



Opilia

L'inclusion professionnelle par le théâtre

Jouer pour déjouer les représentations
sur les vulnérabilités psychiques
et développer son pouvoir d'agir

CATALOGUE DE FORMATIONS

Membre de Graines de SOL - Formation



www.opilia-theatre.fr

OPILIA

Catalogue de formations

Théâtre de transform'action

Crédits et mentions

Rédaction et conception : Sylvie Bouko

Design graphique et mise en page : Sylvie Bouko et Agil Studio

Photographies et visuels : Agil Studio

Organisme de formation

Graines de Sol - Formation

Certifié QUALIOPF au titre des actions de formation (N° 82 69 10853 69)

SIRET : 509 249 017 00039

© Opilia 2025 – Tous droits réservés

Sommaire

Introduction

Opilia et le Théâtre de transform'action

Les publics et la metteuse en jeu

Les parcours de formation

Formations pour les candidat-es à l'emploi

Du jeu à l'emploi : révéler ses talents et son pouvoir d'agir

Parcours Décllic – 14 h

Parcours Déploiement – 28 h

Parcours Incarnation – 56 h

Formations pour les employeur-es et salarié-es

Du jeu à la qualité de vie au travail : révéler ses talents et son pouvoir d'agir

Parcours Décllic – 14 h

Parcours Déploiement – 28 h

Parcours Incarnation – 56 h

Formation pour un public mixte

Du jeu à la performance : révéler les talents et agir ensemble

Parcours Alliance – 24 h 30

Méthodes pédagogiques et modalités d'évaluation

OPILIA ET LE THÉÂTRE DE TRANSFORM'ACTION

Une approche de formation expérientielle inclusive et innovante

Une solution simple, ludique et concrète pour faciliter l'emploi
des personnes en situation de handicap ou de vulnérabilité psychique
et améliorer la qualité de vie au travail.

Un théâtre participatif et immersif

- Rassemble les personnes de toutes capacités.
- Transforme individuellement et collectivement.
- Relie art, emploi, et santé mentale.

Comment Opilia fait la différence



Mise en jeu sans enjeu : Une expérimentation vécue, partagée et engageante fondée sur l'expérience plutôt que sur la théorie.



Co-construction : Des pratiques inclusives créées ensemble, par et pour des personnes de toutes capacités.



Approche systémique : L'art, l'emploi, et la santé mentale articulés pour répondre à la complexité des situations humaines et professionnelles.



Levier d'action directe : Passage de la prise de conscience à la transformation individuelle et collective, puis à la mise en action, au service de représentations, de postures et de pratiques inclusives.

Accessibilité

Les formations d'Opilia sont conçues pour être accessibles à toutes les personnes et toutes les situations :

- Recueil des besoins spécifiques de chaque participant·e concerné·e avant la formation pour personnaliser l'accompagnement.
- Identification d'un·e référent·e dédié·e pour chaque participant·e concerné·e, si besoin.
- Sollicitation continue de la solidarité des partenaires de jeu.

Le sens d'Opilia

Opilia s'inspire à la fois d'une liane qui s'adapte à son environnement et relie les arbres entre eux – symbole de lien vivant – et du mot grec ancien *pílos*, qui signifie « acteur·rice ».

Ces deux racines traduisent la volonté de relier la culture relationnelle et la culture artistique du spectacle vivant pour cultiver l'inclusion professionnelle.

Ce nom incarne la philosophie du Théâtre de transform'action : un espace où l'on se relie, s'adapte et agit ensemble – pour que chacun·e puisse jouer pleinement son rôle.

Vivre l'inclusion pour s'épanouir, révéler les talents et réussir ensemble

LES PUBLICS ET LA METTEUSE EN JEU

Celles et ceux qui font Opilia

Donner à chacun-e la liberté et les moyens de jouer son rôle

3 publics, 1 rôle : faire vivre l'inclusion professionnelle

- **Les candidat-es à l'emploi** – en situation de handicap ou de vulnérabilité psychique
- **Les employeur-es et les salarié-es** – de toutes capacités, cadres ou non, issus des secteurs public et privé, ainsi que des acteur-ices de l'emploi
- **Un public mixte** – réunissant candidat-es, salarié-es et employeur-es

Chaque formation est co-construite avec les structures partenaires pour répondre aux besoins des participant-es et offrir un cadre convivial, accessible et adapté.

La metteuse en jeu

Sylvie BOUKO – Fondatrice & formatrice

Journaliste de formation. Humanitaire par conviction. Comédienne, auteure et metteuse en scène par passion. Mon parcours s'est construit à la croisée de l'engagement, de l'art et de la transmission.

Pendant près de vingt ans dans l'humanitaire, j'ai accompagné et formé des acteur-ices du changement dans plus de 35 pays, notamment sur la prévention du handicap, la réduction de la violence armée et la transformation des conflits. Cette expérience de terrain m'a appris que le changement émerge lorsque l'on donne aux personnes les moyens d'agir.

Convaincue que les enjeux de santé mentale nous concernent toutes et tous, j'ai toujours cherché à valoriser la différence et la singularité comme des ressources à reconnaître et à mobiliser.

Le théâtre est mon souffle vital depuis mes 13 ans. J'ai conçu le Théâtre de transform'action pour mettre ma double expertise pédagogique et artistique au service de l'inclusion professionnelle et de la santé mentale. Une méthode expérientielle et participative, éprouvée auprès de plus de 3 000 personnes, pour passer de la prise de conscience à la mise en action.

Mon théâtre questionne les normes et met en lumière celles et ceux que l'on rend invisibles, pour faire de la scène un espace où l'altérité est reconnue et valorisée.



