



La Ferme de la Colline

by Juliette Collinet

**Allier neurosciences, intelligence du vivant et
apprentissage expérientiel avec les chevaux.**

Le Leadership Vivant

Développer un leadership authentique, incarné
et agile.

www.lafermedelacolline.be

Les Marchettes 5 - 6940 Durbuy

Pourquoi le Leadership Vivant?



Le monde professionnel actuel en mouvement constant demande des leaders :

- présents,
- régulés,
- clairs,
- humains,
- capables d'ajuster leur posture selon le contexte.

Notre parcours du Leadership Vivant offre une approche innovante qui combine :

- ✓ neurosciences (théorie polyvagale)
- ✓ intelligence émotionnelle
- ✓ somatique & communication non verbale
- ✓ Modèle “The Five Roles of a Master Herder”® - Eponaquest®
- ✓ expérience avec les chevaux, feedback authentique, précis et non jugeant.

Aucune compétence équestre n'est requise.

Tout se déroule au sol.

UN PARCOURS EN 4 MODULES

Une progression est recommandée mais chaque module peut être suivi séparément.



MODULE 1. CONSCIENCE CORPORELLE & COMMUNICATION NON VERBALE

La face invisible des relations interpersonnelles.

Module autonome ou 1ère étape du parcours.

MODULE 2. AGILITÉ ÉMOTIONNELLE & RÉGULATION

Comprendre, accueillir, transformer.

Module autonome ou 2ème étape du parcours.

MODULE 3. THE FIVE ROLES OF A MASTER HERDER®

Leadership équilibré: théorie et pratique avec les chevaux.

Module autonome ou 3ème étape du parcours.

MODULE 4. INTÉGRER ET APPROFONDIR SON LEADER INTÉRIEUR

**Advanced Skills Program
Master Class**

Module autonome ou 4ème étape du parcours.

Module 1. Conscience corporelle & communication non verbale



La face invisible du leadership

Nos mots ne représentent qu'une petite partie du message. Posture, tonus, gestes, regard, distance... la majorité de notre communication passe par le corps.

Durée : 1 jour

Objectifs :

- Développer la conscience de sa posture et de sa présence
- Comprendre l'impact du langage non-verbal sur les équipes
- Identifier les décalages entre intention et comportement
- Poser un cadre clair et ajusté, sans dureté ni effacement

Contenu :

- exercices somatiques d'ancrage et de présence
- observation et décryptage des signaux non verbaux
- travail sur la cohérence intention / action
- apprentissage expérientiel avec les chevaux

Gérer moins, naviguer mieux

Plutôt que “gérer” ou “contrôler” les émotions, l’agilité émotionnelle consiste à apprendre à les reconnaître, les accueillir et les utiliser comme des informations utiles.

Durée : 1 jour

Objectifs :

- comprendre le rôle des émotions dans le leadership
- développer des stratégies de régulation (individuelle et collective)
- réduire la réactivité et les escalades relationnelles

Contenu :

- repères issus de la théorie polyvagale (vagues de stress, sécurité,...)
- identification des schémas réactifs (attaque, fuite, figement, sur-adaptation)
- outils concrets de régulation et d’ancrage
- apprentissage expérientiel avec les chevaux

Module 2. Agilité émotionnelle & régulation



Module 3. The Five Roles of a Master Herder®



Modèle Eponaquest® de Linda Kohanov

Ce module explore les 5 rôles essentiels du leadership, inspirés des cultures nomades ancestrales :

Leader – Dominant – Compagnon Nourrissant – Sentinelle – Prédateur.

Durée : 2 jours.

Objectifs :

- identifier ses rôles de prédilection
- développer la capacité à naviguer entre les rôles en fonction des situations
- équilibrer fermeté, soutien, capacité d'action et expérimenter un leadership plus fluide, adaptable et mature

Jour 1 : en entreprise Théorie & jeux de rôle

- introduction au modèle des 5 Rôles
- auto-évaluation
- identification des déséquilibres et axes de développement

Jour 2: à la Ferme de la Colline Expérience avec les chevaux

- Expérimentation avec les chevaux de:
- la clarté de la direction
 - l'alignement intention / action
 - l'impact des émotions sur la relation
 - l'effet d'un cadre trop lâche ou trop serré

Master Class - Advanced Skills Program

Ce module avancé s'adresse à des managers, leaders ou porteurs de projets souhaitant aller plus loin dans l'intégration de leur leadership.

