

# Atelier théâtre en entreprise

## Théâtre au cœur - Format régulier

Séances récurrentes d'improvisation et d'expression pour renforcer confiance, écoute et cohésion. Un cadre bienveillant pour 6 à 12 participants, 90 min dans vos locaux.

Atelier préparé en amont à partir de vos enjeux collectifs, des objectifs de cohésion et du rythme souhaité.  
**Vous savez qui anime, comment le cadre est posé et comment la progression s'ajuste d'une séance à l'autre.**

<b>Format</b>	Atelier sur-mesure en format régulier, séances de 90 min, 100 % présentiel, exercices d'improvisation et d'expression, uniquement en intra-entreprise.
<b>Public visé</b>	Collaborateurs, managers, équipes et CODIR souhaitant développer confiance, écoute, aisance relationnelle et créativité dans un cadre sécurisé.
<b>Prérequis</b>	Aucun diplôme requis. Aucun prérequis théâtral. Les débutants sont les bienvenus. Un échange amont permet d'ajuster le niveau, le rythme et les objectifs.
<b>Participants</b>	Atelier conçu pour un groupe déjà constitué : de 6 à 12 participants.
<b>Tarifs</b>	Uniquement sur devis. Intervention en intra-entreprise.
<b>Préparation</b>	Cadrage en amont pour définir les objectifs, le rythme hebdo, bi-hebdo ou mensuel, les thèmes à travailler et les éventuelles restitutions.
<b>Confidentialité</b>	Consentement, bienveillance et confidentialité. Chacun choisit son niveau d'engagement ; aucun jugement, pas de mise en difficulté.

### Pourquoi QUASAR ?

- Double expertise : pédagogie artistique et connaissance fine du monde professionnel.
- Plus de 10 ans d'exercices collectifs éprouvés, avec une base d'une centaine de formats originaux.
- Progression adaptable d'une séance à l'autre selon les souhaits et la dynamique du groupe.
- Cadre éthique, bienveillant et sécurisé pour travailler confiance, expression et relation.

### Atelier sur-mesure

Uniquement en intra-entreprise.

Rythme hebdomadaire, bi-hebdomadaire ou mensuel selon vos objectifs.

Intervention dans vos locaux en métropole lilloise.

### Pour démarrer

Nous cadrons avec vous l'objectif, la taille du groupe, la durée des séances, le rythme et les thèmes à travailler.

*Une proposition sur mesure est ensuite adressée.*

# Contenu de l'atelier

Un atelier régulier pour développer confiance, écoute, expression et cohésion grâce à des exercices théâtraux reliés aux situations de travail.

<b>1. Installer le cadre et mettre le groupe en mouvement</b>	Poser un cadre de sécurité, lancer les échauffements et installer une présence collective disponible, sans jugement ni mise en difficulté.
<b>2. Travailler écoute, présence et expression</b>	Traverser des exercices d'improvisation et d'expression pour développer écoute active, clarté du message, aisance et attention aux autres.
<b>3. Explorer voix, statuts et prise de parole</b>	Jouer avec la voix, les postures, les statuts et les rôles pour mieux comprendre l'impact de chacun dans la relation et dans le groupe.
<b>4. Relier les vécus aux situations professionnelles</b>	Débriefier chaque séquence pour faire le lien avec coopération, gestion du stress, créativité, prise de parole et qualité des relations de travail.

<b>Modalités d'animation</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 100 % présentiel.</li><li>• Séances récurrentes de 90 minutes.</li><li>• Échauffements guidés, exercices d'impro courts, jeux de statut et de voix, puis débriefs.</li><li>• Progression adaptée au niveau du groupe, aux objectifs et au rythme retenu.</li></ul>	<b>Outils, livrables et repères travaillés</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Répertoire d'exercices d'improvisation, d'expression, de voix et de statut.</li><li>• Repères de confiance, d'écoute, d'aisance et de créativité.</li><li>• Débriefs reliés aux situations de travail et aux interactions du collectif.</li><li>• Possibilité de restitution interne selon l'objectif retenu.</li></ul>
<b>Bénéfices attendus pour l'organisation</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Plus d'aisance relationnelle et de confiance dans la prise de parole.</li><li>• Une écoute et une coopération renforcées entre les participants.</li><li>• Une meilleure gestion du stress, des émotions et de l'expression en groupe.</li><li>• Un espace collectif vivant qui nourrit cohésion, créativité et engagement.</li></ul>	<p style="text-align: center;"><b>Atelier théâtre en entreprise</b></p> <div style="text-align: center;"></div> <p style="text-align: center;"><a href="#">Ouvrir la page dédiée</a></p>

<b>Cas d'usage fréquents</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Installer un rendez-vous collectif de cohésion et d'expression.</li><li>• Développer confiance, écoute et créativité dans une équipe.</li><li>• Travailler prise de parole, relation et gestion du stress dans un cadre ludique.</li><li>• Proposer un espace culturel et convivial au service du collectif.</li></ul>	<p style="text-align: center;"><b>Points clés</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Format régulier</b> Impro et expression</p> <p style="text-align: center;"><b>Confiance</b> Écoute active</p> <p style="text-align: center;"><b>Cohésion</b> 6 à 12 participants</p>
---	--