



Equine Experience by ABRE

# Desenvolvimento Pessoal e Apoio à Saúde Mental com cavalos



[www.abreoficial.org](http://www.abreoficial.org)

# Sumário

## Quem somos? 03-04

Equipe de humanos e cavalos desenvolvendo e transformando vidas. Time especializado.

## Por que cavalos? 05-06

Você conseguiria ser indiferente a uma manada de cavalos?

## Metodologia 07-08

Método empregado e abordagem de facilitação. Desenvolvimento e crescimento pessoal.

## Como funciona? 09-10

Informações importantes sobre as sessões. O poder das histórias.

## Localização, Investimento e Contato 11

Onde estamos, valores e formas de contato



# 1

## Quem Somos?

Somos uma equipe de humanos e cavalos comprometidos com o crescimento pessoal e apoio à saúde mental



Somos uma equipe de facilitadores especializados, com mais de 15 anos de experiência na área da saúde mental, desenvolvimento pessoal e do cavalo.

Por meio da parceria humano - cavalo nos propomos a desenvolver e transformar vidas com o serviços de:

- Desenvolvimento Pessoal e Apoio à Saúde Mental
- Treinamento para Empresas



# As facilitadoras

## Giulia Policastro



Terapeuta Ocupacional pela USP e especialista em Saúde Mental pela USP.

Facilitadora nos Serviços Assistidos com Equinos (SAE's).

Sócia fundadora da ABRE

Certificação internacional e membro da ARCH -

Arenas for Change

Certificação Internacional EAGALA

Consultora da Horses for the Corporate no Brasil.

14 anos de experiência na área das Intervenções Assistidas com Equinos, atuando na saúde mental, desenvolvimento pessoal e profissional.

Professora engajada na formação de profissionais na área dos Serviços Assistidos com Equinos.

## Lilian Chateau



Facilitadora nos Serviços Assistidos com Equinos (SAE's)

Sócia fundadora da ABRE

Certificação internacional e membro da ARCH - Arenas for Change

Certificação internacional EAGALA

Consultora da Horses for the Corporate Word no Brasil

Mais de 19 anos de experiência na área das Intervenções Assistidas com Equinos. Experiência na gestão de pessoas e projetos de centros equestres nas áreas da equitação e terapias.

Professora engajada na formação de profissionais na área dos

SAE's.



# 2

## Por que cavalo?

*Você conseguiria ficar  
indiferente diante deles?*



1

Não é fácil ignorar um cavalo, seja pelo tamanho ou presença. Geram impacto e admiração. Maior engajamento no processo, potencializando os resultados.

2

Manada de cavalos e grupo de pessoas são muito parecidos socialmente: têm papéis definidos, hierarquia, personalidades e humores distintos.

# Por que cavalo?

o funcionamento social dos  
cavalos é muito semelhante ao  
dos humanos



3

Cavalos possibilitam uma aprendizagem experiencial: você sente, ouve, vê e se move fisicamente durante o processo.

4

Cavalos como presas são altamente intuitivos e responsivos para mensagens não verbais. Nos dão feedbacks imparciais e genuínos, livres de julgamento.



# 3

## Metodologia

*De acordo com a ciência, humanos aprendem de forma mais eficaz fazendo, experienciando.*

APRENDIZAGEM EXPERIENCIAL! A interação com os cavalos no solo, do chão, ajuda nas mudanças e crescimento pessoal de forma mais eficaz e rápida do que trabalhos e métodos tradicionais que não incluem experiências com os cavalos, seja em sessões individuais ou grupos.

### Abordagem de Facilitação



Utilizamos abordagens terapêuticas ancoradas em sistemas de linguagem colaborativa, como terapia focada na solução (breve) e terapia narrativa usadas no ARCH - Arenas for Change (ARCO). Entendemos que assim como num ARCO, nossa força e nosso movimento vêm de nos apoiarmos e erguermos uns aos outros. E os cavalos ajudam neste processo. Com eles fica fácil contar as histórias não ditas, a ter insights e novas perspectivas.



## Existem várias formas de buscar e manter a **SAÚDE MENTAL** equilibrada.

### Investir no **DESENVOLVIMENTO E CRESCIMENTO PESSOAL** é uma delas.





# 4

## Como funciona?

### Sessões de Desenvolvimento Pessoal com Cavalos

#### Sessões individuais

A partir da sua história, do que você deseja compartilhar, daremos o pontapé inicial. Você escolhe por meio da narrativa, enquanto observa e interage com os cavalos, qual capítulo ou trecho contar.

#### Cavalos em Liberdade

Os cavalos fazem parte da equipe e trabalham soltos, não há montaria. De perto ou de longe você é quem determina como se relaciona com eles. Os animais e seu contexto te ajudam na (re)construção da sua história, personagens e enredo.

#### Aprendizagem Experiencial

Por meio da observação dos comportamentos e atitudes dos cavalos e, da forma como você interage com eles, os facilitadores mediam o processo com perguntas que proporcionam insights e novas perspectivas.

#### Duração

O número de sessões vai depender do tema e processo individual de cada um. Normalmente varia de 1 a 3 sessões. Cada sessão dura em média 1h30 min.



# O poder das histórias

Quem não gosta de uma boa  
história?

Nas sessões com aprendizagem experiencial, os cavalos te ajudam a contar suas histórias, vê-las e senti-las a partir de outras perspectivas.

Neste processo você identifica os personagens, dirige e edita o roteiro e até mesmo reescreve o capítulo.

Uma possibilidade de integrar passado, presente e futuro.  
Os cavalos ajudam a contar histórias não ditas!



# 5

## Localização



Estamos em Atibaia/SP - Haras Policastro

## Investimento

1 Sessão - 290,00 reais

Pacote de 3 sessões - 780 reais (deverão ser realizadas no espaço máximo de 2 meses)

Cada sessão dura em média 1h30min.

## Contato

(11) 98727-8365 Lilian Chateau  
(11) 96773-3874 Giulia Policastro

[www.abreoficial.org](http://www.abreoficial.org)  
[abre@abre.in](mailto:abre@abre.in)

Siga-nos

