



Finlandaise, Tarja Vartiainen s'est installée en Sarthe il y a 20 ans. Bien intégrée localement – elle est conseillère municipale –, elle s'entraide avec la famille Jardin, éleveurs voisins de Limousines, pour faire le foin.

## Coach du bien-être au travail

» Après 20 ans de carrière professionnelle dans la finance internationale, Tarja Vartiainen est devenue equi-coach. Elle construit des séminaires sur-mesure pour les entreprises qu'elle accueille au haras des écus, à Brûlon.

**Situé proche du centre ville** de Brûlon, le Haras des Écus offre un environnement verdoyant et une vue agréable sur la vallée de la Vègre. C'est pour « ce cadre paisible et ressourçant » que Tarja Vartiainen a eu « le coup de cœur » il y a une vingtaine d'années. « Je cherchais un endroit pour élever des chevaux de course, raconte-t-elle, et autour de Paris, tout était beaucoup trop cher ». C'est donc en Sarthe que la Finlandaise et son ex-mari ont démarré leur élevage de trotteurs, aménageant progressivement l'exploitation de 40 ha. Aujourd'hui, le Haras des Écus compte 8 chevaux de course qui disposent de deux ronds de longe, d'un manège, d'un solarium et d'une salle de cryothérapie. « Plus que la quantité, c'est la qualité du travail que nous visons, rappelle Tarja Vartiainen, ce sont des sportifs de haut niveau qui reçoivent les soins adaptés après chaque séance de travail. Et quatre repas par jour ! ». En 2001, un cheval du haras était au départ du Prix d'Amérique et quelques bons éléments accumulent des gains intéressants (par exemple Quattro Ecus : 465 096 €).

### Suivi dès le plus jeune âge

Bien qu'elle participe aux courses de trot amateur, Tarja Vartiainen s'occupe plutôt de l'élevage des 4 poulinières. La saillie et le poulainage sont délégués à un autre haras, particulièrement si l'étalon se trouve en Normandie. Mais dès le retour de la jument et son

poulain en Sarthe, elle commence le travail. « Nous réglons les aplombs des poulains dès le plus jeune âge, car c'est important pour leur future carrière de courses », explique-t-elle. « Nous les manipulons dès la fin du sevrage. Puis, après un hiver au pré, nous reprenons la manipulation, doucement jusqu'en septembre. L'objectif est qu'ils soient prêts pour la vente des yearlings ». Tous les chevaux du haras passent la nuit à l'extérieur, toute l'année. Dans chaque paddock, une cabane leur permet de s'abriter au besoin. « Mais les chevaux n'ont pas froid, rassure-t-elle, nous leur mettons des couvertures par précaution. En les laissant en troupeau, nous respectons la grégarité de l'espèce ».



### Respect des animaux et des humains

Ce respect du bien-être animal, infusé dans l'esprit de Tarja Vartiainen, l'a poussée à se questionner sur le respect des humains. Après vingt ans dans la finance et le business international, l'ancienne directrice financière d'American Express pour l'Europe de l'Ouest, a décidé d'arrêter les aller-retour entre New-York, Paris et Londres pour profiter pleinement de sa résidence sarthoise. Elle s'est formée au coaching pendant un an et a lancé sa société d'équi-coa-



Cette nouvelle activité de coaching a bien progressé, incitant Tarja Vartiainen à construire une salle de séminaire combinant la chaleur du bois et de larges baies vitrées

ching il y a cinq ans. Une activité pour laquelle elle s'appuie sur « un collaborateur exceptionnel, avec 4 jambes, qui pèse 500 kg mais qui est toujours bienveillant et ne ment jamais ». « Le cheval exprime les quatre émotions de base – joie, tristesse, colère, peur – et donne des informations primordiales », constate-t-elle ; face à lui, aucune notion de hiérarchie n'existe. Il réagit à nos émotions et nos postures ». Grâce à ce « médiateur », les participants apprennent l'importance de la communication non verbale, le lâcher-prise et la nécessité de « prendre le temps ». Des notions importantes pour « s'ouvrir aux autres », les respecter et se faire respecter.

### Leadership authentique

Dans ses séminaires, qu'elle construit sur-mesure, Tarja Vartiainen répond aux besoins des entreprises – principalement parisiennes ou d'origine anglo-saxonnes – sur les thèmes de la multiculturalité, de la cohésion d'équipe. « Au-

jourd'hui, le teambuilding plutôt ludique n'est plus à la mode, analyse la coach, ce qui est recherché c'est la confiance entre les collaborateurs. Et cette confiance passe par une communication fluide et la reconnaissance des expertises spécifiques de chaque collaborateur ». Tarja Vartiainen reprend les fondements du leadership authentique, résumé par le mot finlandais « sisu », auprès des managers pour les aider à s'améliorer et à améliorer les performances collectives.

### Sisu

MOT FINLANDAIS INTRA-DUISIBLE QUI DÉSIGNE « LA DÉTERMINATION INFLEXIBLE, LA RÉSISTANCE À L'ÉPREUVE, LE COURAGE, L'INTRÉPIDITÉ, LA FERME VOLONTÉ, ET L'HUMILITÉ ».

Là encore, les chevaux du haras – qui peuvent tous participer à une séance de coaching – aident à prouver que « la technique de la cravache n'est pas

celle qui apporte la durabilité » dans l'entreprise.

### Séances offertes aux soignants

Cette nouvelle activité a bien progressé, incitant Tarja Vartiainen à construire une salle de séminaire combinant la chaleur du bois et de larges baies vitrées. « Les travaux ont été terminés deux jours avant le début du confinement », regrette-t-elle. La crise sanitaire ayant allégé son planning de coach, la Brûlonnaise d'adoption, a offert ses services aux soignants des établissements de santé voisins, comme le suggérait le syndicat<sup>(1)</sup> professionnel d'équi-coaching. 24 personnes de l'EPHAD de Saint-Denis-d'Orques sont notamment venues pour des séances de sophrologie. « La Covid a touché nos valeurs de base, observe-t-elle, et même les plus sceptiques ont changé de point de vue sur l'importance du bien-être au travail ».

DELPHINE GROSBOIS

(1) Le Syndicat des Professionnels de l'Accompagnement Avec le Cheval (SynPAAC).