Il ne s'agit pas de représenter le monde mais d'en faire l'expérience autrement, pour que chacun-e puisse avoir sa place et la liberté de jouer son rôle

LES PARCOURS DE FORMATION

L'inclusion professionnelle par le Théâtre de transform'action

Des parcours autonomes et modulables, adaptés à la diversité des publics et des besoins

Parcours Déclic – Déploiement – Incarnation

3 durées – 3 finalités

- **Parcours Déclic : 14 h – Transform'action personnelle**
Confiance, expression et ouverture aux autres
- **Parcours Déploiement : 28 h – Transform'action relationnelle**
Communication, coopération et créativité
- **Parcours Incarnation : 56 h – Transform'action organisationnelle**
Postures, pratiques et engagements inclusifs

Pour 2 types de publics

- **Les candidat-es à l'emploi** – en situation de handicap ou de vulnérabilité psychique
Du jeu à l'emploi : révéler ses talents et son pouvoir d'agir
- **Les employeur-es et salarié-es** – de toutes capacités, cadres ou non, issus des secteurs public et privé, ainsi que des acteur-ices de l'emploi
Du jeu à la qualité de vie au travail : révéler ses talents et son pouvoir d'agir

Parcours Alliance

1 durée – 1 finalité

- **Parcours Déclic : 24 h 30 – Transform'action partagée**
Compréhension mutuelle, intelligence collective & co-construction

Pour 1 type de public

- **Public mixte** – réunissant candidat-es, salarié-es et employeur-es dans une même dynamique
Du jeu à la performance : révéler les talents et agir ensemble

PARCOURS	Déclic	Déploiement	Incarnation	Alliance
Finalité	Transform'action personnelle	Transform'action relationnelle	Transform'action organisationnelle	Transform'action partagée
Durée du parcours	14 h	28 h	56 h	24 h 30
Nombre de séances	4	8	16	7
Durée des séances	3 h 30	3 h 30	3 h 30	3 h 30
Rythme recommandé des séances *	Toutes les 1 à 2 sem ou 2 jours consécutifs	Toutes les 1 à 2 sem ou 4 jours consécutifs	Toutes les 1 à 2 sem	Toutes les 1 à 2 sem ou 4 jours consécutifs
Durée d'étalement	1 à 2 mois	2 à 4 mois	4 à 8 mois	1 à 2 mois
En option	Restitution privée ou publique et bord de scène (3 h 30)			

* Chaque temporalité de parcours de formation est co-construite avec les structures partenaires.

DU JEU À L'EMPLOI

Révéler ses talents et son pouvoir d'agir

L'inclusion professionnelle par le théâtre

Formations pour les candidat·es à l'emploi

en situation de handicap ou de vulnérabilité psychique

Les formations contribuent à révéler les participant·es, à améliorer leur bien-être et à favoriser leur santé mentale. Puissants catalyseurs d'épanouissement individuel et de cohésion collective, elles favorisent la mise en action.

Le Théâtre de transform'action : être actrice de sa vie et jouer son rôle

Le Théâtre de transform'action s'appuie sur une **approche systémique qui relie art, emploi et santé mentale**. Utilisé comme un **outil de mise en jeu sans enjeu**, il invite chacun·e à explorer, expérimenter et coopérer dans un cadre bienveillant où le corps, la voix, l'imaginaire et la création deviennent des moteurs d'apprentissage et de transformation.

Sa **pédagogie ludique et progressive** optimise l'expression et l'ancrage de compétences transversales à travers le partage et l'expérimentation de bonnes pratiques d'intégration au sein d'un collectif de travail. Il offre à chacun·e un espace pour libérer sa créativité, gagner en autonomie et en confiance, retrouver le plaisir de communiquer et de coopérer, révéler ses talents et s'entraîner à les mettre en valeur dans des situations proches du monde professionnel.

Véritable **levier d'action directe**, il fait passer de la prise de conscience à la transformation, puis à l'action. Il ouvre la voie pour devenir actrice de son avenir en développant l'élan et le pouvoir d'agir nécessaires pour se mobiliser.

Les + des formations Opilia : des réponses concrètes à vos enjeux

Pour les participant·es

-  Un cadre sécurisant pour expérimenter et progresser à son rythme
-  Le développement de compétences transversales clés recherchées par les employeur·es
-  Un renforcement de l'autonomie et du pouvoir d'agir pour se mobiliser dans son projet professionnel
-  Des créations collectives qui valorisent les talents et renforcent l'estime de soi
-  Une préparation concrète à l'emploi grâce à des mises en situation transférables

Pour les structures d'accompagnement et de l'emploi

-  Un appui complémentaire pour consolider l'accompagnement et lever des freins invisibles
-  Un gain de temps opérationnel grâce au travail collectif des compétences transversales
-  Une meilleure adhésion des publics via une pédagogie ludique et expérientielle
-  Des acquis solides et transférables dans les démarches d'insertion et de maintien dans l'emploi
-  Une formation certifiée QUALIOPI, finançable via les dispositifs emploi-handicap et les OPCO

PARCOURS DÉCLIC – 14 h

Du jeu à l'emploi : révéler ses talents et son pouvoir d'agir

L'inclusion professionnelle par le théâtre

**Des formations participatives et valorisantes
qui aident chacun-e à prendre sa place au sein du collectif, et à transformer
ses compétences transversales en performance et en tremplin vers l'emploi.**

Public

Les candidat-es à l'emploi – en situation de handicap ou de vulnérabilité psychique

Objectif global

Faciliter l'inclusion professionnelle des personnes en situation de handicap ou de vulnérabilité psychique en développant leurs compétences transversales et leur pouvoir d'agir à travers le théâtre de transform'action.

Objectifs

À l'issue de la formation, les participant-es seront en mesure de :

- S'approprier leur corps et leur voix comme outils d'expression pour s'affirmer dans un collectif et prendre la parole en public.
- Reconnaître, exprimer et canaliser leurs émotions à travers des situations théâtrales, et mobiliser ces compétences dans la vie professionnelle.
- Développer des soft skills essentielles à l'employabilité et recherchées par les employeur-es : communication (verbale et non verbale), intelligence émotionnelle, adaptabilité, esprit d'équipe, et empathie.
- Co-crée et jouer des scènes collectives, en expérimentant la coopération, la co-construction et la créativité partagée.
- Identifier et valoriser leurs talents, en faisant le lien entre leurs expériences scéniques et les compétences attendues en contexte professionnel.

