

**Joie**

**Enracinement**

Détente

Plaisir

Accordage

**Souffle**

Energie,

Expression

Dévoiler

Emotions,

Bien-être,

Lâcher-prise,

Verticalité,

Oser,

*Jouer*

## Présentation de Véronique Thomas

La voix a été le fil conducteur de ma vie et aussi l'outil de prédilection que j'ai utilisé dans différentes expériences en tant que musicienne intervenante en milieu scolaire pendant 19 ans, chef de chœur et chanteuse sur scène dans diverses formations dont le trio vocal polyphonique « Izvan » pendant 7 ans.

Pendant plusieurs années, je me suis formée à la voix auprès du Centre Roy Hart Theatre et je suis devenue professeur certifiée de ce centre international sur la voix en 2010. Ce travail m'a permis de développer ma propre méthode de travail autour de la voix et du corps, du souffle, de l'ancrage, des émotions...

Ce travail que je mène désormais en cours individuels, en ateliers réguliers, en stages me permet d'accompagner de nombreuses personnes, afin de les aider à faire émerger leur propre potentiel vocal. J'invite les personnes à oser l'expression de leur propre voix dans tous ses possibles en développant la conscience d'une voix reliée et ancrée au corps.

**Contact et renseignements :**

**Véronique Thomas**

**Tél: 06 38 78 75 29**

**[veronique63.thomas@gmail.com](mailto:veronique63.thomas@gmail.com)**

**consultez son site pour plus  
d'informations :**

**[www.accordetavoix.wordpress.com](http://www.accordetavoix.wordpress.com)**

## Stage

**« la voix révélée :  
naître à soi-même »**

**Samedi 6**

**et**

**dimanche 7 octobre 2018**

**Montauban de Bretagne**



**Centre Victor Hugo**  
(salle Esméralda)



*L'accompagnement que je propose est respectueux, bienveillant, à l'écoute de chaque personne, de ses besoins comme de son propre rythme d'avancement.*

*Mon chemin est de révéler à la personne sa voix authentique, en harmonie avec ce qu'elle est au plus profond d'elle-même et avec ses émotions. Au fur et à mesure du travail, le corps se détend, la voix se libère, se transforme, gagne en profondeur et en résonance. **La voie s'ouvre pour laisser place à la voix.***

### Les objectifs:

- osez aller sur des territoires inconnus avec votre corps et votre voix
- Soyez vous-même et enlevez vos masques
- accueillez vos émotions et qui vous êtes réellement
- levez les voiles qui vous empêchent d'être qui vous êtes, laissez partir ce qui vous encombre et ouvrez de nouveaux chemins pour votre voix et votre corps
- laissez votre voix vous guider vers l'intime de vous-même
- dévoilez votre pouvoir intérieur et votre puissance naturelle
- libérez votre être en lâchant vos sécurités, vos anciens schémas de fonctionnement qui vous empêchent d'être vous-même
- écoutez votre profondeur
- chanter avec plaisir et partage en allant à la rencontre de vos multiples voix
- voyager avec votre voix en osant et en vous faisant confiance.

### Le contenu:

- ouverture du souffle
- résonances corporelles
- ancrage
- écoute et développement des sensations corporelles
- aventures sonores et voyages vocaux
- espace intérieur/ espace extérieur
- lâcher-prise, conscience corporelle, écoute de soi et des autres
- interprétations de chants servant de supports à l'expression
- partage des ressentis

**Venir avec une tenue souple (jogging) pour le travail corporel.** Nous travaillons sans chaussures, pieds nus ou en chaussette, peut-être à l'extérieur si le temps le permet et apporter **un tapis de gym** pour les exercices au sol.

### Les tarifs : 160 euros le week-end

Les pré-inscriptions se font par mail ou par téléphone auprès de l'intervenante. Votre inscription ne sera validée qu'après avoir versé un chèque de 80 euros d'arrhes.

**Horaires : samedi et dimanche de 10h à 13h et 14h à 17h.** (12h d'enseignement)

**Repas : chacun apportera un pique-nique et boissons froides et chaudes pour les 2 repas du midi. Possibilités de partager les plats.**