



Description du cours

Cours Equiconfiance – outils de connaissance de soi

Dans ce cours, vous découvrirez les outils Equiconfiance et leur utilisation dans les activités auprès des enfants.

Sophie Mizel, entraîneur Horseathlon enfant et junior et praticienne en médiation équine, a conçu des cahiers et supports d'accompagnement qui permettent à l'enfant de développer une meilleure connaissance de soi grâce à la relation avec le cheval.

Contenu du cours :

- Comment intégrer les outils dans les séances d'entraînement avec les chevaux afin de permettre aux enfants :
 - de mieux comprendre et accueillir leurs émotions;
 - de renforcer la conscience de leur corps et développer leurs 5 sens ;
 - d'identifier leurs besoins pour mieux se respecter et s'exprimer.

La boîte à outil Equiconfiance est comprise dans le prix du cours. Celle-ci contient :

- 2 cahiers de plus de 30 pages contenant des fiches pédagogiques
- 5 tutos bricolage des sens
- 180 cartes réparties en différents jeux à thème
- Une roue de l'apprentissage et un jeu "vocabulaire des émotions"

La journée débute à 9h, et se termine à 17h, avec une pause entre 12h et 13h.

Un repas vous est offert à midi, **merci de nous indiquer si vous suivez un régime particulier.**

Datum / Date

1er mars 2026

Durchführungsort / Lieu

Les Crins Libres – Le Pré-Petitjean 63 – 2362 Montfaucon

Prix 230.- / inscription: www.equiconfiance.ch

Referenten / Référents

Sophie Mizel – entraîneur Horseathlon® et zoothérapeute

Marta Quiñones – Anthropologue et psychologue