Programme

Compétences mobilisées

Présence à soi et aux autres • Confiance et affirmation de soi • Écoute • Gestion du stress et des émotions • Corps et voix comme outils de communication verbale et non verbale, de relation, de coopération et de médiation • Intelligence émotionnelle • Empathie • Adaptabilité • Esprit d'équipe
• Résolution des conflits • Créativité • Prise d'initiative

* Toutes les compétences sont mobilisées lors de l'ensemble des séances, avec une mise en lumière différenciée selon les objectifs et les focus pédagogiques de la formation

Séance 1 – Entrer en jeu : s'écouter, se relier, se faire confiance

Transposition : ouverture relationnelle, participation à la vie sociale et professionnelle

Séance 2 – La scène intérieure : corps, émotions, voix

Transposition : aisance en prise de parole, régulation relationnelle et émotionnelle en situation professionnelle (présentation, réunions, communication interpersonnelle)

Séance 3 – Corps, émotions et paroles en jeu

Transposition : créativité, collaboration interpersonnelle, travail en équipe

Séance 4 – Compétences transversales en jeu et en situation professionnelle

Transposition : employabilité, estime de soi, autonomie, capacité à se projeter dans un rôle professionnel, pistes d'action concrètes

Méthodes pédagogiques et modalités d'évaluation

Communes à toutes les formations Opilia et adaptées selon la durée et les publics, les méthodes pédagogiques et les modalités d'évaluation sont présentées en fin de catalogue.

Informations pratiques

Modalité : présentiel

Nombre de participant-es : 6 à 10

Durée : 14 h

Séances : 4 séances de 3 h 30

Rythme recommandé : 2 jours consécutifs ou 1 séance toutes les 1 à 2 semaines

Restitution privée ou publique et bord de scène (3 h 30) **en option**

Prérequis : aucun

Accessibilité : prise en compte des besoins spécifiques des stagiaires en situation de handicap (contacter la formatrice pour un accompagnement personnalisé)

Lieu : locaux mis à disposition par les structures partenaires

Délais d'accès : 14 jours

Certificat de réalisation : délivré à l'issue de la formation

PARCOURS DÉPLOIEMENT – 28 h

Du jeu à l'emploi : révéler ses talents et son pouvoir d'agir

L'inclusion professionnelle par le théâtre

**Des formations participatives et valorisantes
qui aident chacun-e à prendre sa place au sein du collectif, et à transformer
ses compétences transversales en performance et en tremplin vers l'emploi.**

Public

Les candidat-es à l'emploi – en situation de handicap ou de vulnérabilité psychique

Objectif global

Faciliter l'inclusion professionnelle des personnes en situation de handicap ou de vulnérabilité psychique en développant leurs compétences transversales et leur pouvoir d'agir à travers le théâtre de transform'action.

Objectifs

À l'issue de la formation, les participant-es seront en mesure de :

- Identifier et mobiliser leurs ressources personnelles pour gérer leurs émotions, s'exprimer en public et participer activement à la vie sociale et professionnelle.
- Développer les soft skills essentielles à l'employabilité et recherchées par les employeur-es : communication (verbale et non verbale), intelligence émotionnelle, adaptabilité, esprit d'équipe, empathie, et résolution de conflits.
- Identifier et valoriser leurs talents, en faisant le lien entre leurs expériences scéniques et les compétences attendues en contexte professionnel.
- Développer une posture réflexive en observant, analysant et proposant des alternatives dans les mises en situation scéniques.
- Transposer leurs compétences transversales en contexte professionnel, grâce à des mises en situation (simulation d'entretien, travail en équipe, intégration au collectif de travail, etc.).

Programme

Compétences mobilisées

Présence à soi et aux autres • Confiance et affirmation de soi • Écoute • Gestion du stress et des émotions • Corps et voix comme outils de communication verbale et non verbale, de relation, de coopération et de médiation • Intelligence émotionnelle • Empathie • Adaptabilité • Esprit d'équipe
• Résolution des conflits • Créativité • Prise d'initiative

* Toutes les compétences sont mobilisées lors de l'ensemble des séances, avec une mise en lumière différenciée selon les objectifs et les focus pédagogiques de la formation

Séance 1 – Entrer en jeu : s'écouter, se relier, se faire confiance

Transposition : ouverture relationnelle, participation à la vie sociale et professionnelle

Séance 2 – La scène intérieure : corps, émotions, voix

Transposition : aisance en prise de parole, régulation relationnelle et émotionnelle en situation professionnelle (présentation, réunions, communication interpersonnelle)

Séance 3 – Corps, émotions et paroles en jeu

Transposition : créativité, collaboration interpersonnelle, travail en équipe

Séance 4 – Corps, émotions et paroles en situation professionnelle

Identification et valorisation des acquis transférables

Séance 5 – Compétences transversales en jeu

Transposition : posture, coopération, prévention et gestion des conflits – applicables dans un processus de recrutement, d'intégration ou de collaboration au travail

Séance 6 – Compétences transversales en situation professionnelle

Identification et valorisation des acquis transférables

Séance 7 – Création collective : mise en jeu des acquis

Transposition : co-construction, co-crédation, innovation, analyse réflexive, mobilisation des soft skills au sein du collectif de travail

Séance 8 – Jouer son rôle

Transposition : employabilité, estime de soi, autonomie, posture claire – audible – professionnelle, mise en œuvre des compétences relationnelles et coopératives dans les dynamiques de recrutement et de travail, pistes d'action concrètes

Méthodes pédagogiques et modalités d'évaluation

Communes à toutes les formations Opilia et adaptées selon la durée et les publics, les méthodes pédagogiques et les modalités d'évaluation sont présentées en fin de catalogue.

