



2026

LITTORA

CATALOGUE

École de Langues et de Culture
à Montalivet

Formations professionnelles

Allemand, Anglais, Français Langue Étrangère

Cours individuels

Ateliers de langues et activités culturelles

Paula SCHOLEMANN

CE QUE TU TROUVES CHEZ LITTORA

1

QUI NOUS SOMMES

2

LES FORMATIONS
PROFESSIONNELLES

3

LES ATELIERS
SUR MESURE

4

LES TARIFS

5

INFORMATIONS
PRATIQUES

LITTORA PLUS QU'UNE ÉCOLE



Apprendre une langue étrangère, c'est un bon projet: de nouvelles perspectives s'ouvrent, vous parlerez avec des personnes d'autres pays et – petit plus – l'apprentissage stimulera votre cerveau ainsi que votre créativité.

Mais pour apprendre une langue, il faut du temps et de la motivation. Je conçois mes cours sur mesure pour que vous puissiez réussir et avancer avec plaisir. Vous découvrirez des nouvelles méthodes d'apprentissage des langues, qui vous permettront de progresser efficacement.

Après une première séance offerte, je pourrai vous faire une proposition sur mesure qui correspondra, je l'espère, à vos souhaits et vous aidera à atteindre votre objectif.

ÉCOLE DE LANGUE ET DE CULTURE



PAULA SCHOLEMANN
Fondatrice

Mon chemin vers le trilinguisme a commencé à Cologne, où j'ai appris toutes les langues proposées : anglais, français, latin et russe. Depuis plus de 20 ans, j'enseigne dans diverses institutions et, depuis 2020, je dirige ma propre école, où j'ai développé une méthode unique pour aider mes élèves à parler sans peur, en mettant l'accent sur la pratique et la communication.

MON OBJECTIF : VOUS AIDER À NE PLUS AVOIR BESOIN DE MOI

Je vous accompagne pour identifier vos besoins, pratiquer une auto-évaluation continue et acquérir des méthodes efficaces afin de progresser seul·e, en interaction avec les autres, bien au-delà des cours.

JEU ET CRÉATIVITÉ LA PRATIQUE SPONTANÉE POUR TOUS



LE JEU

- Grâce aux jeux vous plongez directement dans la langue cible et dès la première séance, vous pratiquez la langue étrangère.

LA CRÉATIVITÉ

- L'image est un outil efficace pour les cours de langues, car il permet de penser directement dans la langue cible.

ACCESSIBLE À TOUS

- Les formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Les locaux sont adaptés et les supports pédagogiques peuvent être modulés selon les besoins spécifiques des apprenants.
- Toute personne rencontrant des difficultés peut nous contacter avant ou pendant la formation afin que nous puissions mettre en place les adaptations nécessaires et garantir un suivi pédagogique optimal.

NOS FORMATIONS PROFESSIONNELLES LES COURS INDIVIDUELS

Vous êtes

- cadre ou responsable d'équipe, dirigeant·e d'entreprise, directeur·rice ou professionnel·le des ressources humaines, et vous exercez dans un **contexte professionnel** multilingue.

Vous souhaitez

- développer vos compétences linguistiques afin de faire évoluer votre carrière et d'utiliser une langue étrangère dans un cadre professionnel et international.

À l'issue de la formation, vous serez capable de

- utiliser les termes techniques de votre métier et de mobiliser la langue étrangère dans des situations professionnelles concrètes.

Vous appréciez

- un cadre d'apprentissage bienveillant favorisant la prise de confiance et l'engagement actif dans **la formation professionnelle**.

Vous progressez de manière ciblée

- grâce à l'identification conjointe des axes d'amélioration et à un travail précis sur le vocabulaire et les points de grammaire nécessaires à votre progression.

La langue travaillée

- est pratiquée dans une approche interculturelle, intégrant les codes linguistiques et communicationnels propres à votre environnement professionnel.

L'accent est mis

- sur la prononciation, la fluidité, la prise de parole et le développement de la capacité communicative à l'oral.

