



Apprivoiser vos émotions



EQUICOACHING * INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE

AOÛT

31

Comment les émotions impactent notre vie ?

Vos émotions perturbent votre développement personnel ou professionnel ? Vous souhaitez les canaliser pour mieux ajuster vos comportements lors de situations inconfortables.

Nous vous proposons de prendre conscience de vos **modes de fonctionnements** et de vos **comportements relationnels** et de mettre en place de nouvelles stratégies adaptées à vos besoins.

Tarif particuliers

120 € TTC

Tarif entreprises:

nous consulter

* *Il n'est pas nécessaire d'avoir de connaissances sur le cheval pour l'équicoaching, tous les ateliers se déroulent à pied dans un cadre sécurisé.*



*Dans un cadre exceptionnel
à 40 min de Lyon*



Déroulement de la journée :

- 9h00 – 12h00 : Atelier équicoaching
12h00 – 13h30 : Repas tiré du sac
13h30 – 16h00 : Atelier intelligence émotionnelle



Jodie Martin

Equicoach – Hypnocoach
Formatrice

Intervenantes



Delphine Argenson

Coach professionnelle
Formatrice en intelligence
émotionnelle

Prévoir des vêtements confortables, adaptés à la saison, ainsi qu'un vêtement de pluie au cas où. Les chaussures doivent être fermées et confortables, de type basket ou chaussures de petite randonnée.

Inscription et mode de règlement

Acompte de 60 € à verser lors de l'inscription par **virement bancaire** (nous contacter) ou par **chèque** à :

Jodie Martin
368 chemin des Grimardières
01320 St Nizier le Désert

OU

Delphine Argenson
61 rue François Peissel
69300 Caluire

L'inscription sera confirmée par email à réception de l'acompte. Le règlement final de l'atelier se fera sur place par chèque ou espèce.