Informations pratiques

Modalité : présentiel

Nombre de participant-es : 6 à 10

Durée : 28 h

Séances : 8 séances de 3 h 30

Rythme recommandé : 4 jours consécutifs ou 1 séance toutes les 1 à 2 semaines

Restitution privée ou publique et bord de scène (3 h 30) **en option**

Prérequis : aucun

Accessibilité : prise en compte des besoins spécifiques des stagiaires en situation de handicap (contacter la formatrice pour un accompagnement personnalisé)

Lieu : locaux mis à disposition par les structures partenaires

Délais d'accès : 14 jours

Certificat de réalisation : délivré à l'issue de la formation

PARCOURS INCARNATION – 56 h

Du jeu à l'emploi : révéler ses talents et son pouvoir d'agir

L'inclusion professionnelle par le théâtre

**Des formations participatives et valorisantes
qui aident chacun·e à prendre sa place au sein du collectif, et à transformer
ses compétences transversales en performance et en tremplin vers l'emploi.**

Public

Les candidat·es à l'emploi – en situation de handicap ou de vulnérabilité psychique

Objectif global

Faciliter l'inclusion professionnelle des personnes en situation de handicap ou de vulnérabilité psychique en développant leurs compétences transversales et leur pouvoir d'agir à travers le théâtre de transform'action.

Objectifs

À l'issue de la formation, les participant·es seront en mesure de :

- Identifier et mobiliser leurs ressources personnelles pour gérer leurs émotions, s'exprimer en public et participer activement à la vie sociale et professionnelle.
- Démontrer les soft skills essentielles à l'employabilité et recherchées par les employeur·es : communication (verbale et non verbale), intelligence émotionnelle, adaptabilité, esprit d'équipe, empathie, et résolution de conflits.
- Identifier et valoriser leurs talents, en faisant le lien entre leurs expériences scéniques et les compétences attendues en contexte professionnel.
- Adopter une posture réflexive en observant, analysant et proposant des alternatives dans les mises en situation scéniques.
- Transposer leurs compétences transversales en contexte professionnel, grâce à des mises en situation (simulation d'entretien, travail en équipe, intégration au collectif de travail, etc.).

Programme

Compétences mobilisées

Présence à soi et aux autres • Confiance et affirmation de soi • Écoute • Gestion du stress et des émotions • Corps et voix comme outils de communication verbale et non verbale, de relation, de coopération et de médiation • Intelligence émotionnelle • Empathie • Adaptabilité • Esprit d'équipe
• Résolution des conflits • Créativité • Prise d'initiative

* Toutes les compétences sont mobilisées lors de l'ensemble des séances, avec une mise en lumière différenciée selon les objectifs et les focus pédagogiques de la formation

Séances 1 & 2 – Entrer en jeu : s'écouter, se relier, se faire confiance

Transposition : ouverture relationnelle, participation à la vie sociale et professionnelle

Séances 3 & 4 – La scène intérieure : corps, émotions, voix

Transposition : aisance en prise de parole, régulation relationnelle et émotionnelle en situation professionnelle (présentation, réunions, communication interpersonnelle)

Séances 5 & 6 – Corps, émotions et paroles en jeu

Transposition : créativité, collaboration interpersonnelle, travail en équipe

Séances 7 & 8 – Corps, émotions et paroles en situation professionnelle

Identification et valorisation des acquis transférables

Séances 9 & 10 – Compétences transversales en jeu

Transposition : posture, coopération, prévention et gestion des conflits – applicables dans un processus de recrutement, d'intégration ou de collaboration au travail

Séances 11 & 12 – Compétences transversales en situation professionnelle

Identification et valorisation des acquis transférables

Séances 13 & 14 – Création collective : mise en jeu des acquis

Transposition : co-construction, co-crédation, innovation, analyse réflexive, mobilisation des soft skills au sein du collectif de travail

Séances 15 & 16 – Jouer son rôle

Transposition : employabilité, estime de soi, autonomie, posture claire – audible – professionnelle, mise en œuvre des compétences relationnelles et coopératives dans les dynamiques de recrutement et de travail, pistes d'action concrètes

Méthodes pédagogiques et modalités d'évaluation

Communes à toutes les formations Opilia et adaptées selon la durée et les publics, les méthodes pédagogiques et les modalités d'évaluation sont présentées en fin de catalogue.

Informations pratiques

Modalité : présentiel

Nombre de participant-es : 6 à 10

Durée : 56 h

Séances : 16 séances de 3 h 30

Rythme recommandé : 1 séance toutes les 1 à 2 semaines

Restitution privée ou publique et bord de scène (3 h 30) **en option**

Prérequis : aucun

Accessibilité : prise en compte des besoins spécifiques des stagiaires en situation de handicap (contacter la formatrice pour un accompagnement personnalisé)

Lieu : locaux mis à disposition par les structures partenaires

Délais d'accès : 14 jours

Certificat de réalisation : délivré à l'issue de la formation

DU JEU À LA QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL

Révéler ses talents et son pouvoir d'agir

L'inclusion professionnelle par le théâtre

Formations pour les employeur-es et les salarié-es

de toutes capacités, cadres ou non, issus des secteurs public et privé, ainsi que des acteur-ices de l'emploi

Les formations contribuent à révéler les participant-es, à renforcer la qualité de vie au travail et à soutenir la santé mentale. Puissants catalyseurs d'épanouissement individuel, de performance et de cohésion collective, elles favorisent la mise en action pour prévenir les discriminations, répondre aux obligations légales et construire des collectifs de travail plus inclusifs.

Le Théâtre de transform'action : jouer son rôle

Le Théâtre de transform'action s'appuie sur une **approche systémique qui relie art, emploi et santé mentale** pour faire évoluer les postures et les pratiques professionnelles. Utilisé comme un **outil de mise en jeu sans enjeu**, il engage les participant-es dans une pratique artistique et expérientielle où le corps, la voix et la créativité deviennent des moteurs d'apprentissage et de transformation.

Sa **pédagogie ludique et progressive** optimise l'expression, la coopération et la médiation au sein du collectif de travail. Véritable **levier d'action directe**, il fait passer de la prise de conscience à la transformation, puis à l'action. Il ancre les compétences transversales, donne du pouvoir d'agir et la capacité de co-crée des pratiques inclusives directement transposables au quotidien professionnel.

Vous y gagnez : des équipes plus soudées et plus résilientes, une communication plus fluide, une meilleure qualité de vie au travail, de la création de valeur optimisée, une marque employeur plus attractive et engagée, et des obligations légales remplies avec sens et conviction.

