



## BODY & VOICE PERCUSSIONS - Cohésion par la musique

### Vue d'ensemble

Un nouveau programme de motivation, qui correspond parfaitement aux besoins actuels, et qui démontre comment maximiser les opportunités quand les ressources deviennent plus rares. Les participants découvrent comment faire de la musique en utilisant leur propre corps, unique instrument mis à leur disposition. Ils explorent l'immense variété des sons qui peuvent être créés en frappant des mains, en claquant des doigts et en tapant des pieds. Ils apprennent ainsi comment utiliser ce qui semble être des ressources limitées pour créer des variations musicales et rythmiques infinies.

**BODY PERCUSSIONS** permet aux participants de rester concentrés et impliqués en toutes circonstances et stimule pour utiliser des pensées créatives :

- En apprenant à agir et se comporter différemment, les participants découvrent de nouvelles solutions.
- Rechercher des opportunités:
  - Laisser les idées préconçues derrière soi invite à la créativité et ouvre de nouveaux horizons.
- Diriger par l'exemple:
  - les participants découvrent que faire de la musique avec leurs corps implique obligatoirement d'utiliser comme référence personnelle une concentration constante et une véritable implication.
- Se construire une meilleure perception de soi-même:
  - en développant une meilleure conscience de nous-mêmes, nous pouvons mieux nous écouter les uns les autres, et développer ainsi un meilleur respect envers chacun. De cette façon, le capital humain de l'entreprise est optimisé.
- Libérer son esprit :
  - en se concentrant sur le moment présent et ses opportunités, il est possible de ne pas se voir imposer son rythme par les autres, et de résister à entrer dans certaines spirales comme la crainte et l'inactivité.
- Accomplir l'inachevable:
  - en étudiant la stratégie la mieux adaptée à ce qui est disponible, les participants peuvent achever bien plus que ce qu'ils avaient d'un prime abord pensé être possible.
- En travaillant avec le corps et en combinant le coaching d'équipe avec des exercices basés sur le rythme, accompagnés d'instrumentalistes africains, cette approche puissante et rafraîchissante emmène les participants dans un voyage musical ou l'apprentissage personnel libère la pensée créative de chacun, engendrant motivation et stimulation.

**Durée moyenne : de 30' à 1h00 - Participants : de 50 à 1500+**