Vous bénéficiez

- de conseils méthodologiques, de supports pédagogiques fournis par la formatrice, d'activités pratiques, de supports visuels, de ressources numériques et d'un accompagnement individualisé.

Vous êtes accompagné·e

- dans une auto-évaluation guidée tout au long de la formation afin d'identifier vos besoins, d'ajuster vos objectifs et de renforcer votre autonomie, y compris après la fin de **la formation professionnelle**.

LES COURS INDIVIDUELS

PRÉREQUIS

- un projet professionnel multilingue
- Niveau d'entrée : A2 / intermédiaire
- Niveau visé : B1 (selon le CECRL)

LES OBJECTIFS

À l'issue de la formation, le/la participant·e sera capable de

- interagir à l'oral avec des clients, collègues et partenaires
- communiquer aisément au bureau, au téléphone et en visioconférence
- utiliser le vocabulaire professionnel de son secteur
- identifier et dépasser ses blocages linguistiques
- adopter une communication interculturelle adaptée

ÉVALUATION

- positionnement initial
- auto-évaluation accompagnée en cours de formation
- bilan final narratif

FORMATRICE

La formation est assurée par une formatrice indépendante, responsable de la conception pédagogique, de l'animation et de l'évaluation.

NOS FORMATIONS PROFESSIONNELLES LES COURS INDIVIDUELS

- 001 – Français Langue Étrangère (FLE)
- 002 – Parler Deutsch au travail
- 003 – Parler English au Touristes

LIEU

à Montalivet, en ligne
dans votre entreprise en Médoc

DURÉE + DÉLAI

11h - réactivation
21h - boost pérenne

L'accès à la formation est possible toute l'année, avec un démarrage sous 7 à 30 jours après l'entretien de positionnement.

TARIFS

€ 960,00 pour 11h
€ 1760,00 pour 21h

FORMAT + MÉTHODES

cours individuels, par la pratique, jeux (de rôle), fiches

CONTACT

Paula 06 59 85 95 57
ecoledelanguesamontalivet@gmail.com



La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante :
- Actions de formation

EXEMPLE D'UN PROGRAMME

001 – Cours individuels – Français Langue Étrangère (FLE)

Formation professionnelle en français langue étrangère visant le développement de la communication orale en contexte professionnel.

Niveau d'entrée : A2 / intermédiaire – Niveau visé : B1 (CECRL)

SÉANCE 1: PRÉSENTATIONS

Je me présente et je parle de mon parcours, je parle de mon activité et de mon environnement professionnel

- le vocabulaire de la formation
- les temps du passé

NOTRE SPÉCIALITÉ :
L'AUTO-ÉVALUATION POUR
UNE AUTONOMIE PERENNE

L'évaluation de votre **formation professionnelle** repose sur une auto-évaluation accompagnée.

SÉANCE 2: VISIO-CONFÉRENCES

Je prends la parole lors d'une visioconférence, je réagis aisément quant aux imprévus

- le vocabulaire du numérique
- les questions

SÉANCE 3: DÉVELOPPER DES HYPOTHÈSES

Je présente un projet ou un produit et parle des avantages et des risques, je développe des hypothèses quant au potentiel du projet ou du produit

- vocabulaire du marketing
- le conditionnel et le futur

L'apprenant identifie, avec la formatrice, ses points forts et ses besoins (vocabulaire, prononciation, fluidité).

Les objectifs sont ajustés en continu et des méthodes et ressources sont transmises pour poursuivre l'apprentissage de manière autonome après la formation.

☆ DÉMARQUEZ-VOUS ☆



002 – Parler Deutsch au travail

Formation professionnelle en allemand permettant d'interagir à l'oral dans des situations professionnelles courantes.

Niveau d'entrée : A2 / intermédiaire – Niveau visé : B1 (CECRL)

Exemple d'un programme prévisionnel

1: Herzlich willkommen

Les phrases utiles à l'accueil

2: Eins, zwei, drei

Les chiffres et les nombres, les tarifs, les tailles et les dimensions

3: Das ist gut!

Les envies et les émotions, donner un avis

4: Im Supermarkt

Les courses, l'alimentation, les boissons

5: Am Strand

Les activités de loisir et les consignes de sécurité

6: Was essen wir heute ?