Les + des formations Opilia : des réponses concrètes à vos enjeux

Pour les participant-es

-  Des mises en situation pour développer la communication et la coopération et prévenir les conflits
-  Une expérimentation ludique et sécurisée pour tester et ancrer des postures et des pratiques inclusives
-  Un entraînement aux compétences transversales clés
-  Des leviers d'action simples transférables pour améliorer la qualité de vie et la performance au travail
-  Une expérience fédératrice qui valorise les talents et stimule la cohésion, la créativité et la solidarité

Pour les structures

-  Un appui opérationnel QVCT pour renforcer la cohésion d'équipe et prévenir les risques psychosociaux
-  Une pédagogie expérientielle qui fait vivre concrètement l'inclusion et l'intelligence collective
-  Un levier de transformation durable pour développer des pratiques et des postures inclusives renforçant la qualité de vie au travail et l'attractivité
-  Des acquis observables et transférables dans les pratiques managériales et les interactions professionnelles
-  Une formation certifiée QUALIOPI, finançable, et intégrable aux démarches QVCT, RSE et handicap

PARCOURS DÉCLIC – 14 h

Du jeu à la qualité de vie au travail : révéler ses talents et son pouvoir d'agir
L'inclusion professionnelle par le théâtre de transform'action

Des formations participatives et fédératrices qui améliorent la qualité des relations au travail, et où on l'apprend à jouer son rôle au sein du collectif de travail et à transformer l'inclusion en levier de performance

Public

Les employeur-es et salarié-es de toutes capacités, cadres ou non, issus des secteurs public et privé, ainsi que des acteur-ices de l'emploi

Objectif global

Faciliter l'inclusion professionnelle des personnes en situation de handicap ou de vulnérabilité psychique et renforcer la qualité de vie au travail, en développant les compétences transversales et le pouvoir d'agir des employeur-es et salarié-es de toutes capacités à travers le théâtre de transform'action.

Objectifs

À l'issue de la formation, les participant-es seront en mesure de :

- Reconnaître et déconstruire au moins 4 représentations limitantes sur le handicap psychique et les troubles de santé mentale, en lien avec leurs pratiques professionnelles.
- Identifier et mobiliser des techniques théâtrales comme outils de communication, coopération et médiation, catalysant la cohésion d'équipe dans la pluralité des capacités.
- Identifier et valoriser les soft skills vécues et observées sur scène – communication (verbale et non verbale), intelligence émotionnelle, adaptabilité, esprit d'équipe, empathie, et résolution de conflits – pour améliorer la cohésion et la qualité de vie au travail.
- Identifier des pratiques professionnelles inclusives directement transférables dans leur environnement de travail.

Programme

Compétences mobilisées

Présence à soi et aux autres • Confiance et affirmation de soi • Écoute • Gestion du stress et des émotions • Corps et voix comme outils de communication verbale et non verbale, de relation, de coopération et de médiation • Intelligence émotionnelle • Empathie • Adaptabilité • Esprit d'équipe
• Résolution des conflits • Créativité • Prise d'initiative

* Toutes les compétences sont mobilisées lors de l'ensemble des séances, avec une mise en lumière différenciée selon les objectifs et les focus pédagogiques de la formation

Séance 1 – Entrer en jeu : écoute, collectif et représentations

Transposition : ouverture et régulation relationnelle, analyse réflexive, repérage et déconstruction des représentations liées au handicap psychique et aux troubles de santé mentale dans les interactions professionnelles

Séance 2 – Compétences transversales en jeu : communication inclusive

Transposition : réactivité, postures corporelle – vocale – émotionnelle et communication inclusives dans les échanges professionnels

Séance 3 – Compétences transversales en jeu : coopération inclusive

Transposition : créativité, travail en équipe, postures corporelle – vocale – émotionnelle et coopération inclusives dans les échanges professionnels

Séance 4 – Jouer son rôle

Transposition : cohésion d'équipe, postures et pratiques professionnelles inclusives, identification et valorisation des acquis transférables, pistes d'action concrètes

Méthodes pédagogiques et modalités d'évaluation

Communes à toutes les formations Opilia et adaptées selon la durée et les publics, les méthodes pédagogiques et les modalités d'évaluation sont présentées en fin de catalogue.

Informations pratiques

Modalité : présentiel

Nombre de participant-es : 6 à 10

Durée : 14 h

Séances : 4 séances de 3 h 30

Rythme recommandé : 2 jours consécutifs ou 1 séance toutes les 1 à 2 semaines

Restitution privée ou publique et bord de scène (3 h 30) **en option**

Prérequis : aucun

Accessibilité : prise en compte des besoins spécifiques des stagiaires en situation de handicap (contacter la formatrice pour un accompagnement personnalisé)

Lieu : locaux mis à disposition par les structures partenaires

Délais d'accès : 14 jours

Certificat de réalisation : délivré à l'issue de la formation

PARCOURS DÉPLOIEMENT – 28 h

Du jeu à la qualité de vie au travail : révéler ses talents et son pouvoir d'agir
L'inclusion professionnelle par le théâtre de transform'action

Des formations participatives et fédératrices qui améliorent la qualité des relations au travail, et où on l'apprend à jouer son rôle au sein du collectif de travail et à transformer l'inclusion en levier de performance

Public

Les employeur-es et salarié-es de toutes capacités, cadres ou non, issus des secteurs public et privé, ainsi que des acteur-ices de l'emploi

Objectif global

Faciliter l'inclusion professionnelle des personnes en situation de handicap ou de vulnérabilité psychique et renforcer la qualité de vie au travail, en développant les compétences transversales et le pouvoir d'agir des employeur-es et salarié-es de toutes capacités à travers le théâtre de transform'action.

Objectifs

À l'issue de la formation, les participant-es seront en mesure de :

- Reconnaître et déconstruire au moins 6 représentations limitantes sur le handicap psychique et les troubles de santé mentale, en lien avec leurs pratiques professionnelles.
- Identifier et mobiliser des techniques théâtrales comme outils de communication, coopération et médiation, catalysant la cohésion d'équipe dans la pluralité des capacités.
- Appliquer de manière autonome des soft skills essentielles à la qualité de vie et à la performance au travail : communication (verbale et non verbale), intelligence émotionnelle, adaptabilité, esprit d'équipe, empathie et résolution de conflits.
- Co-construire des pratiques inclusives valorisant la diversité des talents au sein d'une équipe.
- Transposer les apprentissages dans leur contexte de travail, en identifiant des pistes d'action concrètes favorisant la cohésion, la santé mentale et la reconnaissance de toutes les capacités au sein du collectif.

