

# INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE & CHEVAL MIROIR



DU 08 AU 10 MARS



**OÙ ?**

**A MIRMANDE DRÔME  
LAMIRMANDISE.COM**

**QUAND ?**

**LE WEEK END  
DU 01 DÉC AU 3 DÉC 2023**

**AVEC QUI ?**

**MARIANNE RAFFESTIN  
EQUI LIBRE  
06 11 10 34 67**

**AVEC QUI ?**

**KARIM REGGAD  
IFGAP.NET  
06 10 28 44 73**

**POUR QUI ?**

**QUE VOUS SOYEZ DÉJÀ FAMILIER AVEC LE CHEVAL OU QUE VOUS EN AYEZ PEUR, CE STAGE VOUS PERMET DE DÉCOUVRIR OU D'AMÉLIORER UNE CONNEXION INCROYABLEMENT RICHE AVEC SOI, AVEC L'ANIMAL, AVEC LA NATURE.**

**L'APPROCHE EST CENTRÉE SUR LA CONNAISSANCE DE SOI, ET DU CHEVAL COMME ALLIÉ ET COMME RÉVÉLATEUR.**

**Pourquoi ?**

**Cultiver la confiance en soi,  
l'intelligence émotionnelle  
et l'intuition**

**Corps – Rythmes – Sens**

# INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE & CHEVAL MIROIR

Le cheval bénéficie d'une connexion multisensorielle à l'environnement. Sa sensibilité est très fine aux langages du corps, aux rythmes et aux émotions. Avec sa grande finesse de perception le cheval est un puissant miroir : de notre état conscient et inconscient ; notre capacité à être en contact avec soi, l'autre ; de décider clairement ; d'acquiescer de la confiance en soi...

**Ce séminaire nous permet** de découvrir et d'approfondir une connexion privilégiée avec soi et l'environnement, de cultiver notre intelligence multisensorielle et émotionnelle, d'apprendre à sentir et à poser nos limites, de développer notre puissance intérieure et notre intuition.

**Le programme est composé d'exercices** corporels et rythmiques, de communication avec l'animal, d'identification de nos ressources pour le changement, et l'harmonisation.

**La méthode conjugue différentes disciplines** : l'éveil sensoriel, le yoga, le chi Kong, l'énergétique et les arts martiaux, les percussions corporelles, l'éthologie équine. Les principes et la philosophie de la Gestalt sous-tendent la pratique.

**Le séminaire se déroule à la Mirmandise**, une propriété magnifique, où vous évoluerez dans une ambiance de nature, de convivialité, d'écoute et de respect de chacun.e.

**La méthode est accessible à tous.** Vous expérimenterez une approche puissante de communication et de développement personnel, avec le cheval comme miroir et catalyseur d'évolution.

Nous proposons un cycle de 3 séminaires thématiques complémentaires :

**N°1** Rencontre avec le cheval, confiance en soi, confiance intérieure.  
(29sept au 1er oct 23)

**N°2 Intelligence émotionnelle & cheval miroir. (08 au 10 mars 2024)**

**Le nombre d'inscriptions est limité à 8 personnes**  
**Il est conseillé de réserver à l'avance.**

# L'ENCADREMENT EST ASSURÉ PAR

## MARIANNE RAFFESTIN



MONITRICE D'ÉQUITATION, PRATICIENNE EN HYPNOSE METHODE MPC, EN EQUI-COACHING ET EN EQUI-THÉRAPIE, ARTISTE PEINTRE, PLASTICIENNE.

ELLE A CRÉÉ L'ENTREPRISE EQUI LIBRE : [WWW.EQUILIBREMARIANNE.COM](http://WWW.EQUILIBREMARIANNE.COM)

MARIANNE EST FILLE D'UNE MÈRE DANSEUSE ET D'UN PÈRE SCULPTEUR. ELLE A GRANDIT AU CŒUR DE LA NATURE, ENTOURÉE D'ANIMAUX, ET NOTAMMENT DES CHEVAUX POUR LESQUELS ELLE A DÉVELOPPÉ UNE VÉRITABLE PASSION. ELLE MET SON EXPÉRIENCE DU CHEVAL, DU CORPS ET DE L'ART AU SERVICE DE L'ÉPANOUISSEMENT DE CHACUN.

