



Formations professionnelles

Se former tout au long de la vie

Communiquer, comprendre, se former, échanger, réussir

- + Prise de parole en public
- + Coaching individuel
- + Media training
- + Team building



Théâtre de l'échappée

Organisme de formation n° 52 53 00678 53

« Vous souhaitez participer ou proposer des actions de formation sur la communication complémentaires aux métiers et veiller à la qualité des stages proposés? Le Théâtre de l'Échappée pourrait être votre partenaire !

Depuis plus de 30 ans, le Théâtre de l'Échappée s'intéresse au rapport à la formation de tous les publics. Afin de répondre au plus près des exigences du monde de l'entreprise et aux salariés qui ne disposent pas ou mal des compétences d'un vrai communicant, nous proposons des formations sur-mesure.

Le contenu, le support, l'approche des thèmes et les cas pratiques des formations en entreprise sont entièrement modulables aux objectifs propres de l'entreprise.

Des formateurs expérimentés issus du théâtre, de la mise en scène, au service d'un projet pédagogique tourné vers la réussite des stagiaires, avec mise en situation et exercices issus des techniques théâtrales. »



► Notre offre de formation

- Prise de parole en public
- Coaching individuel à la prise de parole en public
- Media training
- Création d'une cohésion et d'un dynamisme de groupe - Team building
- Gestion du stress - Team building

► Un projet de formation en interne?

- Étude de vos besoins en fonction des objectifs d'évolution des compétences de vos collaborateurs.
- Mobilisation de toutes nos ressources pédagogiques pour la conception d'un programme adapté.
- Animation des programmes.

► Des formations modulables

Nous pouvons organiser ces formations dans vos locaux, nos locaux ou en tout autre lieu à définir ensemble.

► Des formations sur-mesure

À l'écoute de vos préoccupations, le Théâtre de l'Échappée vous apporte une réponse adaptée à vos besoins de formation.

La communication orale peut être comparée à une scène où les acteurs jouent un rôle dans une situation donnée.

Connaître et maîtriser les outils de la communication orale par l'apport des techniques théâtrales.

► Objectifs pédagogiques

- Apprendre à mieux se connaître et enrichir sa palette comportementale grâce aux mises en situations.
- Utiliser les techniques théâtrales pour communiquer.
- Structurer et argumenter pour convaincre

► Pour qui?

Toute personne, quelle que soit sa fonction dans l'entreprise.

► Formalités

Durée : sur-mesure.

Formation réalisable en entreprise.

► Programme

► Évaluation et initiation

- Maîtriser sa voix en toutes circonstances : les techniques vocales basées sur le travail du souffle (intensité, débit, articulation, modulation).
- Savoir s'écouter et écouter les autres.
- Canaliser l'expression de ses sentiments, gérer le trac : les techniques de relaxation et de respiration.
- Maîtriser la communication non verbale : regard, attitude physique, gestes, expressions du visage, déplacements.

« L'objectif de cette phase est de développer sa présence scénique et d'acquérir une aisance relationnelle avant de structurer son message efficacement devant un auditoire. »

► Entraînement et perfectionnement

- Structurer son intervention dans son environnement (définir son plan, le message à faire passer, les attentes de l'auditoire).
- Exercices variés d'improvisation théâtrale pour renforcer la capacité à s'adapter aux situations, à tenir un rôle, gérer le trac.
- Mise en pratique de la communication verbale et non-verbale avec conviction et engagement.

« Cette formation se terminera par une séance de débriefing et un plan d'action personnalisé sera mis en application en retour de formation. »

Coaching individuel à la prise de parole en public

Un seul et unique objectif : optimiser vos futures prises de parole !

Afin de rendre vos présentations compréhensibles, convaincantes et vivantes lors de vos présentations commerciales, conférences, discours et autres entretiens nous vous proposons une solution personnalisée à vos différentes problématiques de prise de parole en public.

► Objectifs pédagogiques

- Connaître ses atouts pour gagner en aisance.
- Identifier ses axes d'amélioration pour progresser efficacement.
- Expérimenter et maîtriser les différentes techniques du comédiens.
- Utiliser les techniques de communication verbale et non-verbale.
- Structurer et argumenter pour convaincre.

► Pour qui?

- Chef d'entreprise, dirigeant et cadre supérieur.
- Directeur de la communication, porte-parole.
- Toute personne amenée à prendre la parole devant un public.

► Formalités

Durée : sur-mesure.

Formation réalisable en entreprise.

► Programme

► Évaluation et initiation

- Mise en situation, exercices.
- Identifier ses freins et obstacles à l'expression orale.
- Définir ses points forts et axes d'amélioration.