Programme

Compétences mobilisées

Présence à soi et aux autres • Confiance et affirmation de soi • Écoute • Gestion du stress et des émotions • Corps et voix comme outils de communication verbale et non verbale, de relation, de coopération et de médiation • Intelligence émotionnelle • Empathie • Adaptabilité • Esprit d'équipe
• Résolution des conflits • Créativité • Prise d'initiative

* Toutes les compétences sont mobilisées lors de l'ensemble des séances, avec une mise en lumière différenciée selon les objectifs et les focus pédagogiques de la formation

Séance 1 – Entrer en jeu : écoute, collectif et représentations

Transposition : ouverture et régulation relationnelle, analyse réflexive, repérage et déconstruction des représentations liées au handicap psychique et aux troubles de santé mentale dans les interactions professionnelles

Séance 2 – Corps, voix et émotions : de la scène intérieure à la communication

Transposition : cohésion d'équipe, réactivité, postures corporelle – vocale – émotionnelle favorisant la communication inclusive dans les échanges professionnels

Séance 3 – Corps, voix et émotions : de la scène intérieure à la coopération

Transposition : travail en équipe, créativité, postures corporelle – vocale – émotionnelle favorisant la coopération inclusive dans les échanges professionnels

Séance 4 – Déjouer les représentations : inclusion et communication en jeu

Identification et valorisation des acquis transférables

Séance 5 – Déjouer les représentations : inclusion et coopération en jeu

Identification et valorisation des acquis transférables

Séance 6 – Mise en jeu des compétences transversales : prévenir et gérer les conflits

Transposition : qualité de vie au travail, posture professionnelle inclusive, transformation des conflits, identification et application de pratiques de médiation inclusives

Séance 7 – Création collective : mise en jeu des acquis

Transposition : innovation, analyse réflexive, co-construction de pratiques inclusives, valorisation de l'intelligence collective et de la performance collaborative inclusive

Séance 8 – Jouer son rôle

Transposition : cohésion d'équipe, épanouissement individuel et collectif, reconnaissance de toutes les capacités au sein du collectif de travail, postures et pratiques inclusives dans les dynamiques de recrutement et de travail, pistes d'action concrètes

Méthodes pédagogiques et modalités d'évaluation

Communes à toutes les formations Opilia et adaptées selon la durée et les publics, les méthodes pédagogiques et les modalités d'évaluation sont présentées en fin de catalogue.

Informations pratiques

Modalité : présentiel

Nombre de participant-es : 6 à 10

Durée : 28 h

Séances : 8 séances de 3 h 30

Rythme recommandé : 4 jours consécutifs ou 1 séance toutes les 1 à 2 semaines

Restitution privée ou publique et bord de scène (3 h 30) **en option**

Prérequis : aucun

Accessibilité : prise en compte des besoins spécifiques des stagiaires en situation de handicap (contacter la formatrice pour un accompagnement personnalisé)

Lieu : locaux mis à disposition par les structures partenaires

Délais d'accès : 14 jours

Certificat de réalisation : délivré à l'issue de la formation

PARCOURS INCARNATION – 56 h

Du jeu à la qualité de vie au travail : révéler ses talents et son pouvoir d'agir

L'inclusion professionnelle par le théâtre de transform'action

Des formations participatives et fédératrices qui améliorent la qualité des relations au travail, et où on l'apprend à jouer son rôle au sein du collectif de travail et à transformer l'inclusion en levier de performance

Public

Les employeur-es et salarié-es de toutes capacités, cadres ou non, issus des secteurs public et privé, ainsi que des acteur-ices de l'emploi

Objectif global

Faciliter l'inclusion professionnelle des personnes en situation de handicap ou de vulnérabilité psychique et renforcer la qualité de vie au travail, en développant les compétences transversales et le pouvoir d'agir des employeur-es et salarié-es de toutes capacités à travers le théâtre de transform'action.

Objectifs

À l'issue de la formation, les participant-es seront en mesure de :

- Reconnaître et déconstruire au moins 10 représentations limitantes sur le handicap psychique et les troubles de santé mentale, en lien avec leurs pratiques professionnelles.
- Identifier et mobiliser des techniques théâtrales comme outils de communication, coopération et médiation, catalysant la cohésion d'équipe dans la pluralité des capacités.
- Appliquer de manière autonome des soft skills essentielles à la qualité de vie et à la performance au travail : communication (verbale et non verbale), intelligence émotionnelle, adaptabilité, esprit d'équipe, empathie et résolution de conflits.
- Analyser et transformer des situations de tension ou d'exclusion professionnelle à travers des mises en situation théâtrales et réflexives.
- Co-construire des pratiques inclusives valorisant la diversité des talents au sein d'une équipe, en intégrant les différences comme ressources pour la performance collective.
- Transposer et formaliser les apprentissages acquis, en concevant des pistes d'action concrètes dans le contexte professionnel favorisant la cohésion, la santé mentale et la reconnaissance de toutes les capacités au sein du collectif.

