

EQUIVIVENCIA

Le Cheval... pour réveiller ma Nature Vraie !

« Demain je serai Qui je suis ! »

J'aligne mes choix, mon orientation, sur ce qui me branche, mes talents...

juste genre moi !

Du 15 au 18 avril (zone B)

Et du 1er au 4 mai (zones A et C)

A Colombiers, dans le sud du Cher

3h de Paris, 1h30 de Clermont Ferrand, 3h15 de Lyon

S P É C I A L
S T A G E
A D O S



Qu'as-tu envie de vivre ?

Cette question remplacera l'habituel « qu'est-ce que tu veux faire plus tard ? ».

En chacun de nous se trouve un endroit où nos idées sont claires et où la confiance règne. C'est là que les chevaux t'attendent...

T'arrive-t-il de te dire : « Je n'y arriverai jamais », « Je ne sais pas ce que j'aime », « J'ai peur que ça ne plaise pas », « J'en sais rien... », « C'est trop nul ! », « ça va jamais », « Je me trouve nul-le », « Je ne sais pas quoi décider », « J'ai envie de rien », « Il ou elle y arrive mieux que moi », « Je me sens découragé-e », « J'ai envie, mais j'ose pas », « Tout ça me gonfle... ! » ... ?

Dans ce cas, bienvenue !

Avec l'aide des chevaux et leur extrême délicatesse, nous irons voir ce qui se passe pour toi, à ton rythme, juste là où c'est nécessaire pour ressentir l'envie de te bouger et gagner en confiance : oser prendre ta place, inspirer le respect, dire de *vrais oui* et de *vrais non*, vivre tes valeurs, percevoir et exprimer tes talents, te sentir libre du regard des autres, croire en *Toi*, oser décider avec discernement.

C'est riche de tout cela en *Toi* que tu pourras aligner tes choix, ton orientation, tes décisions sur ce qui te convient aujourd'hui.

Nous verrons également combien cette manière d'honorer la rencontre avec le cheval nous amène naturellement vers une équitation respectueuse du vivant : la mobilité avec le cheval dans la fluidité et la confiance mutuelle.

INFORMATIONS PRATIQUES ET TARIF

Aucun niveau d'équitation n'est requis pour participer à ce stage qui se déroule au sol.

Tarif : 440 € (les 4 repas du midi compris - nourriture essentiellement issue de l'agriculture biologique)

Début et clôture : du 1^{er} jour à 10h au dernier jour à 17h. Possibilité de venir vous chercher en gare de St Amand Montrond.

Hébergement possible de 110 à 130 € pour 4 jours/3nuits (comprend nuitées, petit-déjeuners et dîners) selon formule, nous contacter.

Si les proches restent en vacances dans les beaux environs, plusieurs possibilités d'hébergements (voir 3^{ème} page de ce document).

Informations et inscriptions : Isabelle au 06 03 17 70 88 ou isabelle@equivivencia.fr ou <http://www.equivivencia.fr/>

Si l'argent est un frein à votre participation, n'hésitez pas à nous contacter pour trouver une solution qui conviendra à chacun-e.

ANIMATION

Isabelle Pouységur est Accompagnateur de Tourisme Equestre diplômée et Transmetteur en Communication Non Violente®.

Tous les détails concernant son parcours et sa formation sur <http://equivivencia.fr>



Le cheval... pour réveiller ma nature Vraie !

FORMALITES D'INSCRIPTION AU STAGE

à retourner à Isabelle Pouységur - 7 rue de la Monnaie - 18200 Colombiers

Nom : Prénom :

Adresse :

Code postal : Ville : Pays :

Téléphone : Portable : Courriel :

Je m'inscris au stage :

qui se déroulera à Colombiers (18) du au

Si je suis mineur, j'indique ici mon âge au moment du stage :

J'entoure les formules qui me conviennent :

- Je suis d'accord pour transmettre mes coordonnées aux autres participants : oui - non
- Je suis d'accord pour figurer sur votre fichier : oui - non
- Je souhaite une facture : oui - non
- Je suis intéressée par l'hébergement en gîte partagé et souhaite être tenu-e informée des conditions : oui - non

Mon moyen de transport : J'accepte le co-voiturage : oui - non

J'ai une demande ou une précision à formuler :

Important : Je serai amené-e à côtoyer des chevaux lors de cet atelier/ce stage.

