

## STAGE «ADDICTION NUMÉRIQUE»

Rompres avec l'addiction numérique, retrouver sa liberté de penser, d'agir et se reconnecter à son environnement, sa vie familiale et sociale grâce au cheval.

**Lieu du stage :** Natifaence, lieu-dit la Borie Neuve, 24150 Baneuil (à 20 minutes à l'Est de Bergerac)

**Durée :** Du dimanche 18 Octobre au samedi 24 octobre ou du dimanche 25 octobre au samedi 31 octobre 2020

**Public concerné :** enfant de 8 à 11 ans et adolescents de 12 à 18 ans.

**Contenu du séjour :** 2 séances d'équithérapie par jour de 2 heures chacune, et des activités socio-éducatives en dehors de ces séances. Ces activités se dérouleront en majorité en extérieur.

### Matinée :

- Participation aux travaux des écuries et soins des chevaux ou coaching sportif
- Séance collective d'équithérapie
- Préparation au déjeuner

### Après-midi :

- Temps de pause
- Séance collective d'équithérapie
- Activités socio-éducatives
- Préparation du repas

### Soirée :

- Feed-back et débriefing de la journée
- Séance de relaxation/méditation avant coucher

### **Le séjour est encadré par :**

Laurence Gueguen, propriétaire de Natifaence,

Laurence Béghin équithérapeute-infirmière, master en ingénierie éducation thérapeutique

Lucie Mercier coach professionnel, certifiée RNCP1, BEES1 et BFEEH

### **Prix du séjour :**

**950 € par participant**

