Bien-être et performance en entreprise

Jokaria

Association loi 1901

Collectif d'intervenants en médiation artistique et culturel



Connaître ses collaborateurs, ça s'improvise aussi !

Accompagnement spécifique

Répondre à votre objectif RH : intégration, cohésion, communication entre services ou motivation ?

Format séminaire ou suivi *avec un protocole établit en fonction de vos besoins (ateliers, bilan, bilan M+3)*

After work

Eliminer les tensions tout en créant du lien

Ateliers réguliers basés sur le volontariat

Evènementiel

Fêtes d'entreprise, familiales

Atelier en continu ou sur inscription

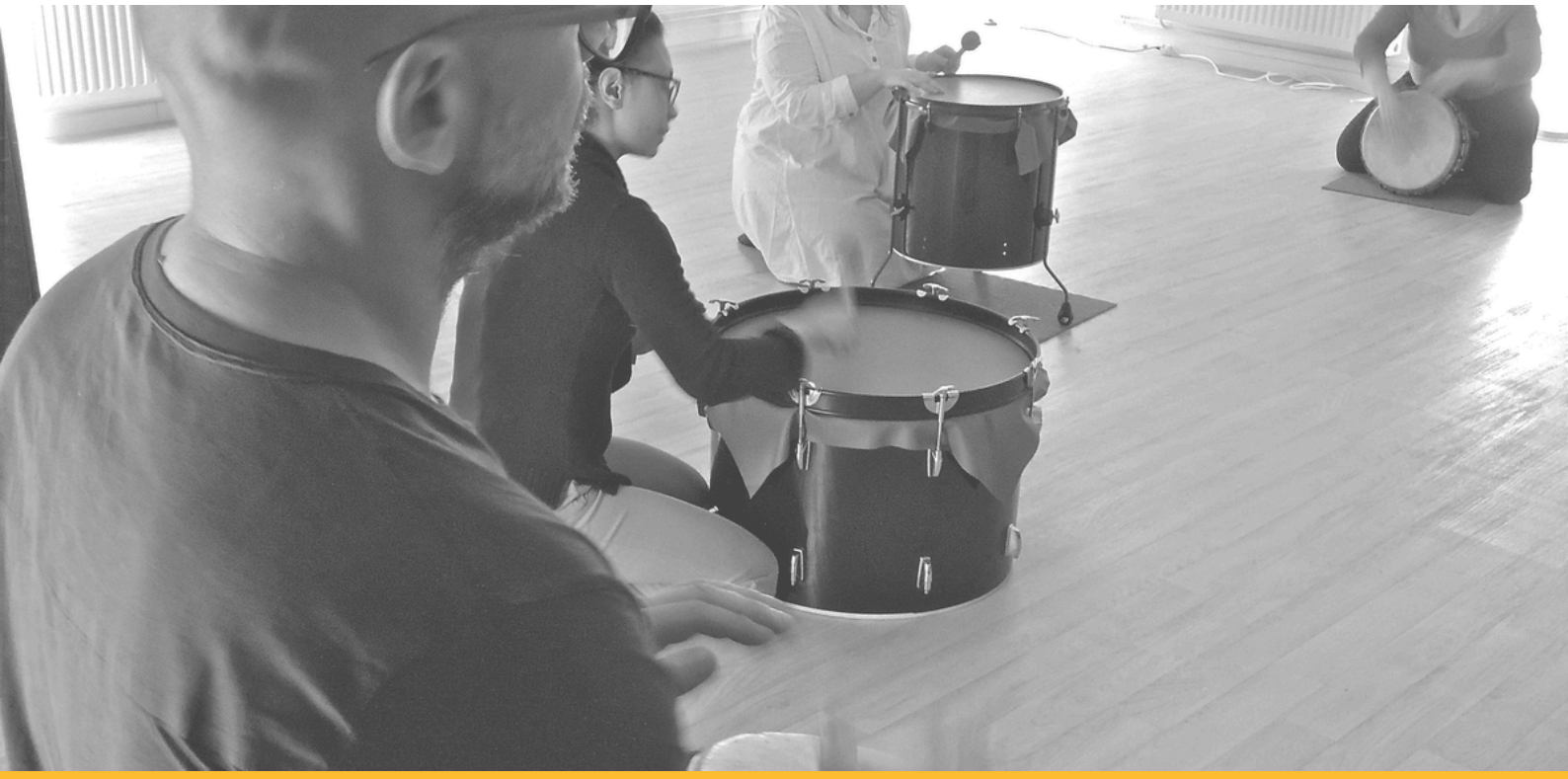
En groupe restreint ou festif face au public

"Le principal levier de la performance est le bien-être des collaborateurs"

En Europe, 12% des salariés se sentent engagés (Gallup, 2026) et 87% d'entre eux estiment que les temps collectifs impactent leur engagement (Ipsos , Steelcase, 2023).

Au delà d'un management agile et quotidien, l'entreprise peut proposer des temps forts mémorables et impactants qui combinent émotion collective et coopération réelle.

Comment une animation artistique peut répondre aux besoins RH des entreprises ?



Êtes-vous prêt à vivre une expérience artistique développant les capacités relationnelles et créatives de vos collaborateurs ?