Les repas et les horaires, les habitudes alimentaires

7: Die liebe Familie

La famille et les activités en famille

8: Ich möchte online gehen

La communication avec les clients, les moyens de communication

9: Mit Bus oder Bahn ?

Les directions, les véhicules et le traffic

10: Auf Wiedersehen

La politesses et la communication directe

“C'est comme un coaching individuel. J'ai gagné une nouvelle vision de mon rôle au travail et cela m'a donné un véritable boost.”

RETOUR D'UNE STAGIAIRE



BOOSTEZ VOTRE CARRIÈRE

003 Parler English aux Touristes

Formation professionnelle en anglais centrée sur la communication orale en milieu professionnel.

Niveau d'entrée : A2 / intermédiaire – Niveau visé : B1 (CECRL)

Exemple d'un programme prévisionnel pour l'accueil :

- | | |
|--|--|
| 1: Welcome
Les phrases utiles à l'accueil | 6: What's for dinner ?
Les repas et les horaires, les habitudes alimentaires |
| 2: One, two, three
Les chiffres et les nombres, les tarifs, les tailles et les dimensions | 7: Our lovely family
La famille et les activités en famille |
| 3: That's great!
Les envies et les émotions, donner un avis | 8: I would like to go online
La communication avec les clients, les moyens de communication |
| 4: At the supermarket
Les courses, l'alimentation, les boissons | 9: By bus or by train ?
Les directions, les véhicules et le traffic |
| 5: At the beach
Les activités de loisir et les consignes de sécurité | 10: Good bye
La politesses et la communication directe |

LES ATELIERS ACTIVITÉS CULTURELLES

Apprendre ensemble, progresser efficacement

Vous êtes :

- Une association ou un groupe de personnes avec une envie commune de pratiquer une langue

Vous souhaitez :

- Communiquer avec des personnes dans une autre langue
- Vous sentir à l'aise dans les situations où vous devez parler la langue étrangère

Vous allez maîtriser :

- Une compétence pour réussir l'interaction, même si vous cherchez parfois vos mots
- Un apprentissage basé sur le contenu que nous définissons ensemble en tant que groupe

Vous aimez:

- Apprendre dans une ambiance dynamique qui vous aide à prendre confiance en vous
- Découvrir des phrases utiles et des méthodologies que l'on n'apprend pas forcément à l'école

Une méthode adaptée :

- Des contenus conçus sur mesure en fonction de vos besoins spécifiques et des objectifs de votre groupe
- Des conseils méthodologiques pour intégrer des techniques auto-didactes dans votre routine.

Ensemble, trouvons le courage et les outils nécessaires pour parler avec assurance



Les ateliers ne relèvent pas de la formation professionnelle au sens du Code du travail.

PRÉREQUIS

- un projet en lien avec la langue (voyage, famille, travail, études)

LES OBJECTIFS

- interagir efficacement
- se sentir plus à l'aise, surmonter un blocage
- affirmer l'expérience interculturelle
- apprendre ensemble

LIEU

à Montalivet,
dans votre local associatif

DURÉE + DÉLAI

2h pour une visite, une dégustation
10h pour les cours hebdomadaires
inscriptions continues

TARIF

sur demande
plus vous êtes nombreux,
moins c'est cher

FORMAT + MÉTHODES

en petit groupe
par la pratique
enfants et adultes

CONTACT

Paula SCHOLEMANN 06 59 85 95 57
ecoledelanguesamontalivet@gmail.com

LES TARIFS

Les cours particuliers

cours particuliers - langue professionnelle - 60 minutes par session	€80,00
- langue courante - 60 minutes par session	€60,00
- langue courante - 30 minutes par demie-session	€30,00

Les formations professionnelles*

cours particuliers - 11h	€960,00
1h d'évaluation des besoins + 10 sessions de 60 minutes + certificat de participation	
cours particuliers - 21h	€1.760,00
1h d'évaluation des besoins + 20 sessions de 60 minutes + certificat de participation	

