



Team Building

Atelier théâtre

*« La réussite appartient à tout le monde.
C'est au travail d'équipe qu'en revient le mérite. »*
Frank Piccard

Le théâtre est un formidable outil car il est fédérateur et permet de travailler un grand nombre de notions et d'actions tout en s'amusant.

Par le biais du théâtre, on peut notamment développer la concentration, la mémoire, la confiance en soi et dans les autres, les expressions corporelle et orale, et l'imagination des enfants comme des adultes.

Professeure de théâtre depuis de nombreuses années auprès d'un public adulte pour lequel j'écris et mets en scène chaque année deux comédies, je propose aux entreprises des Team Building Atelier Théâtre qui permettent de consolider les liens, de renforcer la cohésion et la confiance des équipes, dans une ambiance ludique et conviviale.

Atelier Théâtre

- **Accueil des participants – Présentation**
- **Présentation du déroulé de l'atelier**
- **Petite mise en route du corps**
- **Souffle et articulation**
- **Exercices de déplacement dans l'espace, d'écoute, de concentration, de confiance, de maîtrise des émotions**
- **Improvisations**
- **Exercices de relaxation/sophrologie**

Coordonnées

Sandie Jean

06.60.04.10.52

sandiejean94420@gmail.com

www.sjformations.fr

Tarifs

(groupe de 8 à 15 personnes)

1 Atelier théâtre (2h30) _____ 40€ HT/personne