NOTRE CERCLE DE PERCUSSIONS

Le cercle de percussions a été conçu en 2016 pour permettre un espace d'expression créatif et conviviale dans un climat de confiance, de liberté et d'improvisation.

Notre pédagogie vise à fonder un groupe performant pour le cercle de percussions s'appuie sur :

EXPERIENCE COMMUNE
apprendre à mieux se connaitre

COMMUNICATION
savoir écouter

SOLIDARITE
faire confiance au groupe

CREATIVITE
être audacieux



Les collaborateurs progressent ensemble pour atteindre une cohérence musicale par un apprentissage ludique et technique de la musique induisant des compétences comportementales.

Ces compétences développées durant le cercle de percussions se transfèrent dans le domaine de l'entreprise et ajustent l'équilibre entre bien-être et performance.

COMPÉTENCES COMPORTEMENTALES DÉVELOPPÉES EN **AFTER WORK** ET EN **ACCOMPAGNEMENT SPÉCIFIQUE**

Être en interaction

Repérer la place de chacun dans le groupe, échanger, jouer ensemble et ressentir les mêmes vibrations physiques et psychiques que procure un cercle de percussions. Les actions individuelles sont valorisées et diversifient le projet commun.

La créativité

En s'appropriant les mécanismes du rythme, les participants vont rapidement imaginer collectivement et individuellement des solutions aux contraintes imposées par l'improvisation. Nous sollicitons leurs capacités d'adaptation, d'innovation et de réactivité.

La communication assertive

Chacun orchestre et dirige le groupe dans une performance improvisée. Grâce à des codes signés, les participants vont pouvoir influer sur la musique. Il s'agit d'établir les modalités de coopération et d'action pour transmettre une information et atteindre son objectif : être compris.

La motivation

La pratique d'un instrument amène à devoir persévérer et être dans une posture de découverte et d'apprentissage. En trouvant du sens à sa pratique, le participant identifie les leviers de sa motivation. Cet élément vise à fonder une mentalité positive porteuse pour soi et pour le groupe.

OBJECTIF ARTISTIQUE

Créer une oeuvre unique :
une improvisation musicale collective

PROCESSUS

Un enchainement de jeux favorisant la détente, la rencontre, le plaisir, la complicité et l'intégration de techniques d'improvisation (le tempo régulier ou accéléré, la phrase rythmique courte ou complexe, l'intention, l'énergie déployée, les variations, les breaks, ...).

NOS INSPIRATIONS

La musicothérapie

Répondre a des objectifs spécifiques
Des outils de "Communication Sonore Non Verbale"

Formé à l'art-thérapie pluri-expressionnel, Maxime Hurtevent a développé des compétences en accompagnement thérapeutique individuel et en gestion de groupe. Les protocoles d'art-thérapie sont élaboré pour permettre à la personne de se révéler à travers l'art selon l'objectif thérapeutique fixé conjointement :

lâcher-prise, estime de soi, confiance, motivation, créativité...

Le cadre sécurisé et bienveillant a toute son importance car il met en confiance les participants qui s'engagent à respecter des règles de vie communes tel que le non-jugement.
Notre cercle de percussions, contrairement à l'art-thérapie, a une finalité esthétique de l'oeuvre créée.

Le Drum Circle

Rassembler, faciliter et co-créer

Les cercles de percussions sont nés aux États-Unis à la fin des années 60. La musique y est improvisée et co-créée par les participants pouvant être plusieurs centaines.
Le leader est appelé « facilitateur », il a la posture de guide. Il est au service des joueurs, garant du respect des règles et offre des possibilités d'enrichir le jeu et créer des performances originales de manière instinctive.

« La qualité de la musique produite ne repose pas sur le savoir-faire rythmique des joueurs, mais sur la qualité de leurs relations avec les autres membres du cercle ».

La Batucada

Jouer des codes et polyrythmies complexes

Originaire de Rio de Janeiro, la batucada est un groupe de percussions traditionnelles du Brésil dont les formules rythmiques en font un sous-genre de la samba. Imprégnée par la culture noire africaine des esclaves, l'ensemble est constitué de rythmes superposés pour former une polyrythmie. Son chef d'orchestre utilise un code signé bien précis pour créer les variations qui rendent ce spectacle si vivant et entrainant. Par exemple, il lance le départ d'un break ou une accélération.

Développer des outils communs rapidement accessible afin d'offrir aux participants l'opportunité de créer.

La jam session

Les techniques d'improvisation et l'écoute

Littéralement « séance d'improvisation » en anglais ou « boeuf » en français, est un lieu de rencontre où les musiciens improvisent face au public. Surtout développée en Jazz, la jam est une situation d'apprentissage :

savoir écouter les autres et prendre sa place.

INVITATION DÉCOUVERTE

Pour vivre les potentiels de notre pratique, il vous suffit de venir participer à notre **cercle de percussions**

Les mardis de 19h à 21h30
à la salle L'île aux petits
Place Pasteur à Marquette-Lez-Lille



Cette association rassemble des artistes et art-thérapeutes afin de proposer des instants artistiques et culturels à tout public. Des ateliers variés où chacun utilise son potentiel créatif librement pour être en lien avec les autres et prendre du plaisir.

Nous intervenons également
dans le domaine médical, social et éducatif.

Facebook

Linkdin

Site internet