

## COHESION D'EQUIPE



### CONTACT

Elodie CUNIN  
06 12 11 06 02  
ecunin.pro@gmail.com

### METHODES

#### Pratique rythmique

Pratique instrumentale  
Rythmique corporelle

#### Dalcroze

Mouvement corporel par le  
mouvement musical

#### Kodaly

Approche d'enseignement globale,  
ludique et progressive

#### Balle C+

Pratique rythmique utilisant  
balles et petits sacs de sables

### EN SAVOIR PLUS

www.rythmicite-  
elodiecunin.weebly.com



rythmicite



# RYTHMICITÉ

Au coeur de votre rythme

## PRESENTATION

Chez Rythmicité, nous aidons les entreprises à **construire** leurs cohésions d'équipes, à rendre vos collaborateurs acteurs de leur bien-être au travail, à élaborer et entretenir une vision globale sur **du long terme**.

Le **rythme**, si instinctif par nature, est un outil complet, simple et accessible permettant d'explorer des sphères plus ou moins complexes... sans complexe !

**Elodie Cunin**, praticienne en rythmique.

## CARACTERISTIQUES

Notre rôle est de créer du lien. Un lien de qualité et durable. C'est pour cela que nos interventions se font par petit groupe. La pratique rythmique proposée par Rythmicité est une méthode efficace, originale, qui plait et dont on se souvient.

Après une séance de découverte et de prise de contact, nous pouvons aller de plus en plus loin dans les interactions, en respectant le rythme de chacun ainsi que celui du groupe.

## BIENFAITS

- Améliore l'écoute, la communication, la confiance, la bienveillance, la concentration, la vision globale
- Diminue le stress, l'impulsivité, permet de se défouler
- Favorise les expressions individuelles et l'intelligence collective, fédère et motive les équipes, responsabilise
- Apaise les conflits et le climat social
- Facilite l'intégration de nouveaux collaborateurs et les liens avec la hiérarchie

## TARIFS

Nous consulter



# RYTHMICITÉ

Au coeur de votre rythme

