

*“Es fundamental que los caballos
vivan en un entorno de bienestar que
permita desarrollarse como
individuos y como manada, además
de poder expresarse con libertad”...*



¿Qué ofrecemos?

- Jornadas de 4 horas con caballos para fomentar la cohesión de equipo y desarrollo de habilidades como liderazgo, confianza, comunicación y trabajo en equipo, combinando deporte y aprendizaje. Se recomienda un máximo de 15 personas por jornada.

¿Cómo lo hacemos?

- Actividades de contacto y de pie a tierra con caballos, que generan confianza y conocimiento mutuo.
- Dinámicas diseñadas para fomentar la gestión de emociones y la comunicación.

Propuesta de la jornada

- Compartiremos el modelo y filosofía de bienestar del centro al grupo invitado.
- Presentación del equipo visitante y el equipo de Emociones sin Riendas & Paddock Activo Collserola.
- Se empiezan con dinámicas individuales y posteriormente grupales que van incrementando de forma progresiva situaciones y escenarios diversos.
- Puesta en común y despedida.

Dinámicas de trabajo con caballos: (individuales – grupo)

- Comunicación
- Liderazgo
- Empatía
- Trabajo en equipo
- Coordinación
- Confianza
- Bienestar

Metodología



Dirigimos actividades dinámicas entre caballos, de manera positiva y divertida para crear reflexión y generar una toma de consciencia. Se recrean situaciones del entorno laboral de una manera metafórica, La actividad se centra en base a un objetivo o aprendizaje concreto que la Empresa desee reforzar en su dinámica laboral.

- Dirigimos al equipo para que obtenga la confianza y habilidad necesarias para afrontar los obstáculos del día a día y relacionarse adaptativamente a los cambios.
- *Los caballos acompañan pie a tierra, no se montan y no se requiere experiencia o habilidad previa con ellos*
- Los participantes interiorizan perspectivas de los demás integrantes del grupo. Recogen y comparten experiencias, emociones y puntos de vista de cada uno, siendo un enriquecimiento social



¿Cómo nos ayudan los caballos?

Nos hacen sentir y tomar consciencia sobre nosotros mismos



Nos recuerdan cómo es estar en coherencia con nosotros mismos.

Los caballos , por su condición de presa, son animales muy sensibles a la percepción de su entorno

Son capaces de percibir nuestro estado de ánimo y nuestras emociones

Se relacionan con nosotros principalmente por la comunicación no verbal y nos ofrecen información a través de la percepción, del sentir y el experimentar

Nuestra filosofía es la vida en semilibertad y en manada de los caballos, donde todas sus necesidades sean cubiertas, y a través del trabajo pie a tierra con otras personas, intentamos transmitir la naturaleza del caballo y la mejor manera de tratar con ellos.



Equipo organizador de la jornada

Paddock Activo Collserolla/Ethological Horse Center:

Laura Heredia y Fran Martín

Fundadores de ambos centros.

Formadores y especialistas en etología, entrenamiento, bienestar y comunicación con équidos.

Certificaciones y Metodología:

- DEEC (Doma educativa y equitación conectada)
- Centered Riding
- Train your seat
- Franklin method

Experiencia en la dirección de equipos y proyectos corporativos.

Con más de 20 años en la Dirección de Compañías en el sector de la Consultoría. Ha formado parte del Comité de Dirección organizaciones multinacionales, como en la creación de diversas Startups.

Equipo organizador de la jornada

Emociones sin Riendas

Carles Marcos

Psicólogo y coach. Psicoterapeuta, conferenciante y formador en habilidades emocionales. Experiencia en entrenamiento de pie a tierra y cuidado de caballos. www.carlesmarcos.com

La metodología se basa en unir las dos disciplinas, psicología y coaching, con el objetivo de facilitar a las personas, la búsqueda de su bienestar.

Por un lado mis conocimientos y experiencia como **psicólogo** me permiten ayudar a que las personas pueda conocer y gestionar sus emociones y así fortalecer su personalidad, y por otro lado...

El Coaching, disciplina que se puede definir como el proceso de acompañamiento individualizado que ayuda a lograr los objetivos al liberar la detección de puntos fuertes y oportunidades de mejora.





Paddock Activo Collserola

- **Paddock Activo Collserola**, está situado en la avinguda Can Tintorer s/n. Molins de Rei (al lado del restaurante Can Tintorer) en el Parque Natural de Collserola, a 15 min de Barcelona (Molins de Rei)
- **Ethological Horse Center**, está situación en La Llacuna (Anoia), con más de 55 hectáreas de pastos, bosques y naturaleza
- Más de 50 caballos viven en diferentes grupos / familias en semilibertad
- *Proyecto de sostenibilidad, concienciación, formación, estudio y profundo respeto de nuestro entorno natural*





***¡¡¡Bienvenidos
a
nuestro sueño !!!!***