

FAITES LE PREMIER PAS ... NOUS VOUS ACCOMPAGNONS !



Une intervenante passionnée par les chevaux et les relations humaines :

- Un coach professionnel
- Une équicoach certifiée

vous accompagne sans jugement et en toute bienveillance dans votre projet professionnel

L'action est ouverte aux personnes bénéficiaires de l'obligation d'emploi des travailleurs handicapés (BOETH) ou engagées dans une démarche de reconnaissance.

Elle s'adresse aux **demandeurs d'emploi, salariés, agent de la fonction publique et travailleurs indépendants** qui souhaitent engager ou poursuivre une dynamique professionnelle : **reprise d'emploi, évolution ou reconversion, entrée en formation ou création d'activité.**



Visitez le site internet et visionnez la vidéo de démonstration



Contactez-nous pour plus d'information :

Tel : 04 68 72 72 66 - accueil@defi11.fr

ASSOCIATION DEFI 11

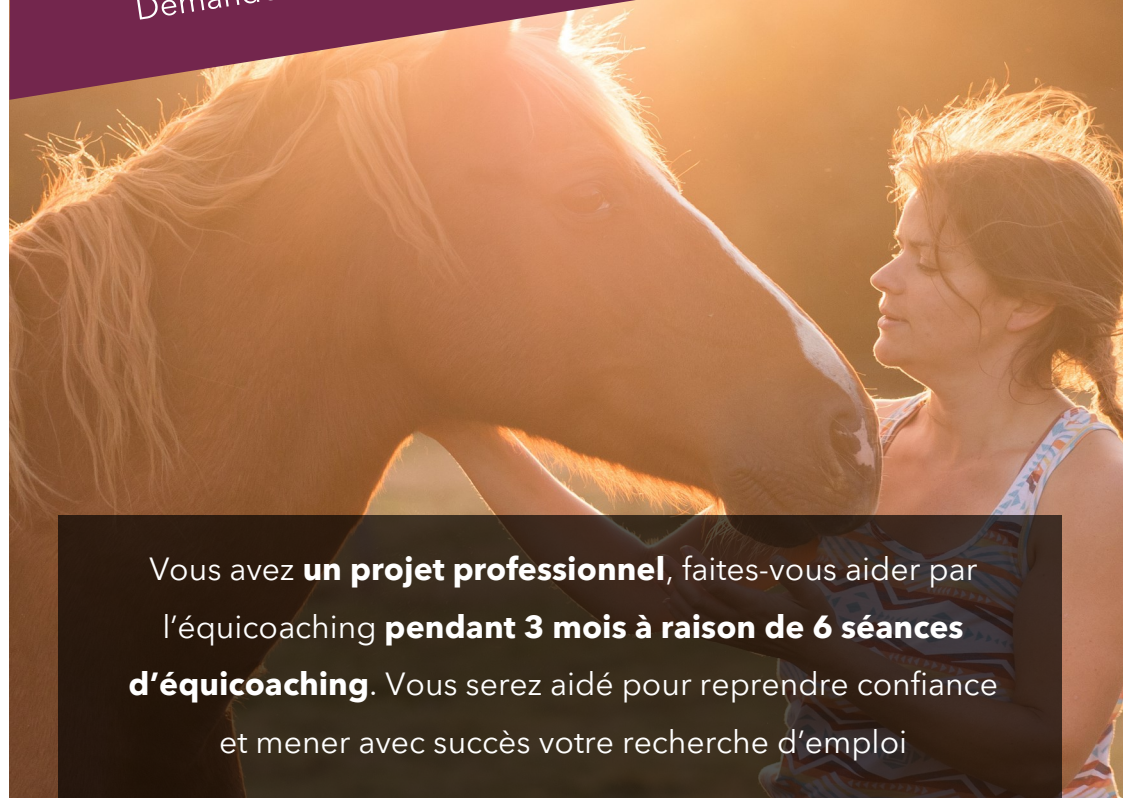
230, Rue Gérard Desargues – 11000 Carcassonne

Association régie par la Loi 1901 - Siret : 399.684.851.000.70 - APE : 88.99A

Déclaration d'activité Prestataire de formation n° 76110160711

ACTIVITÉ D'ÉQUICOACHING

À destination des personnes BOETH
Demandeur d'emploi, salarié, agent de la fonction publique



Vous avez **un projet professionnel**, faites-vous aider par l'équicoaching **pendant 3 mois à raison de 6 séances d'équicoaching**. Vous serez aidé pour reprendre confiance et mener avec succès votre recherche d'emploi

Action financée dans le cadre de la convention de revitalisation du territoire de l'arrondissement de Narbonne, portée par l'entreprise STEF TLC en partenariat avec l'Etat



OBJECTIF: Être acteur de son parcours professionnel

- **Mieux se connaître** et prendre conscience de ses propres modes de fonctionnement pour se projeter positivement dans un avenir professionnel en adéquation avec ses valeurs.
- **Appréhender un nouvel environnement** sans être déstabilisé.
- **Développer ses savoir-être et savoir-faire.**
- Identifier et développer ses **capacités relationnelles, comportementales et émotionnelles.**
- **Gérer des difficultés ou résistances** sans reculer dans ses objectifs.

L'ÉQUICOACHING, QU'EST-CE QUE C'EST ?



L'équicoaching est un vecteur d'apprentissage par l'expérience, une approche ludique et pédagogique puissante, qui place **le cheval comme médiateur** dans le développement des **compétences personnelles et professionnelles** (Méthode 70% pratique - 30% théorique).

Au cours de mises en situation et d'exercices thématiques, **vous interagissez à pied avec un cheval** dans un endroit clos et sécurisé, sous l'œil attentif de l'équicoach.

L'équicoach vous aide à faire le lien entre vos actions et les réactions du cheval, en instaurant une mise en réflexion tout au long de la séance.

Chaque séance d'équicoaching est **personnalisée** pour répondre à vos **attentes** selon vos **axes de progression** et votre **rythme**.

UN ACCOMPAGNEMENT EN 3 ÉTAPES

1 Entretien préalable en face à face

- État des lieux de la situation présente.
- Analyse de vos attentes et vos besoins afin que vous définissiez et clarifiez votre objectif de vie professionnelle.

2 Ateliers équicoaching durant 6 demi-journées

- Développement des compétences pour réussir son parcours professionnel.
- Élaboration d'un plan d'action.

3 Un entretien final en face à face

- Auto-évaluation des apprentissages et des changements restants à opérer.
- Co-construction d'un plan d'action correspondant au projet professionnel.

Les entretiens se déroulent dans les locaux de Défi 11 à Narbonne.

Les ateliers d'équicoaching ont lieu au centre équestre de Lézignan-Corbières.