



# L'ÉQUIHOMOLOGIE

Équilibre, santé et bien-être, grâce au cheval !

L'équihomologie est une équithérapie, ou une pédagogie loisir, visant à développer nos capacités physiques, psychologiques et sociales à travers le plaisir d'interagir avec le cheval au naturel.

tous publics - enfants et adultes – thérapie ou pédagogie loisir

Sollicitant notre intelligence corporelle et relationnelle, elle enseigne un savoir-être fondamental qui développe confiance, bien-être et une relation harmonieuse avec le vivant, le sensoriel et la nature.

L'équihomologie est une équithérapie qui se distingue, par :

- **Des mises en situations et des thèmes spécifiques,** élaborées pour la discipline autour de la rencontre, du soin, de la relation à pied et en monte avec le cheval
- **Le corps et nos sensations placés au centre,** développant nos perceptions et expressions motrices, sensorielles, émotionnelles et miroir
- **Une pédagogie opérante et personnalisée,** basée sur la sensation-action, l'expérience, l'essai-erreur, le jeu, le plaisir et l'auto-valorisation
- **Des chevaux labellisés « Cheval Santé »** préparés selon un cahier des charges « équihomologie » assurant sécurité et qualité relationnelle
- **7 niveaux pédagogiques** de la 1ère à la 7ème « Oreille » évaluant nos dons d' « écouteurs - chuchoteurs » et structurant la discipline en paliers progressifs
- **Une animation fondée sur 3 disciplines transversales :**
  - ✓ **La relaxation tonique :** savoir gérer son stress et libérer sa vitalité
  - ✓ **La communication miroir :** savoir gérer ses émotions et libérer son émissivité
  - ✓ **La psychologie opérante :** savoir structurer ses pensées et comprendre le monde

## L'équihomologie nous apprend

- ✓ à écouter notre corps et nos sensations
- ✓ à affirmer et gérer notre place
- ✓ à exprimer clairement nos messages
- ✓ à développer sensibilité, empathie et complicité
- ✓ à comprendre et communiquer avec le cheval

## L'équihomologie agit pour guérir

- ✓ hyperactivité et manque de concentration
- ✓ timidité, dépression, stress
- ✓ troubles du comportement, fanatismes
- ✓ fatigue, embonpoint, allergies
- ✓ affaiblissements musculaires et immunitaires...

## L'équihomologie améliore

- ✓ notre équilibre physique et psychologique
- ✓ notre capacité de communication et d'écoute
- ✓ nos potentiels d'affirmation et d'expression
- ✓ nos capacités de lien et de relation
- ✓ notre gestion du stress et de nos émotions

*"Sans une conscience perceptive intimement liée au corps, nul progrès individuel ou collectif n'est possible."*

**Merleau-Ponty**

philosophe français (1908-1961)

La discipline s'inscrit dans le programme « **ATOUTFORM** » de la Fédération Sportive et Culturelle de France (FSCF) alliant le SPORT & SANTE

Les animations reçoivent le label « **SENTEZ-VOUS SPORT** » du Comité National Olympique et Sportif Français (CNOSF) depuis 2017.



## Pourquoi s'appuyer sur une médiation par le cheval ?

- **Le cheval est un être qui ne juge pas**, vivant et chaleureux, sensible et attentif.
- **Il communique par le langage corporel** non verbal, naturellement et perpétuellement
- **Avec le cheval, impossible de tricher** : il oblige à une cohésion entre pensée et action :  
« *Je sens ce que je pense et je sens ce que je fais* ».
- **Il invite à la relation** et suscite l'émotion par sa beauté, sa douceur et sa portée symbolique.
- **il met en situation de challenge** par sa masse, sa puissance et son instinct et nous oblige à affirmer notre place et à investir notre corps, nos sens et nos sensations.
- **Il agit en miroir** et met en évidence nos compétences et nos limites relationnelles.
- **Il oblige à la clarté**, car animal de hiérarchie, il a besoin d'ordre et de nous pour se rassurer et fédérer
- **Le cheval est notre compagnon depuis les débuts de la civilisation** et notre mémoire ancestrale a gardé le souvenir des sensations et émotions partagées : **l'équihomologie !**
- **Il nous réapprend une relation harmonieuse avec le vivant**, le sensible et la nature.



### L'équithérapie est à ce jour de plus en plus pratiquée

car ses résultats sont très satisfaisants et souvent étonnants envers diverses pathologies, telles que l'autisme, les handicaps moteurs, troubles relationnels, difficultés scolaires ou d'insertion sociale, fatigue, dépressions, stress professionnels ou simplement pour l'amélioration du bien-être personnel.

### Pourquoi plus aujourd'hui, qu'hier ?

Notre vie moderne nous fait vivre de plus en plus dans un monde urbain, éloigné de la nature et du vivant. Nos fonctions corporelles et sensorielles sont de plus en plus délaissées ou assistées, de plus en plus virtuelles ou anesthésiées par nos machines, écrans, médicaments, climatisations, voitures, GPS...

Pris dans des systèmes de consommation et d'égoctrismes, notre rapport au monde est de plus en plus déconnecté du terrain, du vivant et de la nature.

Notre patrimoine rural s'atrophiant, nous développons des troubles du comportement, des agressivités, des tensions relationnelles et professionnelles. Nous avons de plus en plus besoin de retrouver nos racines et fondements naturels. **L'équihomologie est un de ces outils.**

### L'association ISOFACULTE promeut

**L'équihomologie**  
développée depuis 30 ans  
par Daniel SILVESTRE

éleveur de chevaux, « chuchoteur », spécialiste du langage corporel. Egalement psychotérapeute et conseiller en communication et relation humaine, il intervient en entreprises, dans le sport de haut niveau et auprès des personnes en ruptures sociales pour apporter cohésion, confiance et performance grâce à l'utilisation du langage corporel sur le terrain.

Il est précurseur en France et dans le monde à mettre au point une technique d'équilibre et de performance par la médiation du cheval, basée sur l'apprentissage du langage corporel, sensoriel, émotionnel et miroir, **inaugurant la première école d'équihomologie en 2003 dans la Loire.**



Siège : 35 Rue du collège, 84200 Carpentras  
CENTRE D'EQUIHOMOLOGIE  
Lucky Horse, Chemin d'Aubignan, 8480 Mazan  
Marion Vogel : **06 74 66 83 45**

