

CHRISTINE CRAIPEAU

FORMATRICE • COACH PROFESSIONNELLE
ARTISTE LYRIQUE

- PRISE DE PAROLE
- AISANCE VOCALE
- GESTION DU STRESS
- IDENTITÉ ARTISTIQUE

J'accompagne les professionnels depuis plus de 15 ans dans le développement de leur potentiel.



Approche humaniste, centrée sur la personne



“
Vis comme si tu devais mourir demain,
apprends comme si tu devais vivre toujours.

Gandhi

”

DOMAINES D'INTERVENTION



PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

Gagner en impact, clarté et confiance.



VOIX PROFESSIONNELLE

Respiration, pose de voix, projection, présence vocale.



GESTION DU STRESS & DES ÉMOTIONS

Apaier, réguler, transformer le stress en énergie positive.



CONFIANCE EN SOI & POSTURE

Affirmer sa posture, développer son assertivité.



IDENTITÉ ARTISTIQUE & PROFESSIONNELLE

Clarifier son identité, oser sa singularité, valoriser son parcours.



GESTION DE PROJET & CRÉATIVITÉ

Structurer ses projets, innover, collaborer efficacement.

COORDONNÉES

☎ 06 62 11 27 78

📍 14, route de Rochefort - 30650 SAZE

✉ contact@christinecraipeauformation.com

🌐 www.linkedin.com/in/craipeau-christine

🌐 www.christinecraipeauformation.fr

Numéro NDA 76300544130

Numéro Siret 980 353 288 00015

Certification
QUALIOP
en 2024

- ✓ Action de formations
- ✓ Bilans de compétences

EXPERTISE & PARCOURS PÉDAGOGIQUE

Formatrice depuis 2015 • Enseignante depuis 2000



GESTION
DU STRESS



PRISE DE
PAROLE



VOIX &
CHANT



IDENTITÉ
ARTISTIQUE



ÉPANOUISSEMENT
DES POTENTIELS

- Formation Méditerranée
- ARIAC
- ADDM 44
- CFP La Roche-sur-Yon
- Éducation Nationale
- Opéra Off
- Concerts de Poche

- PRISME
- DIDAXIS
- Conservatoire d'Angers
- Maîtrise de la Cathédrale de Nantes
- Particuliers & entreprises
- Interventions en France



+15 ANS

D'EXPÉRIENCE PÉDAGOGIQUE



1000+

APPRENANTS ACCOMPAGNÉS

MA MÉTHODOLOGIE PÉDAGOGIQUE

1

ACCUEIL & ÉCOUTE

Compréhension des besoins, du contexte et des objectifs.

2

EXPLORATION

Mise en mouvement à travers des outils corporels, vocaux et créatifs.

3

MISE EN PRATIQUE

Expérimentation concrète, exercices personnalisés et mises en situation.

4

INTÉGRATION

Ancrage des acquis, prise de conscience et consolidation des ressources.

5

BILAN & SUIVI

Évaluation des progrès, plan d'action et suivi entre les séances.

*Une pédagogie active, bienveillante et sur-mesure,
qui allie rigueur, créativité et humanité.*

OUTILS & RESSOURCES

- Respiration, posture, relaxation
- Analyse transactionnelle
- Mind Mapping & Visualisation
- Outils créatifs & Théâtre
- Écoute active & PNL
- MBTI, BrainGym, Design Thinking
- Supports visuels, audios et vidéos
- Outils collaboratifs : Canva, Trello, Notion, Zoom, Teams, PowerPoint, Prezi, Xmind, Montage audio et vidéo

FORMATIONS & CERTIFICATIONS

2014 - 2024

- TPFPA - Certification BrainGym
- Certification Design Thinking
- Certification Coach professionnel RNCP
- Certification MBTI
- Consultante en Bilan de compétences
- MHD, école française de coaching
- BrainGym France
- The Myers-Briggs Company
- Schola Ingénierie • ECAP Nantes
- EORM- et vous • CFPA Caen
- SKILLS4ALL

ARTISTE LYRIQUE PROFESSIONNELLE DEPUIS 2005



+ 500

LEVERS
DE RIDEAU



SPECTACLES DEVANT

50, 100, 800,
2000, 8000

PERSONNES



ÉMISSIONS
TV - RADIO

Opéras de Zürich, Genève, Lyon, Lille, Luxembourg, Toulouse, Massy, Avignon, Marseille, Montpellier, Nantes, Festival d'Aix-en-Provence, Chorégies d'Orange, Théâtre des Champs-Élysées...

Répertoire : plus de 70 ouvrages dont :

Carmen, La flûte enchantée, Turandot, La Traviata, La Bohème, Tosca, Manon, Aida, Le Vaisseau Fantôme, Nabucco...

SAVOIR-ÊTRE

- ✓ Adaptabilité
- ✓ Empathie
- ✓ Bienveillance
- ✓ Écoute
- ✓ Curiosité
- ✓ Transmission
- ✓ Créativité
- ✓ Persévérance
- ✓ Positivité
- ✓ Travail en équipe