



JUDITH'S ART

Le Courrier de l'Ouest • Christophe BORDAS.

Publié le 11/10/2021 à 15h50

Julia Pardon, 36 ans, exerce un métier rare, très demandé dans le monde du jumping : elle pratique l'hypnose sur les cavaliers. L'objectif : leur faire vaincre leur anxiété – la boule au ventre -, redresser leur confiance en soi, les aider à encaisser le stress d'une compétition. Parce que « si le cavalier est mal dans sa peau, le cheval fera des erreurs. »

remerciements. » Deux conséquences à cela : une liste d'attente de deux mois et la création d'un emploi avec une collaboratrice, basée en Seine-et-Marne, qui s'occupe exclusivement, elle aussi en visio, des questions de tabagie, phobie, surpoids, hors du champ de l'équitation.



Julia Pardon, pendant une séance d'hypnose. | AUDREY MOUTON

Nous avons consacré à Julia [un article le 23 novembre 2019](#) alors qu'elle se lançait. Une de ses premières patientes a été Armonie Alessandrin, propriétaire de [l'écurie d'Aoz à Prahecq](#). « **Bien sûr que nous nous voyons toujours ! lance-t-elle. Armonie est ambassadrice d'Equ'hypnose. Elle performe et elle a d'ailleurs arrêté de fumer depuis notre première rencontre** » (grâce à l'hypnose).

Julia Pardon pratique aussi les séances d'hypnose avant les compétitions. | JULIA PARDON

Une autre conséquence, elle ouvrira en 2022 une formation « hypnose rapide ». Deux sessions se dérouleront dès janvier, à Moussy (Seine-et-Marne), près de Roissy, à l'école d'hypnose. « **Elles s'adressent aux entraîneurs pour qu'ils puissent aider un cavalier dans l'urgence** », détaille-t-elle. Une solution à défaut de trouver un homologue qui l'aiderait à faire face : « **La difficulté vient du fait qu'il faut d'abord dénicher un parfait connaisseur du monde équestre. La formation à l'hypnose vient après.** » Elle lance donc un appel à d'éventuels candidats...



Julia Pardon, aux écuries d'Aoz de Prahecq en novembre 2019 alors qu'elle lançait son activité. | ARCHIVES CO – ERIC CHAUVET

Surprenant, mais vrai. Avantage, la visio a permis à Julia de répondre à une demande en forte croissance : France, Suisse, Belgique, États-Unis, île Maurice... Les frontières sont tombées. « **Lorsque j'ai commencé, je parlais sur la base d'une seule séance d'une heure. Maintenant, c'est entre une et trois parce que les patients font appel à moi pour régler d'autres problèmes. Et ils m'envoient des vidéos de remerciements.** » Deux conséquences à

Julia, bien que basée en Amboise (Indre-et-Loire), n'en oublie pas pour autant les [Deux-Sèvres](#) qu'elle retrouve régulièrement. Elle a passé cinq ans à [Chauray](#) et connaît comme sa poche l'hippodrome de Romagné. « **J'étais bénévole de la Société des courses de « Niort ».** « **C'est moi qui plaçais les chevaux dans les boxes. L'ancien président Michel Moulin est un de mes grands amis, et je connais son successeur Christophe Babuchon. Niort est un endroit que j'adore, j'y suis chez moi.** » Elle y a aussi accompli de belles actions en sauvant une vingtaine de chevaux de course promis à l'abattage. Elle allait les récupérer à Saintes chez l'engraisseur. »