



PUBLI-RÉDACTIONNEL



SES DOMAINES DE COMPÉTENCES

Thérapeute, coach, équitcoach (Eponaquest®), praticienne psycho-corporelle en Somatic Experiencing®, formatrice Emotion'Aid®, EquuSoma® (Horse/Human trauma recovery), praticienne Feng-Shui et créatrice du Parcours «Chevaucher le tigre» (pour les femmes victimes de violences).

À AUBIAC, DÉCOUVREZ LA PUISSANCE DE L'ACCOMPAGNEMENT FACILITÉ PAR LES CHEVAUX

Anne Mathieu, fondatrice de VITAO, a choisi des approches à visées thérapeutiques impliquant un travail avec les chevaux. Il n'est cependant pas utile de les connaître, le travail se fait au sol à leurs côtés.

Anne nous explique comment les chevaux peuvent nous aider : *« la relation qui s'établit avec eux est particulière, car ils ne jugent pas les personnes, ce qui permet d'installer rapidement une relation de confiance. Cette relation de confiance, qui inclut la bienveillance, la confidentialité, le respect mutuel et l'écoute non jugeante, est le fondement de la relation thérapeutique ».*

En effet, lors des exercices accompagnés qu'Anne propose avec les chevaux, qui sont sociaux, hypersensibles et authentiques, vous apprendrez à prendre conscience de vos comportements et à les clarifier. Et c'est notamment cette clarté de posture qui procure un bien-être nécessaire à notre équilibre psychique, émotionnel et physiologique.

Elle nous précise : *« les chevaux réagissent à notre état intérieur et c'est l'occasion pour nous d'en apprendre quelque chose. Savoir s'écouter et interpréter les messages de notre corps est une clé majeure pour entretenir des relations saines, qu'elles soient professionnelles, amicales, familiales ou amoureuses. Lorsque nous reprenons contact avec ce que nous ressentons, nous pouvons consciemment faire évoluer positivement nos comportements. Certains ont été utiles par le passé, mais peuvent être devenus gênants dans de nombreux contextes ».*

Pour répondre à vos besoins de la manière la plus adaptée, Anne s'est formée auprès de spécialistes de renommée internationale pour acquérir de multiples compétences notamment dans la gestion des émotions et du stress chronique et post-traumatique. Son expertise combinée des chevaux et des humains garantit un accompagnement en sécurité et en douceur vers un équilibre durable. Coach, thérapeute et également spécialiste du stress, Anne s'appuie sur des compétences et expériences complémentaires pour vous proposer des séances individuelles et des ateliers collectifs où s'accordent, entre autres, l'approche Eponaquest® et la Somatic Experiencing®.

L'accompagnement facilité par le cheval, une expérience forte et vivante. Anne accueille depuis plus de 10 ans tous les publics à partir de 3 ans, en individuel, en famille ou en groupe. Que vous ayez besoin d'une ou plusieurs séances, avec des sessions de 1h30 ou sur 5 jours, elle s'adapte aux besoins de chacun.

Voici les thèmes couramment abordés en fonction des attentes :

- Gestion des émotions, estime de soi, difficultés à dire non
- Transition de vie
- Relation parent/enfant
- Hypersensibilité
- Stress, burn-out, traumatisme
- Maltraitements familiales, professionnelles

En parallèle Anne reçoit aussi à Bazas pour un accompagnement individuel au cabinet KINTSUGI qu'elle partage avec sa partenaire Cécile Gilbert-Kawano fondatrice de CEGEKA Développements.

*L'accompagnement facilité
par le cheval, c'est aussi pour*

**Les professionnels de santé, du social, de l'éducatif
Les grandes et petites entreprises
Les institutions**

*Dans le cadre de séances sur mesure, à partir
de thématiques telles que le stress, l'intelligence
émotionnelle et relationnelle et le leadership, avec ou
sans les chevaux, en présentiel ou à distance, conduites
par Anne et Cécile.*