Durée : 2 jours à La Ferme de la Colline

Objectifs :

- rencontrer les parties de soi qui peuvent freiner ou saboter l'action
- renforcer l'intégrité personnelle et la cohérence interne
- développer un leadership aligné, relié à une boussole intérieure claire

Contenu :

- Intégration des principes de la "Communauté Authentique" Eponaquest®
- développement de "l'héroïsme émotionnel" Eponaquest®
- expériences avancées avec les chevaux pour approfondir le langage non verbal du leader
- intégration des apprentissages dans des situations professionnelles concrètes

Module 4. Intégrer et approfondir son leader intérieur





POURQUOI LES CHEVAUX?

Parce qu'ils offrent un feedback :

- immédiat,
- non-verbal,
- neutre,
- extrêmement précis.

Ils perçoivent notre posture, nos émotions, notre cohérence,... et nous renvoient exactement ce que nous émettons.

Une expérience puissante, mémorable, profondément transformatrice.

POUR QUI?

- Managers
- Leaders & cadres
- Comités de direction
- Équipes en transition
- Organisations cherchant un leadership plus humain et incarné
- Ressources humaines & départements people

LES BÉNÉFICES POUR VOTRE ORGANISATION

- meilleure communication interne
- leadership plus clair & aligné
- gestion du stress & du langage non-verbal
- réduction de la réactivité émotionnelle
- cohésion renforcée
- capacité à naviguer la complexité
- culture plus humaine & mature

“

LA OÙ LA NATURE ET LES CHEVAUX RÉVÈLENT L'ESSENCE DE L'ETRE

Ils nous font confiance

« Le travail avec les chevaux m'a permis de comprendre l'importance de l'énergie, l'attitude et l'importance de la communication non verbale dans le leadership. Une expérience INCROYABLE! » G.v.L CEO PME

« Cette séance individuelle avec un cheval a été un moment très percutant et inattendu. Je me suis sentie très à découvert, mais sans que la fragilité me déforce, au contraire. J'ai pu visiter avec de nouveaux outils un thème sensible : comment je prends ma place, est-ce que je sais ce que je veux, comment je le dis, le propose, l'impose ? Suis-je claire, comprise, en retrait ou en audace ? La qualité non verbale du cheval, très intuitif, "capte" tout et amplifie ce qui n'est pas toujours visible chez moi. Une vraie découverte . » C.L. indépendante

« Comprendre nos limites, les fixer, les imposer et les communiquer : réel challenge que d'apprendre le pouvoir de dire non et de s'autoriser à l'appliquer dans nos vies privées et professionnelles. Ces deux journées ont permis à nos équipes de vivre des émotions fortes, de partager une expérience unique et d'apprendre sur nos forces et nos valeurs. » P. V. directeur, secteur santé



DUREE:

Modules adaptables de **1 à plusieurs jours**, selon vos besoins et vos objectifs, avec la possibilité d'un **accompagnement post-séminaire**: suivi en visioconférence ou journée de consolidation pour assurer la mise en pratique durable des acquis.

TAILLE DES GROUPES:

Entre 4 et 15 participants pour garantir la qualité et la richesse de l'expérience.

LANGUES:

Ateliers proposés en **français** ou en **anglais**.

SAISON:

Activités possibles toute l'année même si mars à octobre sont les mois les plus agréables, la plupart des activités se déroulant en plein air (piste couverte).

RESTAURATION ET HEBERGEMENT:

Repas locaux et de saison préparés par des partenaires de la région.

Hébergement possible sur place ou à proximité immédiate.

LIEU:

La Ferme de la Colline - Grandhan, Durbuy (Belgique)

Contact



Juliette Collinet



Adrienne Lotos

Formatrices et coachs assistées par le cheval

Pour toute demande d'information ou pour co-construire un programme adapté à votre équipe, contactez-nous.

Nous serons heureuses de concevoir ensemble une expérience sur mesure.

<https://www.lafermedelacolline.be>

email: J.collinet@lafermedelacolline.be

GSM: +32 476 463 864