Inscription et évaluation (incluses dans les formations professionnelles)

inscription et création du dossier 1 séance d'essai	€80,00
évaluation formative et bilan de compétences linguistiques	€80,00
définition des objectifs et feedback individuel	

Ateliers sur mesure	sur demande
pratique de la langue par des jeux et des visites guidées et culinaires	
10h d'ateliers à 2 personnes - 300€ par personne	
à 3 personnes - 200€ par personne	
à 4,5 ou 6 personnes - 155€ par personne	

*La certification Qualiopi atteste que l'École de Langues - lors de ses **formations professionnelles** - suit un processus de qualité structuré, fondé sur une conception pédagogique cohérente, des évaluations régulières et des temps de feedback. Elle permet aux **formations professionnelles** d'être potentiellement éligibles à des financements publics, sous réserve d'acceptation par les organismes financeurs (OPCO, France Travail). Un financement via le CPF est également possible dans le cadre d'un partenariat avec un organisme référencé. Dans ce cas, merci de me contacter afin d'étudier la faisabilité du projet. Les actions de formation font l'objet d'un suivi pédagogique individualisé, d'évaluations en amont, en cours et en fin de formation, ainsi que de temps de feedback permettant l'amélioration continue des pratiques pédagogiques.



Qualiopi 
processus certifié

 RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante :
- Actions de formation

CONTACT



www.littora.fr



0033 (0)6 59 85 95 57



ecoledelanguesamontalivet@gmail.com



LITTORA

28 Avenue Chambrelant
33930 Vendays-Montalivet

Salle confortable, lumineuse et accessible à toutes et tous, y compris aux personnes en situation de handicap.



Les cours en ligne ont lieu sur zoom.

Une séance d'introduction est proposée avant le début de la formation.



NEWSLETTER

Contactez-nous pour recevoir, une fois tous les deux mois, notre newsletter.

ET LA CULTURE ?

Mon approche pédagogique repose sur l'idée que l'apprentissage d'une langue est un processus long.

L'objectif n'est pas seulement d'acquérir du vocabulaire ou des structures, mais de développer l'autonomie et la capacité à continuer à progresser par soi-même.

Cela signifie **apprendre à apprendre**, mais aussi apprendre à **créer des situations réelles** pour utiliser la langue au quotidien.

Pour mettre cette approche en pratique, je propose différentes activités :

- Le Tour de Monta : visite guidée en plusieurs langues
- Rencontres franco-anglaises : rendez-vous mensuel pour pratiquer l'anglais
- Soirées allemandes – Stammtisch : apéro-conversation ouvert à tous suivi d'un repas en allemand avec des personnes de langue maternelle
Inscription: pscholemann@gmail.com
- Réunions de rédaction : échanges autour d'articles pour le Journal du Médoc -
Inscription: pscholemann@gmail.com

Les activités culturelles et événements linguistiques tout comme les ateliers proposés ne relèvent pas de la formation professionnelle au sens du Code du travail.



TOUR DE MONTA

STADTFÜHRUNG
AUF DEUTSCH
MIT HERZ UND WITZ

VISITE EN
ALLEMAND, ENTRE
HISTOIRE ET BONNE
HUMEUR



NEU: Le Tour de Monta

Stadtführung auf Deutsch durch Montalivet – mit Geschichten, Geschichte, Sprache & einer süßen Überraschung.

- 📍 Treffen: LITTORA - 28, Avenue Chambrelant
- 📅 Jeden Freitag von April bis September – Start: 11:00 Uhr
- ⌚ Dauer: ca. 1h15 – 1,4 km
- 💶 Erwachsene : 8€
- 🔗 Infos & Anmeldung: 06 59 85 95 57



🇫🇷 NOUVEAU : Le Tour de Monta

Une visite guidée de Montalivet – avec histoires, patrimoine, langue... et une petite surprise gourmande. La visite d'environ 1h15 est en allemand cette fois-ci. Mais si vous aimeriez découvrir Monta en français ou en anglais, envoyez-moi un message – je propose aussi des visites à la demande !

Paula SCHOLEMANN 06 59 85 95 57
ecoledelanguesamontalivet@gmail.com

EN IMAGES IN PICTURES

