

LA MUSIQUE EN ENTREPRISE,  
POUR UNE MEILLEURE QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL

Ateliers « Pause-Concert »  
Proposés par le

**Liber. Trio**



*Cathy Schaff (piano), Stéphanie Courouble (violon) & Isabelle Lenoir (flûte)*

Nul besoin d'un piano, nous apportons notre clavier numérique.



QUAND LA MUSIQUE

RÉ-ENCHANTE L'ENTREPRISE

Vous êtes à la recherche d'actions ou de solutions innovantes  
pour motiver, détendre et booster vos équipes?

Nous vous proposons une solution inédite :

**Les Ateliers « Pause-Concert »**

Animés par 3 musiciennes professionnelles, ces courts concerts live participent à la prévention santé  
et au sentiment de bien-être de vos collaborateurs.

## QUAND LA MUSIQUE

## DONNE LE LA DU BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL

### Harmonie et bien-être

Il n'est plus à prouver que la musique agit sur le cerveau par la production de dopamine. Celle-ci influence l'humeur en provoquant des émotions positives et une diminution du stress.

### Cohésion d'équipe

L'écoute collective renforce les liens entre collègues, améliorant ainsi l'environnement de travail et réduisant les tensions potentielles.

### Créativité et productivité

La musique stimule les régions du cerveau associées à la créativité. Elle favorise la motivation et l'émergence de nouvelles idées.

### Image employeur

De telles initiatives montrent un engagement envers le bien-être des collaborateurs et améliorent ainsi l'image de l'entreprise tant en interne qu'en externe.

*Nos ateliers offrent un environnement apaisant, propice à la détente et à la régénération mentale.*

# LA MUSIQUE, UNE NOUVELLE PARTITION À EXPLORER

## Déroulé et contenu des ateliers « Pause-concert »

Un atelier d'1h30 environ accueille au maximum quinze personnes, il comprend 3 temps :

### Mise en condition et présentation du concert d'une vingtaine de minutes

- Déconnection par la respiration favorisant une meilleure immersion
- Brève présentation des pièces jouées permettant une écoute active

### Moment musical d'une quarantaine de minutes

- Programme varié alliant pièces connues et découvertes musicales
- Diversité de répertoire : classique, musique de film, variété, musique du monde ...

### Echanges et discussions d'une trentaine de minutes avec les musiciennes

- Ces échanges développeront de nombreux sujets : partage des différents ressentis pendant le concert, gestion du stress ...

## TARIFS

Par atelier et pour un groupe de 15 personnes maximum

- Pour 1 atelier, 1800,00€ TTC
- Pour 2 ateliers, 1600,00€ TTC par atelier sur la même journée
- Pour 3 ateliers, 1350,00€ TTC par atelier sur la même journée

Les frais de déplacements, de repas et d'hébergement (si nécessaire) sont à la charge de l'entreprise.

Pour ces ateliers, une simple salle de réunion suffit.

Nul besoin d'un piano, nous apportons notre clavier numérique.

## Les intervenantes du Liber.Trio

Toutes les trois musiciennes et enseignantes, elles ont à cœur de partager leur passion de la musique. A travers leur cheminement pédagogique, étant également enseignantes en conservatoire, elles ont pu mesurer l'importance de l'impact de la musique sur chacun d'entre nous.

### **Isabelle Lenoir, Flûte**

Prix de Virtuosité de la Haute Ecole de Musique de Genève, se produit avec de nombreuses formations. Professeure diplômée du Certificat d'Aptitude au Conservatoire à Rayonnement Départemental d'Aulnay-sous-Bois.

### **Cathy Schaff, piano**

Premier prix du Conservatoire National Supérieur de Musique de Paris, se produit avec de nombreuses formations. Professeure diplômée du Certificat d'Aptitude au Conservatoire à Rayonnement Départemental d'Aulnay-sous-Bois.

### **Stéphanie Courouble, violon**

Premier prix du Conservatoire National Supérieur de Musique de Paris, chef d'attaque à l'Orchestre Symphonique de l'Aube. Professeure diplômée du Certificat d'Aptitude au Conservatoire à Rayonnement Communal de Bry-sur-Marne



Pour en savoir plus sur le **Liber.Trio**

Faire une demande de devis et/ou obtenir des renseignements

<https://libertrio.fr/>

[Liber.trio2021@gmail.com](mailto:Liber.trio2021@gmail.com)

Isabelle Lenoir : 06 13 04 40 33