



# Apprivoiser vos émotions



## EQUICOACHING \* INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE

OCTOBRE  
1<sup>er</sup>

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.*