

Résidence d'été : DU 19 AU 25 juillet
Expérience immersive avec le cheval
à Sérent 56460

Dates de la résidence et conditions

- Du 19 juillet à partir de 18h jusqu'au 25 juillet avant 11h
- Stage de 20h : 5h par jour avec la dernière journée libre
- 380€ pour les 4 jours
- Hébergement : Gîte : espaces à partager 180€ les 6 nuits
- <https://www.laclaiedeslandes.com/h%C3%A9bergement/g%C3%A9tes/accueil-%C3%A0-soi/>
- Stage ouvert à 4 personnes maximum pour un accompagnement personnalisé et attentionné à chacun, chacune
- Accessible à tout à chacun sans connaissance équestre.
- Organisation des repas à partager ensemble

Encadrement du groupe

Le stage sera encadré par

- Françoise Le Bolloch Formée à la PRAC : psychopédagogie de la relation aidée de chevaux et à la Maïeusthésie
- Temps de Formation de 20h sur 4 jours, une journée libre le 24 juillet, soit 5h par jour, 2h30 le matin, 2h30 l'après midi

Inscriptions

Vous pouvez vous inscrire par téléphone ou par Mail auprès de Françoise :
lebolloch.francoise@orange.fr ou par tel 06 81 98 21 08

L'inscription sera définitivement validée après versement d'un acompte de 150€ par virement (le RIB vous sera communiqué à l'inscription), ou par chèque
Le reste du règlement se fera au début du stage.

Adresse de la Résidence

La Claie des Landes

N13 Launay-Grippon

56460 Sérent

à mi distance entre le Golfe du Morbihan et La Forêt de Brocéliande

Le contenu du stage

Françoise vous propose une alternance d'expériences avec le cheval et une d'écoute des ressentis avec la pratique de la Maïeusthésie.

- La Maïeusthésie appelée aussi psychologie de la pertinence car le symptôme indique que la psyché est prête à réintégrer un vécu qui a pu se cliver dans un but de protection, la Maïeusthésie accompagne ces retrouvailles.

Le processus sur 4 jours

- Aborder le cheval, clarifier son espace de sécurité et apprivoiser son langage corporel. C'est une invitation à laisser émerger ce qui d'ordinaire reste sous silence.
- Prendre soin du cheval ouvre un espace d'intimité en résonance avec nos histoires de vie.
- Expérimenter le mouvement avec le cheval vers un accord, un « a corps » ensemble, dans la singularité de la rencontre
- Être au plus intime de la relation et s'enrichir de cette connexion du cœur grâce à nos ressources, à cet espace de sécurité intérieure vers plus de confiance et de joie.

Quels sont les bienfaits de la présence du cheval ?

La présence du cheval facilite le relâchement des tensions, permet un meilleur ancrage et une reliance à plus vaste que soi. Grâce à l'attention portée au souffle, à nos sens, c'est une invitation à vivre l'instant présent. La douceur, la chaleur du cheval apportent réconfort et intériorisation. Sa force, et ce qu'elle représente en matière de liberté nous invite à apprivoiser nos peurs vers plus de confiance en soi. Sa curiosité et son affect nous permettent en miroir de la relation créée, de nous observer dans notre manière de réagir corporellement et émotionnellement. Le cheval s'exprime clairement par son langage corporel, il met en lumière nos paradoxes entre les ressentis, les pensées, les paroles et les actes. La clarté de nos intentions est nécessaire pour pouvoir être son guide. Il ne juge pas, il permet ainsi le lâcher prise pour s'enrichir de cette connexion du cœur dont il témoigne.

A qui s'adresse ce stage ?

A tout à chacun : aucune connaissance équestre n'est requise, juste l'envie et la curiosité de se rencontrer et de se révéler au travers de cette approche de connaissance de soi

Infos pratiques

Prévoir des vêtements souples et des chaussures fermées
crème solaire et chapeau (la carrière est exposée au soleil)

Les espaces et les chambres

Vous serez hébergés par Michel et Françoise dans un magnifique lieu dans le gîte « Accueil à soi ».

<https://www.laclaiedeslandes.com/h%C3%A9bergement/g%C3%AEtes/accueil-%C3%A0-soi/>. Vous dormirez en chambre partagée au niveau de la Mezzanine en U. Au RCH, cuisine, salon, espace repas, salle d'eau, toilettes sèches. Des jardins de différentes inspirations vous invitent à vous déposer et vous ressourcer dans un écolieu loin de l'agitation du monde

L'organisation des repas

- Nous seront 5 participants, et il y a 9 repas à prévoir, sachant que la dernière journée est libre et peut permettre de manger à l'extérieur
- Chacun, chacune peut être en charge de 2 repas (plat végétariens dessert) à préparer en amont ou pendant le stage (possibilité d'utiliser les légumes du jardin, de faire les courses à Sérent ou à la ferme tout à côté à Trévéro)
- Pour les petits déjeuners : thé, tisane, confiture à disposition, cagnotte à faire pour le pain ou autres préférences.
- N'hésitez pas à nous faire découvrir des confitures maison ou spécialités de votre région

Organisation si besoin de venir en train

- La gare la plus proche est à Questembert 56230 (15 minutes) et je pourrai aller vous chercher
- La gare de Vannes 56000 est à 30 minutes et possibilité de prendre le bus, Breizhgo : <https://www.breizhgo.bzh/> sur l'axe Vannes/Poermel et arrêt à « l'aire de covoiturage du gros chêne » ou je pourrai aller vous chercher

Bienvenue

**Nous ne manquons que de nous-même,
Osons franchir le seuil de la porte de l'Être
à bientôt de se rencontrer
Françoise**