

# Cancer Support Group asbl

A self help group for the colleagues of the European institutions



## Equi-coaching

**Vendredi 31 Janvier 2013, 12h45-14h00**

**DG AGRI, Auditorium Rue de la Loi 102, 00/25**

A l'occasion du Nouvel An chinois qui place cette année sous le signe du Cheval de Bois, nous vous proposons une présentation de l'équi-coaching.

**Qu'est-ce que l'équi-coaching?** L'équi-coaching est une technique de développement professionnel et personnel où le cheval prend une part active dans la rencontre bienveillante à soi et aux autres.

**Sans connaissance équestre cette approche s'adresse à toute personne en recherche de développement de soi. L'approche se fait essentiellement au sol et dans un cadre sécuritaire.**

**Quels en sont les bénéfices?** Basée sur l'approche Qi Gong de la relation à soi, la relation à l'autre, la relation à l'environnement les bienfaits de cette approche ont plusieurs champs d'application qui vont de la gestion du stress, du burn out, de l'estime de soi à l'assertivité et au leadership.

Le cheval permet d'intégrer une nouvelle relation à soi-même et aux autres.

Si vous vous posez ces questions :

- je ne sais pas dire non
- j'ai peur de ce qu'on pourrait penser de moi
- j'ai peur d'entrer en conflit si je prends ma place
- je n'ose pas changer de poste (ou de fonction)
- je n'arrive pas à démarrer une nouvelle activité
- je n'ose pas contredire mon mari (ou ma femme)
- je n'ose pas parler en public
- je voudrais perdre 5 kilos et je n'y arrive pas
- etc...

... le cheval peut vous aider!

Animal extrêmement sensible il est perméable à toutes vos émotions. Face à lui nous laissons affleurer nos ressentis sans peur d'être jugé. Il nous accompagne efficacement, rapidement vers l'épanouissement de ce qui est important pour nous. Florence van Thiel partagera des témoignages des personnes qui ont émaillés son parcours avec ses quatre chevaux.

The presentation will be made in French, questions may be raised in English.

**Présentation : Florence van Thiel de Chevalliance ([www.chevalliance.eu](http://www.chevalliance.eu))**

**Organisation: Tina Amatrice, praticienne Reiki pour Cancer Support Group asbl**

Cancer Support Group asbl  
☎ (+32) 02 29 80741

[cancer-support@ec.europa.eu](mailto:cancer-support@ec.europa.eu)

La maladie isole, la parole rassemble  
Illness isolates but talking brings us together

<http://www.cancer-support.eu>