LES STAGES ODYSSEUS



DEVELOPPER SA PRESENCE POUR MIEUX COMMUNIQUER

PRESENTATION

Chacun d'entre nous avons ressenti ce moment où nous avons des difficultés à sortir un mot car le trac est trop intense et la gorge est nouée. Cela peut intervenir lors d'un entretien d'embauche, d'une réunion professionnelle ou en collectivité.
Même si les compétences sont là, nos doutes, notre manque de confiance en nous même ne nous rassurent pas et encore moins nos interlocuteurs.

Comment apprivoiser cette angoisse tout en passant un bon moment ?

Le théâtre et l'improvisation permettent de jouer, s'exprimer, se découvrir et se dépasser quelque soit le niveau.

C'est en apprenant par le jeu, des valeurs et des techniques de théâtre ainsi que l'improvisation et la relaxation que l'on peut dépasser la peur du regard de l'autre, le doute de soi afin que la confiance s'installe sereinement.

S'appuyant sur Le programme O.Théâtre, pour l'acquisition de la confiance en soi est animée par le spécialiste de l'expression orale et comportementale, expert en pédagogie et en Théâtre d'entreprise : Olivier TSEVERY. Ce stage est complété par la spécialiste de la relaxation : Kolomba MIZRAHI.

Les exercices qu'il propose permettent une meilleure maitrise de ses émotions.

Le programme proposé est une véritable parenthèse enchantée pour apprendre les techniques d'expression et de détente efficace, afin d'exploiter ses capacités.

PROGRAMME ET CONTENU

PUBLIC CONCERNÉ

L'atelier s'adresse à toute personne devant s'exprimer en public

FORMAT

• 7 participants minimum – 12 maximum sur 4 demi-journées de stage

Lieu : Salle des structures d'accueils

Pour plus d'information, merci de contacter Olivier TSEVERY :
BP 30042 33600 Pessac cedex; Tel : 06 09 90 18 89 E-Mail: o.theatre@yahoo.fr
Site internet: www.otheatre.sitew.com

Atelier O. Théâtre

LES STAGES ODYSSEUS

PRESENTATION

1ÈRE DEMI-JOURNÉE :

Travail de présentation du participant : « s'observer et comprendre » et les clefs de l'aisance.

2ÈME DEMI-JOURNÉE :

L'espace, la voix, les psychos posture. Travail des techniques comportementales de communication orale. Elles permettent de gagner en confiance et d'aller plus facilement vers l'autre.

3 ÈME DEMI-JOURNÉE :

Travail sur l'énergie et l'équilibre du corps pour apprivoiser ses craintes. Travail de jeux de rôles (théâtral) pour incarner d'autres personnalités. Moyens efficaces pour relativiser et se détendre.

4ÈME DEMI-JOURNÉE :

La mémoire émotionnelle pour mieux se servir de son ressenti.



PROGRAMME ET CONTENU

Notre programme, basé sur 5 clés, propose un vrai travail professionnel.

Les 5 axes de travail :

• s'observer et se comprendre pour apprivoiser ses craintes

• des exercices sur l'énergie et l'équilibre du corps pour affirmer sa présence.

• des techniques comportementales de communication orale (l'espace, l'écoute, le contact, la voix, la mise en valeur des mots, le rythme et la diction)

• La mémoire émotionnelle pour mieux comprendre sa sensibilité

• des jeux de rôles et Improvisation pour apprivoiser différents comportements

Pour plus d'information, merci de contacter Olivier TSEVERY :
BP 30042 33600 Pessac cedex; Tel : 06 09 90 18 89 E-Mail: o.theatre@yahoo.fr
Site internet: www.otheatre.sitew.com

LES STAGES ODYSSEUS

LES INTERVENANTS



Olivier TSEVERY

Olivier Tsevery enseigne le théâtre auprès d'un public varié (entreprise, particuliers, centre social, maison de retraite, etc…). Il a suivi une formation initiale en psychologie à Paris X et en art dramatique dans le cours Fanny Vallon et le cours Florent.

Après avoir joué et mis en scène de nombreuses pièces de répertoires diverses, il transpose les techniques et valeurs de l'acteur à des mondes comme ceux de l'entreprise, des maisons de retraites, des avocats, des demandeurs d'emplois et bien d'autres.

