

# ★ Une expérience théâtrale pour les CAP EPC




*Les élèves de 1<sup>re</sup> année CAP EPC et de Terminale ont participé à deux demi-journées d'ateliers théâtre animées par l'association Aventures Théâtre dans un esprit à la fois ludique et formateur. Ces séances avaient pour objectif de renforcer la cohésion de groupe, de travailler la posture professionnelle, mais aussi d'aider les élèves à oser s'exprimer, à gérer leur stress et à communiquer plus efficacement – des compétences clés pour leur avenir dans les métiers du commerce.*


## Aperçu du projet animé par Céline Hayot

---


 **Se faire confiance et s'écouter** : La première étape des ateliers a permis aux élèves de renforcer leur esprit d'équipe grâce à des jeux collectifs sollicitant l'écoute, l'équilibre sur scène et la coordination des mouvements.

 **Improviser, créer, jouer des rôles professionnels** : Les ateliers ont ensuite plongé les élèves dans des situations professionnelles simulées, proches de celles qu'ils pourraient rencontrer dans leur futur métier : Accueil d'un client dans une épicerie ou un magasin de prêt à porter / entretien de stage / Scène avec un client énervé.

 **S'exprimer avec son corps : marche, fil, émotions** : D'autres exercices ont permis de développer une meilleure conscience corporelle, comme la marche avec intention ("marche comme si...") ou encore la marche avec un fil imaginaire accroché à différentes parties du corps (coude, épaule, ventre...). Ces activités les ont aidés à incarner une posture, à exprimer des émotions par le mouvement, et à enrichir leur présence scénique.

 **Respirer, articuler, se faire entendre** : Une partie importante des ateliers a été consacrée à l'expression orale. A travers des exercices de respiration, de diction, et de posture, les élèves ont appris à imposer leur voix / mieux articuler / gérer leur souffle / Soigner sa gestuelle en situation d'entretien.

 **Le costume fait le métier** : Chaque élève devait choisir une tenue vestimentaire et improviser un métier associé, soit à l'oral soit en mime. Une manière amusante de travailler le lien entre apparence, attitude et communication, tout en stimulant l'imaginaire.

 **Gagner en confiance, exprimer ses émotions** : Un accent particulier a été mis sur l'expression des émotions. Les élèves ont été invités à explorer des ressentis variés à travers des jeux de rôle, avec une attention portée sur la justesse et l'authenticité. Cela a permis à plusieurs d'entre eux, parfois très discrets, de se révéler et de prendre confiance en eux.



**Conclusion :**

Malgré des sessions parfois longues à tenir sur 4 heures, ces ateliers ont permis aux élèves de développer des compétences clés, tant personnelles que professionnelles. L'esprit critique s'affine, la confiance progresse, et comme l'a dit un élève : « *On a appris à s'adresser à quelqu'un* ». Une étape importante vers une communication plus consciente et maîtrisée.