

FORMATION voix et corps 2025



« INCARNER VOTRE VOIX »

12 jours **en résidentiel** autour de la voix et du corps issu du travail du Centre Roy Hart.

Expérimenter, recevoir, ressentir pour soi pour mieux transmettre et donner aux autres.

« On ne peut transmettre que ce par quoi on est passé et ce que l'on a expérimenté soi-même »

Pour qui ?

- Pour des thérapeutes, aidants, accompagnants, facilitateurs, chanteurs qui utilisent déjà et souhaitent utiliser davantage l'outil de la voix chantée au sein de leur pratique, qui souhaitent la développer comme support d'expression, vibratoire et énergétique et en améliorer sa portée, sa fluidité, sa résonance, sa profondeur et sa puissance.
- Niveau avancé (pas de débutants dans la voix)

Quand ?

3 sessions de 4 jours :

- Du jeudi 10 avril au dimanche 13 avril 2025
- Du jeudi 8 mai au dimanche 11 mai 2025
- Du vendredi 6 juin au lundi 9 juin 2025

La formation se vit intensivement sur les 12 jours (soit 72H d'enseignement) et en résidentiel. **Elle demande donc un engagement complet sur l'ensemble de ces dates et elle offre aussi l'opportunité d'être hébergé sur place afin d'intégrer le travail avec le groupe.**



Les Tarifs :

Module 1 :Exploration

1 Session de 4 jours en avril (6h d'enseignement par jour, soit 24h au total) : 427 euros la session

Module 2 : Développement

1 Session de 4 jours en mai (6h d'enseignement par jour, soit 24h au total) : 427 euros la session

Module 2 : Perfectionnement

1 Session de 4 jours en juin (6h d'enseignement par jour, soit 24h au total) : 427 euros la session

**soit un coût total pour les 12 jours de formation
pédagogique: 1281 euros (72h d'enseignement).**

Facilité de paiement possible.

Stage en Résidentiel : prévoir en plus

aux alentours de 20 euros la nuit en dortoir (9 nuits en dortoir à 20 euros : **soit 180 euros d'hébergement environ**).
le paiement de l'hébergement se fait en espèces.

(Il se peut que les tarifs soient légèrement augmentés en 2025).

Lieu : Région Montfort sur Meu (près de Rennes). Le lieu exact vous sera communiqué quand le groupe sera constitué.

Objectifs :

- Entrer plus profondément dans ses sensations corporelles et ressentis organiques
- S'appuyer davantage sur ses propres appuis corporels pour faire jaillir votre voix
- s'autonomiser pour aller chercher l'ancrage et les bons appuis de votre voix
- Accorder le corps et la voix en vivant votre expression
- Laisser faire les sons en soi, lâcher le contrôle et cultiver le non-agir, devenir réceptacle de vos sons et laisser votre cathédrale intérieure chanter.
- Fluidifier votre voix, oser encore plus, prendre de plus en plus confiance
- Vous interroger, vous questionner sur des processus pédagogiques, observer en ressentant par le corps, partager des ressentis, rebondir, faire des liens en vous sur la connexion voix et corps et ouvrir un champ de conscience plus vaste

- oser accueillir votre vulnérabilité à l'endroit où le chant vous traverse et vous dévoile.
- Prendre plaisir à chanter ensemble, à écouter les autres chanter, engranger de nouvelles expériences pour aller plus loin sur votre propre chemin.



Le Contenu général:

- Mise en disponibilité corporelle
- ouverture du souffle
- travail d'ouverture de votre voix, d'extension vocale dans les registres, couleurs, timbres... travail d'expression.
- Rencontre et expression de vos émotions.
- travail autour du lien corps et voix
- explorations corporelles et vocales dans l'espace, seul ou en lien avec les autres, en lien avec l'imaginaire...
- chant collectif, chants spontanés

- Passages individuels et observations
- temps de questions/réponses
- temps de partage suite aux observations ou bien suite aux difficultés rencontrées dans le cadre de votre activité professionnelle.



Organisation :

**Horaires de chaque session : 1er jour: 10h/13h et 14h30/17h30
autres jours : 9h30-12h30 et 14h-17h**

Nombre de personnes : 6 à 8 personnes maximum afin de privilégier l'accompagnement personnalisé et pouvoir donner des outils concrets à chacun.

Les repas : 1er midi : repas tiré du sac

Une cuisine sera à votre disposition près de la salle de travail et vous pourrez y cuisiner (gazinière, frigo). Elle est tout équipée et il y aura aussi des torchons. **Pensez à apporter votre nourriture si vous le souhaitez.** Sinon il y a des commerces sur la commune et alentours si vous avez besoin.

Hébergements :

à l'étage : 6 chambres dortoirs (dont 1 avec 1 lit double) et 15 couchages, wc, salle de bains avec baignoire. Alèze, oreiller, couvertures et couettes sont fournis. **Apporter draps, housses de couettes, taie d'oreiller et serviettes de toilette. Apporter également vos chaussons pour l'accès aux chambres et à la salle de travail.**

Hébergement en camping : A la belle saison, il est possible de mettre des tentes, des camions aménagés ou camping-car sur le terrain à l'extérieur. Le prix est de **8 euros par jour par personne avec sanitaires ou 10 euros par jour avec électricité**. Apportez votre tente, vos matelas et sac de couchage.



Conditions de réservation :

Réservation obligatoire par contact téléphonique auprès de Véronique et présentation de votre activité professionnelle pour vérifier l'adéquation par rapport aux objectifs de cette formation. (téléphone : 0638787529)

Puis inscription définitive à réception de votre chèque d'arrhes de 427 euros **qui est une avance sur le coût de la 1ère session. Ce chèque n'est encaissé qu'après le stage.**

Chèque à libeller au nom de Véronique Thomas et à expédier à l'adresse que je vous indiquerai le jour de notre contact téléphonique.

Facilités de paiement : vous pouvez payer en 3 fois : 1 versement avant chaque session. J'accepte les règlements en espèces ou en chèques.

Si vous avez des difficultés, discutez-en avec moi : il est possible aussi d'étaler sur 5 mois en commençant les versements avant la formation.

Annulation : en cas d'annulation à partir de 3 semaines avant la formation, le coût de la session à venir est dû en totalité sauf en cas de maladie où 50% des arrhes seront encaissés. Un certificat médical sera demandé.

Matériel à prévoir : Pantalon souple style jogging pour travail en salle, 1 tapis de sol, coussins ou zafu ou banc de méditation, plaid.

Pour tout autre question, contactez-moi par mail ou par téléphone : 06 38 78 75 29 / veronique63.thomas@gmail.com

L'intervenante



Véronique Thomas

Après une expérience d'enseignante et de musicienne intervenante en milieu scolaire, elle obtient en 2010, la certification du Centre de la voix Roy Hart dans les Cévennes. Ce travail lui a permis de développer sa propre méthode de travail autour de la voix et du corps, du souffle, de l'ancrage, des émotions...Chanteuse, auteure, compositrice, improvisatrice, elle continue à expérimenter sa voix de multiples façons mais surtout dans l'improvisation, le chant spontané et intuitif.

Elle mène ce travail actuellement sous forme de cours individuels, en ateliers réguliers et sous forme de stages. Elle accompagne ainsi de nombreuses personnes, afin de les aider à faire émerger leur être vocal dans un déploiement de tout leur potentiel. Elle les invite à oser l'expression de leur propre voix dans tous ses possibles en développant la conscience d'une voix reliée et ancrée au corps.

Pour plus d'infos : www.acorpsavoix.com
site internet Roy Hart Theatre : www.roy-hart-theatre.com