

# TEAM BUILDING THEATRE

Libérez les talents de votre équipe dans la joie !

Happy  Cotillons  
EVENT



# Qui sommes nous ?

Depuis 10 ans sur la scène du secteur événementiel et au cœur des entreprises, nous proposons des événements dans lesquels le théâtre tient une place principale.

La Startup Happy Cotillons a été fondée par une comédienne et metteuse en scène. Particulièrement inspirée par son expérience et l'évidence que le théâtre est un outil majeur pour créer, transmettre, libérer sa créativité et consolider les équipes, nous vous proposons un Team Building Théâtre adapté à vos besoins.

**Happy Cotillons Event** pour le Team Building Théâtre en Entreprise dans toute la France.

**Happy Cotillons** pour les événements, animations et spectacles enfants pour les entreprises et particuliers à Paris et en Île de France.

# Nos convictions:

Etre positif et joyeux permet d'être plus performant.

L'efficacité et les résultats de votre entreprise passe par le bien-être au travail et la diminution du stress de vos collaborateurs et de vous-même.

Libérez les talents de vos équipes !

**Les bienfaits du théâtre sur notre cerveau : c'est prouvé.**

- Il stimule la créativité.
  - Il permet de faciliter vos échanges dans votre vie au quotidien et dans votre vie professionnelle.
  - Son activité augmente l'empathie.
  - Il travaille votre intelligence émotionnelle.
  - Il permet de vous comprendre vous-même.
- Et encore tellement d'autres choses à découvrir...

**Les techniques et outils qu'offrent le théâtre sont formidables.** Ils permettent d'expérimenter, de ressentir, d'essayer, de prendre conscience pour maîtriser votre corps, votre voix, de respirer, d'être capable de transmettre votre message et de diminuer votre stress.

Avec le Team Building Théâtre, vous créez un événement qui diffuse de la joie et vous faites circuler une énergie positive au sein de votre groupe.

**Le bien-être est une clef de la réussite** et de l'augmentation des performances de vos collaborateurs et de vous-même.

La réponse pour améliorer la qualité de vie au travail et augmenter la motivation:

# Le Théâtre ! Un outil fédérateur.



Ce qui caractérise le bien-être au travail :



Autonomie & liberté d'action



Projet qui a du sens



Relations professionnelles facilitées et saines



+ de **36 %** des répondants ne se sentent pas accueilli lorsqu'ils passent la porte de leur entreprise



sont convaincus que leur travail est un levier d'accomplissement

Source : [www.la-colloc.co](http://www.la-colloc.co) - Juin 2019

# Le concept du Team Building Théâtre

“**Ni hérisson, ni pailleison**”, où comment trouver le juste équilibre pour faire passer votre message, tout en restant vous-même.

Le saviez vous ?

**93% de la communication est non verbale.**

Apprendre le plaisir de communiquer, rester spontané, à l'écoute, positif, soi-même face à un groupe, mais également savoir affirmer ses opinions, comprendre, savoir convaincre en gardant la plus grande bienveillance.

**Définissez votre objectif principal :**

- Prise de parole : améliorer les prestations orales, voix, geste, regard, respiration...
- Cohésion d'équipe - Dynamique de groupe
- Confiance en soi
- Communication positive
- Ecoute
- Lâcher prise
- Gestion du stress
- 100% créativité

Nous élaborons un programme personnalisé avec vous.

# Le déroulé

Votre **team building théâtre en entreprise** est encadré par des comédien(ne)s professionnel(le)s et animé dans la plus grande bienveillance :

- Échauffement et introduction avec le groupe
  - Improvisation – techniques du théâtre
  - Création de scénettes – de tableaux vivants
  - Mise en situation
- 
- **Selon vos objectifs** : expression orale, respiration, encrage, prise de conscience de l'espace, du mouvement, coordination et écoute.
  - **1 comédien(ne) professionnel(le)** pour un groupe d'une douzaine de personnes.
  - **Adaptation**: le team building s'adapte à tous les niveaux et à toutes les tailles de groupes.

# Les bénéfices pour vos équipes

- **Cohésion:** Favoriser l'esprit d'équipe et le travail collaboratif.
- **Communication:** Améliorer la communication interpersonnelle et la capacité à s'exprimer.
- **Créativité:** Développer l'esprit créatif et l'innovation.
- **Confiance en soi:** Renforcer la confiance en soi et l'estime de soi.

*C'était génial ! Une expérience qui a permis de développer des liens entre nous tous et de comprendre notre façon de communiquer et d'écouter pour ensuite nous donner des axes d'évolution dans notre manière de faire au quotidien. Merci !*

LENDYS (Charlotte) Février. 2024



## Témoignages

*C'était intéressant, ludique et passionnant. Le temps est passé tellement vite que nous souhaitons continuer encore. Un très bon moment en équipe !*

HAWORTH (Walter) 10 juil. 2023



*Un évènement que nous faisons régulièrement, avec une régularité qui permet de faire un travail en profondeur avec nos équipes. Merci à l'intervenante top !*

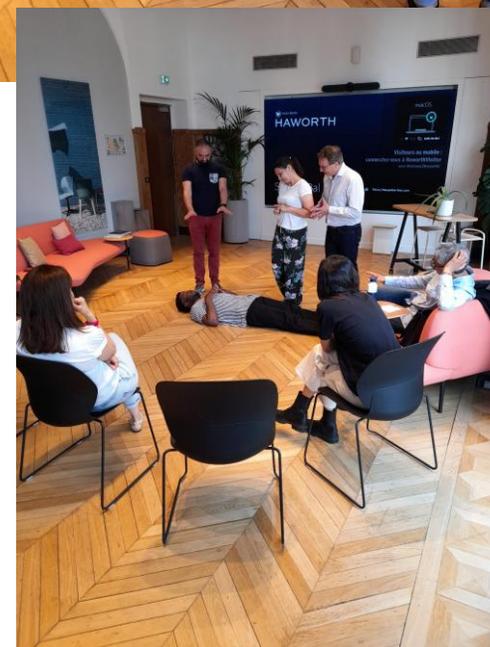
*VEOLIA (Corinne) Juin. 2024*



## Témoignages

*On a beaucoup ri mais aussi compris beaucoup de choses grâce aux improvisations théâtrales et autres « exercices » de style, à refaire très vite !*

*DELTA ( Jérôme ) Juin. 2024*





**10 ans** de spectacles et d'animations pour les entreprises sur toute la **France** et les particuliers en Île-de-France

# Informations pratiques

## Contact

Tél : 06 68 24 64 33

Happy Cotillons  
67 rue St Jacques  
75005 Paris

- **Lieux** : dans vos locaux ou dans un espace extérieur que nous pouvons vous trouver.
- **Durée** : 2 heures (ou plus en fonction de votre événement et objectif).
- **Tarif** : à partir de 890 Euros pour un groupe de 10 personnes.

Contactez-nous et organisez votre événement dès maintenant !