« Le formateur dispensera parmi les exercices suivants ceux qui permettront aux participants de progresser et d'acquérir les compétences d'un vrai communicant. »

► Entraînement et perfectionnement

- S'entraîner à partir des exercices issus du théâtre.
- Se préparer à prendre la parole : détente musculaire et mentale.
- Libérer son expression pour gagner en qualité et en présence.
- Jouer avec ses atouts naturels : voix, regard, gestuelle.
- Se mettre en scène pour capter l'attention.
- Adopter une écoute active pour s'adapter à son public.
- Structurer sa pensée et gérer son temps de parole.
- Organiser son discours en fonction d'un objectif : informer, sensibiliser, convaincre.
- Améliorer son élocution et sa prononciation.

« Lors de chaque session de coaching, le formateur évalue les progrès effectués et les axes restant à travailler. Il propose ensuite les exercices adaptés pour poursuivre la progression. »

Une communication efficace adaptée aux médias !

Nous vous proposons l'approche interactive du théâtre pour réussir son interview à la radio et à la télévision.

Appréhender les contraintes journalistiques et maîtriser les techniques d'interview pour faire passer son message.

► Objectifs pédagogiques

- Savoir se préparer à une intervention tant sur le message que sur l'aspect comportemental et émotionnel.
- Savoir faire court, clair, imagé et être réactif.
- Développer ses capacités d'expression tout en mesurant les enjeux des journalistes.
- Structurer et argumenter pour convaincre.

► Pour qui?

- Chef d'entreprise, dirigeant et cadre supérieur.
- Directeur de la communication, porte-parole.
- Toute personne amenée à prendre la parole devant un public.

► Formalités

Durée : sur-mesure.

Formation réalisable en entreprise.

► Programme

► Entraînement et perfectionnement

- Mise en situation, exercices.
- Identifier ses freins et obstacles à l'expression orale.
- Définir ses points forts et axes d'amélioration

« Chaque stagiaire participera à tour de rôle à des exercices de prise de parole en vidéo-training. À l'aide de différentes techniques apportées par le formateur, les participants amélioreront la qualité de leur discours, leur impact, leur comportement et leur image. »

► Coaching personnalisé

- Techniques d'improvisation théâtrales.
- Travail sur la voix, le regard et la posture.
- Analyse de la symbolique gestuelle.
- Gestion du stress.

« Chaque session de coaching s'effectue sur des cas réels avec mise en situation vidéo, conseils personnalisés et plan de développement. »

Pourquoi lancer une opération de «team building» ?

Le développement de vos équipes passe par un accompagnement de chacun. En fonction du contexte et des personnes qui composent votre entreprise, nous construisons un programme sur-mesure pour développer l'esprit et la dynamique collective.

► Objectifs pédagogiques

- Mieux se connaître et mieux connaître les autres membres de l'équipe pour mieux travailler ensemble et mobiliser des énergies complémentaires vers la performance.
- Optimiser l'utilisation des compétences dans le groupe.
- Gagner confiance en soi et dans les autres.

► Pour qui?

- Toute équipe constituée désirant améliorer ses performances humaines, ou rencontrant des difficultés passagères ou profondes.
- Toute équipe en cours de construction.

► Formalités

Durée: sur-mesure.

Formation réalisable en entreprise.

► Programme

► Évaluation du groupe et des situations rencontrées

- Manque de confiance entre les membres de l'équipe (peurs, inhibitions, manque de créativité et d'initiative).
- Individualisme/jeux personnels et méconnaissance du plaisir du jeu collectif.
- Niveau d'engagement faible ou réservé. Consensus mou, conformité élevée.
- Inefficacité collective et performance non satisfaisante.

« L'objectif de cette phase d'évaluation est de planifier une stratégie de groupe grâce à l'utilisation des techniques théâtrales qui permettront au groupe de progresser sur la voie du collectif. »

► Mise en pratique

- Présentation croisée par deux.
- De nombreux jeux et exercices de mises en confiance seront mis en oeuvre pour encourager le stagiaire à développer des qualités d'écoute qui lui permettront de s'investir franchement dans ses rapports aux autres (travail en aveugle, bouteille...).
- Conscience de soi dans l'harmonie du groupe.
- Exercices variés d'improvisation théâtrale pour renforcer la capacité à s'adapter aux situations, à tenir un rôle, à gérer le trac.
- Exercices de concentration pour gagner en assurance.

« Cette formation se terminera par une séance de défrieffing afin de faire le bilan. »

« La source de la joie, c'est le mouvement. » (Wallon)

Être bien dans son corps, bouger avec aisance, naturel et fluidité, délier les rouages de la communication ! Dans les activités qui génèrent une tension émotionnelle, il est important de proposer au personnel un dispositif de formation qui adapte et développe les compétences des salariés à cette problématique.