Il met en place le projet Théâtre –relaxation contre la violence à l'école en 2003.

En partenariat avec des gérontologues et avec les séniors de Maisons de retraites, d'associations et de centres sociaux, il propose les projets Ecoles d'Autrefois et Notre quartier d'autrefois pour en écrire avec eux des pièces adaptées à chaque lieu, joué par des séniors.

Il est sollicité par Aquitaine Emploi Service pour intervenir auprès d'un public hautement diplômé en recherche d'emploi pour adapter l'expression théâtrale au retour à la confiance en soi pour retrouver un emploi.

Il est également chargé de conseiller des étudiants avocats pour leur plaidoirie, des managers d'entreprises. Il intervient pour l'adaptation des techniques du théâtre et de l'improvisation auprès de personnes Autistes.

A travers ses expériences multiples, il a compris tout ce que le théâtre et l'improvisation peut apporter dans l'expression orale et comportementale, le développement personnel, la gestion de stress et beaucoup d'autres aspects de la vie pour en faire bénéficier chacun. Sa passion étant d'enseigner l'expression théâtrale. Il s'est dirigé vers la formation pour adapter le théâtre à chacun. Il est comédien depuis 20 ans, metteur en scène, auteur, consultant dans le cadre de formations professionnelles, consultant en communication orale et comportementale.

Pour plus d'information, merci de contacter Olivier TSEVERY :
BP 30042 33600 Pessac cedex; Tel : 06 09 90 18 89 E-Mail: o.theatre@yahoo.fr
Site internet: www.otheatre.sitew.com

LES STAGES ODYSSEUS



Kolomba MIZRAHI

Kolomba MIZRAHI est née à Istanbul. Elle a été esthéticienne spécialiste en cosmétique, pendant 25 ans dans d'une société japonaise.

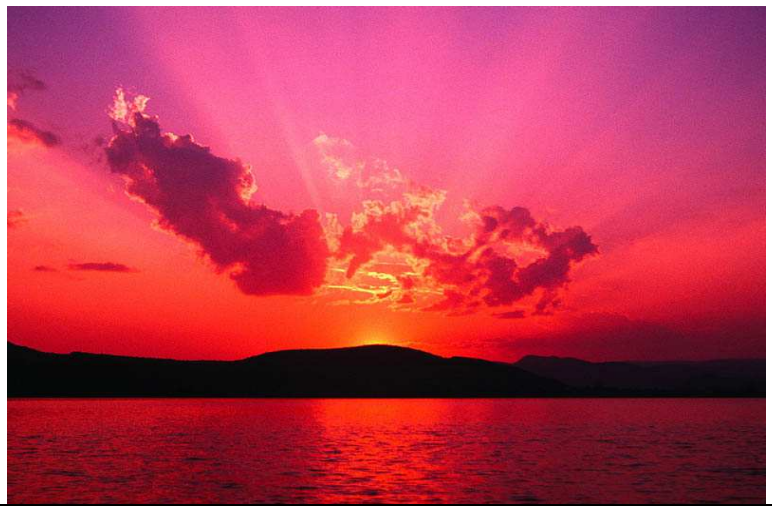
Elle développe l'habitude de la relation à l'autre, basée sur l'écoute et le toucher pendant le massage shiatsu du visage, selon la méthode japonaise.

La rencontre avec la sophrologie en 1996 l'a aidé à retrouver un bien-être. Après cela, elle a été formée et certifiée par Le Centre d'étude et d'Application de la Sophrologie.

La rencontre également avec un réflexologue chinois à Paris, l'a convaincu des bienfaits de cette approche. Elle s'est initiée à la réflexologie plantaire dès 2003, au cours de plusieurs voyages en Chine et au Japon. Elle est titulaire d'un Certificat délivré par l'Institut Franco-chinois de Réflexologie.

A la direction de Cœur de Nuage, elle intervient auprès de maison de retraite, structure sociale, comédien, commercial …

En partenariat l'atelier O.Théâtre, elle complète les enseignements d'expressions théâtrales ainsi que la communication orale et comportementale.



Pour plus d'information, merci de contacter Olivier TSEVERY :
BP 30042 33600 Pessac cedex; Tel : 06 09 90 18 89 E-Mail: o.theatre@yahoo.fr
Site internet: www.otheatre.sitew.com