## KARIM REGGAD



PSYCHOPÉDAGOGUE, PRATICIEN EN GESTALT-ART-THÉRAPIE, EN COACHING PROFESSIONNEL METTEUR EN SCÈNE, CHORÉGRAPHE, MUSICIEN DIRECTEUR DE L'IFGAP : [WWW.IFGAP.NET](http://WWW.IFGAP.NET)  
KARIM A GRANDI AUX PORTES DE LA CAMARGUE. IL EST FAMILIER ET AMOUREUX DU CHEVAL DEPUIS L'ADOLESCENCE. SENSIBILISÉ À L'ÉTHOLOGIE ÉQUESTRE DEPUIS 15 ANS IL APORTE SON CONCOURS À DES ACTIVITÉS QUI IMPLIQUENT LE CHEVAL EN ÉVÈNEMENTIELS D'ENTREPRISES, EN THÉRAPIE, EN COACHING.

C'EST UN RÉVÉLATEUR DE TALENTS, SA PÉDAGOGIE UNIQUE ALLIE LE SÉRIEUX ET L'HUMOUR.

### IL EST L'AUTEUR DE :

« LES HORMONES DU BIEN-ÊTRE », EDITIONS JOSETTE LYON

« MANUEL DE COMMUNICATION À L'USAGE DES GENS RESPONSABLES », EDITIONS UNIVERSITAIRES PUN

« BIEN SE RÉVEILLER CHAQUE MATIN », EDITIONS GUY TRÉDANIEL

# LE SÉMINAIRE SE DÉROULE À LA MIRMANDISE



**ENTRE VALENCE ET MONTÉLIMAR, A QUELQUES KILOMÈTRES DE MIRMANDE, DANS UN DOMAINE DE 5 HECTARES, SE NICHE « LA MIRMANDISE ». DANS CE LIEU MAGIQUE NOUS METTONS À DISPOSITION DE NOS HÔTES 3 CHAMBRES SPACIEUSES ET RAFFINÉES AINSI QU'UN LODGE, LUI AUSSI CONFORTABLE ET ÉLÉGANT. POUR QUE NOS HÔTES PUISSENT PROFITER PLEINEMENT DE LEUR SÉJOUR, NOTRE MAISON BÉNÉFICIE D'UNE PISCINE, D'UN SAUNA ET D'UN BAIN À REMOUS..... ET D'UNE TABLE D'HÔTE FESTIVE, GÉNÉREUSE**



# Conditions d'inscriptions

Vous êtes accueillis.es à la Mirmandise  
le vendredi 08 mars à partir de 18h.  
Le séminaire se déroule du vendredi soir 18h  
au dimanche fin d'après midi.

**Tout compris** : Stage + Pension complète tout confort.

Vous vous inscrivez :	<u>Avant le 20/02/24</u>	<u>Après le 20/02/24</u>
Chambres partagées 2 ou 3 :	<b>439 €/pers</b>	<b>489€/pers</b>
Chambre individuelle :	<b>569€ /pers</b>	<b>619€/pers</b>

## Réservation séjour pour le séminaire :

Chambres partagées : 130 euros d'arrhes\*

Chambre en individuelle : 260 euros d'arrhes\*

Envoyez un chèque à l'ordre Philippe Perrin avec votre bulletin  
d'inscription

La Mirmandise  
750 chemin de Clavelle  
26270 Mirmande  
ou un virement

RIB transmis sur demande par mail

\*En cas d'annulation par le participant, les arrhes ne sont pas remboursables. En cas d'annulation du stage par les organisateurs pour des motifs tel que : insuffisance de participant, mauvaise météo, maladie d'un intervenant... les arrhes seront intégralement remboursées sans aucune autre indemnité possible.

# Bulletin d'inscription

"L'INTELLIGENCE EMOTIONNELLE

&

CHEVAL MIROIR

Du 08 AU 10 MARS

Nom :

Prénom :

Profession:

Adresse :

Mail :

Téléphone :



Je m'inscris au stage

Du 08/03/24 au 10/03/24



Je souhaiterais recevoir le bulletin d'inscription pour le dernier modules

N°3 Danse avec les chevaux. Harmonisation corporelle, rythmes, percussions