénité, mobiliser vos talents
cachés, lever vos freins, vos
résistances et incertitudes.

**Vous ressentirez l'envie
d'agir et d'avancer !**



Aucune connaissance du monde équestre
n'est nécessaire, on ne vous demandera pas
de monter à cheval, tout se passe à pied.

UN 3ÈME ATELIER EN ZOOM :

COMPRÉHENSION, ANCRAGE, ACTION !



- Nous échangerons pour une relecture des deux ateliers précédents.
- Nous visionnerons les séances d'équicoaching
- Nous réaliserons un « feed back » et identifierons ensemble « ce avec quoi vous repartirez » afin d'ancrer dans l'avenir vos ressources identifiées, vos axes d'orientation choisis

"...Qu'on leur dise que tu es autre chose qu'une boîte qu'on gave de savoir. Quelqu'un qui pense le monde, qui le rêve, qui le dit et qui fera le monde de demain."

Sarah Roubato



ANNE DE VANSSAY SENS EN EQUILIBRE

J'accompagne les jeunes en individuel et en ateliers collectifs, pour faire émerger leurs forces, leurs ressources, leur confiance, leur créativité.

Après avoir été confrontée avec mes ados aux choix angoissant de l'orientation, avoir connu des jeunes en perte de motivation, de sens et de projet, je vous présente ce parcours pour les jeunes, atypiques et puissants.

ma spécificité : J'aide les personnes HP (haut potentiel, zèbres, précoces) à trouver équilibre et sérénité

QUI SUIS-JE ?

EQUICOACH certifiée
COACH en
accompagnement
personnel et
professionnel (certifiée
RNCP niveau 2)
Animatrice Ateliers
ARBRE DE VIE certifiée
Animatrice Ateliers de
CO-DEVELOPPEMENT
certifiée

*"Fai vécu une expérience d'une grande
richesse ! j'avais de la tristesse en moi et je
suis repartie avec la joie au cœur ! Merci
Anne pour ta bienveillance et ton écoute,
ainsi que pour la pertinence de ton
questionnement. Ce fut une matinée dense
et hors du temps."*

Laetitia



ANNE DE VANSAY
SENS EN EQUILIBRE

WWW.SENSENEQUILIBRE.COM
ANNE-DEVANSAY@SENSENEQUILIBRE.COM
06.63.90.37.86