

Therapiesessie met paarden

Waarom werken met paarden?

Paarden zijn zeer gevoelige dieren die uitnodigen tot dit soort werk. Door hun grote sensitiviteit kunnen zij heel spiegelend en confronterend zijn met de thema's die je leven beheersen.

Ik ben heel bang voor paarden, dus het is zeker niks voor mij!

Zelfs als je heel bang bent, kan je op jouw tempo, leren omgaan met het algemene thema "angst". Hoe ga je hiermee om? Loop je ervan weg, houdt het je tegen om bepaalde acties te ondernemen in je leven, wil je hier verandering in brengen,...?

In de sessies wordt er rekening gehouden met je eigen grens, jij bepaalt hoe ver je wil experimenteren.

Wat levert zo'n sessie mij op?

Het is vooral de bedoeling om ervaringsgericht te werken. Je krijgt mogelijks meer inzicht door de oefeningen in je eigen gedachtengangen, patronen, gewaarwording,... Deze nieuwe inzichten kunnen dan achteraf verder besproken worden in de therapie, indien gewenst.

Moet ik kunnen paardrijden?

Een therapiesessie is geen paardrijles. Je hebt geen ervaring nodig met paarden. Het paard is je partner in de sessie met wie je gaat oefenen.

Welke soort oefeningen mag ik verwachten?

Afhankelijk van het thema dat je inbrengt, kan dit bijvoorbeeld zijn "leid het paard naar een andere plaats, maak contact, observeer wat je gewaarwordt,...."

Wie zijn de begeleiders?

Marinette Mousset is de eigenares van de paarden en heeft ruime ervaring in het werken met paarden in therapie. Op de website www.islandiavzw.be vind je meer over haar.

Zij zal bij het begin van de sessie de veiligheidsregels doorlopen samen met jou.

Helga Van der Heyden is therapeute en heeft een eigen praktijk te Oelegem. Zij zal observeren en zo mogelijks feedback geven of bijvragen stellen tijdens de sessie. www.progressinwork.be

Samenwerking tussen www.islandiavzw.be en www.progressinwork.be



Praktisch:

Locatie: Haachtsebaan 24, 2223 Schriek (er is parking ter plaatse, je mag parkeren aan het huis, we komen je daar halen om naar de paarden te gaan)

Tel Marinette Mousset 0479/36.36.82

Tel Helga Van der Heyden 0496/56.98.56

Prijs: 80 euro voor 1u (er is geen bancontact, graag gepast betalen)

(incl verzekering, 2 begeleiders, paarden, materiaal)

Duur per sessie: 1u

Benodigheden: Zelf meebrengen

- gesloten schoenen (wandelschoenen, sportschoenen,... GEEN sandalen, schoenen met hakken,...)
- lange, gemakkelijk zittende broek (GEEN short, rok,)
- je hoeft zelf geen tok (beschermende helm) mee te brengen, dit is aanwezig