Programme

Compétences mobilisées

Présence à soi et aux autres • Confiance et affirmation de soi • Écoute • Gestion du stress et des émotions • Corps et voix comme outils de communication verbale et non verbale, de relation, de coopération et de médiation • Intelligence émotionnelle • Empathie • Adaptabilité • Esprit d'équipe
• Résolution des conflits • Créativité • Prise d'initiative

* Toutes les compétences sont mobilisées lors de l'ensemble des séances, avec une mise en lumière différenciée selon les objectifs et les focus pédagogiques de la formation

Séances 1 & 2 – Entrer en jeu : écoute, collectif et représentations

Transposition : ouverture et régulation relationnelle, analyse réflexive, repérage et déconstruction des représentations liées au handicap psychique et aux troubles de santé mentale dans les interactions professionnelles

Séances 3 & 4 – Corps, voix et émotions : de la scène intérieure à la communication

Transposition : cohésion d'équipe, réactivité, postures corporelle – vocale – émotionnelle favorisant la communication inclusive dans les échanges professionnels

Séances 5 & 6 – Corps, voix et émotions : de la scène intérieure à la coopération

Transposition : travail en équipe, créativité, postures corporelle – vocale – émotionnelle favorisant la coopération inclusive dans les échanges professionnels

Séances 7 & 8 – Déjouer les représentations : inclusion et communication en jeu

Identification et valorisation des acquis transférables

Séances 9 & 10 – Déjouer les représentations : inclusion et coopération en jeu

Identification et valorisation des acquis transférables

Séances 11 & 12 – Mise en jeu des compétences transversales : prévenir et gérer les conflits

Transposition : qualité de vie au travail, posture professionnelle inclusive, transformation des conflits, identification et application de pratiques de médiation inclusives

Séances 13 & 14 – Création collective : mise en jeu des acquis

Transposition : innovation, analyse réflexive, co-construction de pratiques inclusives, valorisation de l'intelligence collective et de la performance collaborative inclusive

Séances 15 & 16 – Jouer son rôle

Transposition : cohésion d'équipe, épanouissement individuel et collectif, reconnaissance de toutes les capacités au sein du collectif de travail, postures et pratiques inclusives dans les dynamiques de recrutement et de travail, pistes d'action concrètes

Méthodes pédagogiques et modalités d'évaluation

Communes à toutes les formations Opilia et adaptées selon la durée et les publics, les méthodes pédagogiques et les modalités d'évaluation sont présentées en fin de catalogue.

Informations pratiques

Modalité : présentiel

Nombre de participant-es : 6 à 10

Durée : 56 h

Séances : 16 séances de 3 h 30

Rythme recommandé : 1 séance toutes les 1 à 2 semaines

Restitution privée ou publique et bord de scène (3 h 30) **en option**

Prérequis : aucun

Accessibilité : prise en compte des besoins spécifiques des stagiaires en situation de handicap (contacter la formatrice pour un accompagnement personnalisé)

Lieu : locaux mis à disposition par les structures partenaires

Délais d'accès : 14 jours

Certificat de réalisation : délivré à l'issue de la formation

DU JEU À LA PERFORMANCE

Révéler les talents et agir ensemble

L'inclusion professionnelle par le théâtre

Formation pour un public mixte

réunissant candidat-es en situation de handicap ou de vulnérabilité psychique, salarié-es et employeur-es de toutes capacités, cadres ou non, issus des secteurs public et privé, ainsi que des acteur-ices de l'emploi

La formation permet à chacun-e de vivre l'inclusion par l'expérience partagée, de renforcer sa confiance, sa créativité et son pouvoir d'agir, et de co-crée des pratiques de coopération plus justes, performantes et durables au sein des collectifs de travail.

Le Théâtre de transform'action : jouer son rôle

Le Théâtre de transform'action s'appuie sur une **approche systémique qui relie art, emploi et santé mentale** pour créer un espace commun d'expression et de coopération entre personnes de toutes capacités. Utilisé comme un **outil de mise en jeu sans enjeu**, il engage les participant-es dans une pratique artistique et expérientielle où le corps, la voix et la créativité deviennent des moteurs d'apprentissage et de transformation.

Sa **pédagogie ludique et progressive** optimise l'expression, la coopération et la médiation au sein du collectif. Les candidat-es à l'emploi développent confiance, communication et pouvoir d'agir, tandis que les employeur-es et salarié-es renforcent écoute, empathie et compréhension des singularités psychiques. La mise en jeu commune fait de l'inclusion une expérience partagée, qui favorise la reconnaissance mutuelle, transforme les représentations et fait émerger de nouvelles manières de coopérer.

Véritable **levier d'action directe**, il fait passer de la prise de conscience à la transformation, puis à l'action collective. Il permet à chacun-e de développer ses compétences transversales, de co-crée des pratiques professionnelles plus inclusives et de jouer pleinement son rôle au sein d'un collectif confiant, solidaire et performant.

Les + des formations Opilia : des réponses concrètes à vos enjeux

Pour les participant-es

-  Des mises en situation entre personnes de toutes capacités pour développer une communication et une coopération inclusives et prévenir les conflits
-  Une expérimentation ludique et sécurisée pour tester et ancrer des postures et des pratiques inclusives
-  Un entraînement et une montée collective en compétences transversales clés
-  Des leviers d'action simples et transférables pour améliorer la qualité de vie et la performance au travail grâce à une meilleure compréhension réciproque des vulnérabilités psychiques
-  Une expérience fédératrice qui renforce confiance, cohésion et performance partagée

Pour les structures

-  Un appui opérationnel pour renforcer la cohésion d'équipe et prévenir les tensions et les risques psychosociaux
-  Une pédagogie participative et expérientielle qui fait vivre concrètement l'inclusion, la coopération et l'intelligence collective à partir de la rencontre de personnes de toutes capacités
-  Un levier de transformation pour développer des pratiques et des postures inclusives renforçant la qualité de vie au travail et l'attractivité
-  Des apprentissages durables et directement transposables dans les pratiques managériales et les interactions professionnelles
-  Une formation certifiée QUALIOPI, finançable, et intégrable aux démarches QVCT, RSE et handicap

PARCOURS ALLIANCE – 24 h 30

Du jeu à la performance : révéler les talents et agir ensemble

L'inclusion professionnelle par le théâtre

Une formation participative et fédératrice où chacun·e apprend à comprendre et à vivre l'inclusion au sein du collectif, pour renforcer la coopération, la confiance, la performance partagée et la qualité de vie au travail

Public

Public mixte réunissant candidat·es en situation de handicap ou de vulnérabilité psychique, salarié·es et employeur·es de toutes capacités, cadres ou non, issus des secteurs public et privé, ainsi que des acteur·ices de l'emploi

Objectif global

Permettre de vivre l'inclusion professionnelle à travers la rencontre et la coopération entre candidat·es à l'emploi en situation de handicap psychique et employeur·es et salarié·es de toutes capacités, en développant ensemble leurs compétences transversales et leur pouvoir d'agir à travers le théâtre de transform'action.