► Objectifs pédagogiques

- Découvrir un groupe dans un contexte différent à travers des mises en situations non verbales.
- Être plus à l'aise dans son corps et gagner en confiance : «déverrouiller», allonger, détendre, éprouver.
- Être à l'écoute de soi, être à l'écoute des autres.

► Pour qui?

- Toute équipe confrontée à des situations stressantes désirant améliorer sa performance collective et l'équilibre professionnel et personnel de chacun.

► Formalités

Durée : sur-mesure.

Formation réalisable en entreprise.

► Programme

- Évaluation du groupe et des situations rencontrées
 - État de stress élevé, épuisement professionnel, fatigue auditive, visuelle et mentale des collaborateurs.
 - Turn-over, absentéisme et perte de performance de l'entreprise.

« On peut souligner que les problèmes constatés à un niveau individuel peuvent constituer un signal d'alarme d'un malaise plus large, et servir à la recherche de mesures de portée collective. »

► Mise en pratique

- Pratiquer des mouvements d'assouplissement et des étirements dans le respect du corps pour éprouver le bien être du geste fluide, accroître la mobilité et la tonicité de son corps.

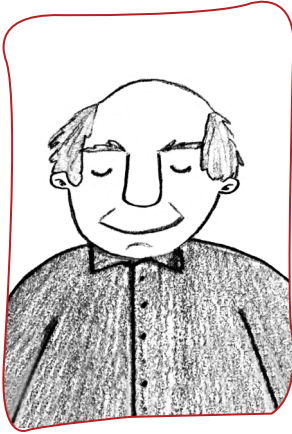
Dénouer les tensions et accroître la tonicité, développer et conscientiser une gestuelle expressive :

- Échauffement technique progressif pratiqué dans le souci et le respect des individualités.
- Exercices destinés à enrichir l'écoute corporelle.
- Exercices de relaxation et d'harmonisation.
- Mise en jeu de l'imaginaire pour nourrir la qualité du mouvement.
Mise en situation collective pour aller vers une dynamique de groupe.

Maîtriser ses gestes et le non-verbal pour mieux communiquer :

- Le geste miroir de l'intention profonde et le geste à l'appui du mot.
- Éprouver, identifier et tester l'importance du langage gestuel dans la communication.

« Notre ambition : une démarche permanente de qualité ! »



► François Béchu

Coresponsable artistique
Comédien, auteur, metteur en scène, formateur

Entant que comédien, il a participé à une cinquantaine de créations théâtrales. Pédagogue et formateur, il a également mené des actions allant de l'éveil artistique au coaching individuel.



► Claudine Orvain

Coresponsable artistique
Danseuse, comédienne, formatrice

Claudine crée des spectacles pour les tout petits afin de les amener vers le mouvement et la danse. Elle parcourt la France pour «Semer des graines de danse», rencontre et forme des professionnels de la petite enfance.

► Références

- Crédit Mutuel Maine Anjou Basse Normandie
- Chambre de Commerce et d'Industrie de la Mayenne
- Méduane Habitat
- Leroy Merlin
- Pôle Emploi...

Obtenir une prise en charge

Centre de formation agréé, le Théâtre de l'Échappée propose des stages éligibles à un financement total ou partiel au titre de la formation professionnelle. Toute entreprise qui cotise à un organisme de formation professionnelle peut obtenir une prise en charge pour la formation continue de ses salariés.

► Comment faire votre demande ?

► Constituer le dossier de demande

Le formulaire de demande est disponible auprès de votre organisme de prise en charge.

Vous le remplissez et le renvoyez avec les pièces suivantes :

- Devis de formation
- Plan de formation
- La dernière DADS (uniquement pour les entreprises de moins de 10 salariés)

Le dossier de demande doit être adressé à l'organisme au moins 10 jours avant la date de la formation

► L'accord de prise en charge

L'accord de prise en charge vous est proposé par courrier.

Vous devrez dater, signer et retourner ce document à votre organisme pour valider votre prise en charge.

► Facturation

L'organisme nous transmet une convention et nous lui facturons directement votre formation.

En cas de prise en charge partielle, nous vous adressons la facture complémentaire.

Nous pouvons vous aider dans vos démarches :

- Par téléphone au 02.43.26.05.81
- Par mail : contact@theatrelechappee.com

Financement total
ou partiel au titre
de la formation
professionnelle

Contactez-nous
pour un devis
gratuit



Théâtre de l'échappée

Quartier Ferrié
30 rue du Chef de Bataillon Henri Gélet
53000 Laval
Tél : 02.43.26.05.81
Mail : contact@theatrelechappee.com
Site web : www.theatrelechappee.com