Une assurance personnelle en cours de validité est requise.

J'atteste avoir souscrit un contrat d'assurance individuelle accident en cours de validité pendant toute la durée du stage et couvrant les activités équestres

La FFE propose une assurance/licence ponctuelle à 8 € facile à obtenir en passant par tout centre équestre ou en nous contactant.

Je joins un chèque d'acompte de 120 euros libellé à l'ordre de l'association CEP (encaissé 7 jours avant le début du stage). Je verserai le solde le premier jour du séjour. Montant du stage : 440 € TTC (hébergement à régler à part).

En cas d'annulation de mon fait :

- moins de deux mois à l'avance, 40% de ce montant me sera restitué.
- moins d'un mois à l'avance, aucun montant ne me sera restitué.

En cas d'annulation du fait de l'organisateur, ce montant me sera restitué.

Le

Signature du participant :

Responsable légal si mineur/à contacter en cas d'urgence :

Coordonnées :

Signature du responsable légal :

Quelques adresses aux alentours...

Chambre d'hôtes *Le Moulin de Meslon* à 3 km de la maison vers Montluçon - accueil chaleureux et simple - chambres coquettes et soignées. Recommandation : selon que le chant de l'eau en mouvement vous détende ou vous dérange, précisez si vous souhaitez une chambre proche ou loin du moulin (sinon les fenêtres ont une excellente isolation sonore !). Possibilité de partager une chambre avec un-e ou plusieurs participant-e-s au stage, à préciser lors de la réservation. Tarif négocié. Site : <http://www.mouлиндemeslon.com/>

Hôtel-Restaurant *Le Noirlac* à 8 km de la maison, à l'entrée de St Amand Montrond depuis Bourges - un mélange de raffinement et de simplicité avec des espaces agréables... et une terrasse au bord de la piscine ! L'hôtel a un fort succès auprès des touristes et des VRP. Site : <http://www.lenoirlac.fr/>

Gîte rural de la commune de La Groutte : sur le site [Gîtes de France](#), références CB10702 et CB10704 (avec une préférence pour le premier !).

Association *La Route des Chênes* : regroupement touristique d'une trentaine d'acteurs locaux proposant de précieuses adresses d'hébergement (entre autres !) : <http://www.laroutedeschenes.fr/>

Camping de St Amand Montrond : <http://www.st-amand-tourisme.com/preparer-votre-sejour/camping.html>

Office de tourisme de St Amand Montrond : <http://www.st-amand-tourisme.com/>

Repas:

Si vous avez choisi *Le Moulin de Meslon* pour votre hébergement, il est possible de réserver, soit le repas du soir annoncé sur le site (très copieux), soit un menu simple et léger pour un tarif... plus léger aussi (13 euros) spécialement pour Vous.

Crêperie *La Spanell* : ambiance « centre ville – place piétonne » - très sympa et crêpes délicieuses. Place du Marché à St Amand Montrond – 02 48 96 25 05

Hôtel-Restaurant *Le Noirlac* : un mélange de raffinement et de simplicité avec des espaces agréables... et une terrasse au bord de la piscine ! Site : <http://www.lenoirlac.fr/>

Association *La Route des Chênes* : regroupement touristique d'une trentaine d'acteurs locaux proposant plusieurs adresses de restauration (entre autres !) : <http://www.laroutedeschenes.fr/>

Il y a aussi sur Saint Amand Montrond : magasin bio et grandes surfaces.

Plusieurs autres adresses à l'office de tourisme : <http://www.st-amand-tourisme.com/>

Pause zen :

Avant d'arriver ou en repartant...

Salon de Thé *Le Jardin des Thés* : Aude vous accueillera dans ce lieu qu'elle a aménagé pour votre détente. Vous voyagerez en dégustant ses meilleurs thés bio... en terrasse ou dans son chaleureux et délicat salon climatisé. <http://www.le-jardin-des-thes.com/>

Le Moulin à Café : dans une ambiance chaleureuse, conviviale et familiale, Isabelle vous dresse une table entre présentoir d'épicerie fine, sacs de café cuit sur place, ribambelle de thés... et bocaux de délicieux chocolats. On se sent comme chez soi ! <http://torrefaction-epicerie-fine.lemoulinacafe.fr/>