Objectifs

À l'issue de la formation, les participant·es seront en mesure de :

- Reconnaître et déconstruire au moins 4 représentations limitantes liées au handicap psychique et aux troubles de santé mentale, à travers une expérience collective de coopération et de mise en jeu.
- Identifier et mobiliser des techniques théâtrales comme outils de communication, de coopération et de médiation, favorisant la cohésion d'équipe et la compréhension mutuelle dans la diversité des capacités.
- Mettre en œuvre et valoriser les soft skills vécues et observées sur scène – communication (verbale et non verbale), intelligence émotionnelle, adaptabilité, esprit d'équipe, empathie et résolution de conflits – pour renforcer la qualité de vie au travail et la performance individuelle et collective.
- Valoriser et relier les talents individuels et collectifs, en faisant le lien entre les apprentissages scéniques et les compétences attendues en contexte professionnel.
- Transposer les pratiques inclusives expérimentées sur scène dans leur environnement professionnel : intégration, management, communication ou travail en équipe.

Programme

Compétences mobilisées

Présence à soi et aux autres • Confiance et affirmation de soi • Écoute • Gestion du stress et des émotions • Corps et voix comme outils de communication verbale et non verbale, de relation, de coopération et de médiation • Intelligence émotionnelle • Empathie • Adaptabilité • Esprit d'équipe
• Résolution des conflits • Créativité • Prise d'initiative

* Toutes les compétences sont mobilisées lors de l'ensemble des séances, avec une mise en lumière différenciée selon les objectifs et les focus pédagogiques de la formation

Séance 1 – Entrer en jeu : écoute, collectif et représentations

Transposition : ouverture et régulation relationnelle, compréhension mutuelle, repérage et déconstruction des représentations liées au handicap psychique et à la santé mentale dans les interactions professionnelles

Séance 2 – Corps, voix et émotions : de la scène intérieure à la communication

Transposition : cohésion d'équipe, réactivité, postures corporelle – vocale – émotionnelle favorisant la communication dans les échanges professionnels, régulation relationnelle et émotionnelle dans la diversité des capacités

Séance 3 – Corps, voix et émotions : de la scène intérieure à la coopération

Transposition : travail en équipe, créativité, postures corporelle – vocale – émotionnelle favorisant la coopération entre personnes de toutes capacités, co-construction et synergie dans les dynamiques collectives, appropriation des soft skills essentielles à la qualité de vie et à la performance collective

Séance 4 – Déjouer les représentations : inclusion et communication en jeu

Identification et valorisation des acquis transférables

Séance 5 – Déjouer les représentations : inclusion et coopération en jeu

Identification et valorisation des acquis transférables

Séance 6 – Mise en jeu des compétences transversales : prévenir et gérer les conflits

Transposition : qualité de vie au travail, posture professionnelle inclusive, transformation des conflits, identification et application de pratiques de médiation inclusives, prévention des risques psychosociaux

Séance 7 – Mise en jeu des acquis pour jouer son rôle

Transposition : employabilité, innovation, analyse réflexive, cohésion d'équipe, valorisation de l'intelligence collective et de la performance collaborative inclusive, reconnaissance de toutes les capacités au sein du collectif de travail, postures et pratiques inclusives dans les dynamiques de recrutement et de travail, épanouissement individuel et collectif, pistes d'action concrètes

Méthodes pédagogiques et modalités d'évaluation

Communes à toutes les formations Opilia et adaptées selon la durée et les publics, les méthodes pédagogiques et les modalités d'évaluation sont présentées en fin de catalogue.

Informations pratiques

Modalité : présentiel

Nombre de participant-es : 6 à 10

Durée : 24 h 30

Séances : 7 séances de 3 h 30

Rythme recommandé : 4 jours consécutifs ou 1 séance toutes les 1 à 2 semaines

Restitution privée ou publique et bord de scène (3 h 30) **en option**

Prérequis : aucun

Accessibilité : prise en compte des besoins spécifiques des stagiaires en situation de handicap (contacter la formatrice pour un accompagnement personnalisé)

Lieu : locaux mis à disposition par les structures partenaires

Délais d'accès : 14 jours

Certificat de réalisation : délivré à l'issue de la formation

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES ET MODALITÉS D'ÉVALUATION

Les méthodes pédagogiques et les modalités d'évaluation décrites ci-dessous sont communes à l'ensemble des formations Opilia, sauf adaptation spécifique indiquée dans les programmes détaillés remis avant la formation.

Méthodes pédagogiques

Les participant·es apprennent en jouant, en explorant et en vivant l'expérience, pour que les savoirs se transforment en savoir-être et savoir-agir :

- Approche expérientielle, participative et immersive fondée sur le Théâtre de transform'action
- Improvisations, saynètes, jeux de rôle, mises en situation et créations collectives
- Travail corporel, vocal, émotionnel et relationnel
- Débriefings collectifs et temps réflexifs pour relier l'expérience scénique à la réalité professionnelle et ancrer les apprentissages
- Adaptations sensorielles, psychiques et cognitives selon les besoins spécifiques des participant·es, afin de garantir une accessibilité universelle et une expérience partagée

Des temps d'écriture et de mise en scène au plateau sont intégrés dans les parcours Déploiement, Incarnation, et Alliance. Ces phases créatives permettent une appropriation active des apprentissages, le développement de la créativité, la coopération et la transposition des compétences en situation professionnelle. Elles prolongent les approches d'improvisation, de jeu et d'analyse réflexive initiées dans les parcours Déclic.

Modalités d'évaluation

- Auto-évaluation (carnet de bord, questionnaires de positionnement initial et final)
- Évaluations à chaud et à froid
- Restitution et bord de scène (si option choisie)
- Recueil des appréciations des structures partenaires

L'inscription se fait exclusivement via les structures partenaires qui identifient les participant·es intéressé·es, constituent les groupes et transmettent les inscriptions



Envie de jouer votre rôle ?

Créons ensemble la transformation dont vous avez besoin

Contact

Sylvie BOUKO – Fondatrice & formatrice

 sylvie@opilia-theatre.fr

 06 63 40 05 07

 www.opilia-theatre.fr