

Anne LEBLANC  
2 avenue Charles de Gaulle  
Résidence Etienne d'Orves  
78230 LE PECQ

### Animatrice : Anne LEBLANC

Psychopédagogue de la voix et de la parole, formée à l'école pratique de psychophonologie, gestalt-thérapeute, elle est certifiée en *voix et relation d'aide* et en PNL (PNL repères).

Elle anime des formations auprès d'un public divers (cadres, enseignants, étudiants...) et propose des ateliers et stages ouverts à tous. Elle reçoit également dans le cadre de séances individuelles : gestalt-thérapie, life coaching (DESU de l'Université Paris VIII), cours de chant, bilan psycho-vocal.

Chanteuse, elle aime se produire pour le plaisir dans un répertoire de chansons françaises.

L'association **Dacorps** a pour objet d'offrir à tous, y compris aux personnes les plus défavorisées, l'accès aux techniques d'expression corporelle, artistique et verbale, afin de les aider à une meilleure insertion et favoriser le développement et la formation de personnes et de groupes.

*« Le chant a cette capacité de rejoindre les profondeurs de l'être humain ».*

S. Kerouz



Association Dacorps  
Chez Marie Françoise Gotti  
7 Rue de Bouvets  
78400 CHATOU  
Tél : 06 70 23 67 17  
N° Siret : 449 561 687 00012

[www.dacorps.fr](http://www.dacorps.fr)  
[www.trouversavoix.fr](http://www.trouversavoix.fr)

## ATELIER VOCAL

### OSER SA VOIX, OSER SA VIE

### 2ème cycle

### Sur 5 séances

Vendredi après midi

De février à juillet 2018

CHATOU (78)



## La voix – quel merveilleux instrument !

Découvrir et apprivoiser votre voix, la travailler aux moyens d'exercices variés et ludiques, seul et en groupe. Prendre plaisir à jouer de votre voix, parlée et chantée. Trouver ou retrouver de l'énergie, du dynamisme. Quitter la possible croyance « je chante faux » !

*Laisser s'exprimer le bouillonnement de la source, demande un grand travail des outils de l'expression.*  
K.G. Durckheim

### Public

Personnes qui ont **déjà fait un premier cycle Oser sa voix, oser sa vie, ou un stage sur 2 ou 4 jours**. Elles souhaitent aller plus loin et approfondir le travail de la voix parlée et chantée, la qualité de présence corporelle et vocale. *(Il n'est pas nécessaire de savoir chanter ni de connaître le solfège. Les exercices se déroulent dans une ambiance conviviale où le rythme de chacun est respecté, grâce à des exercices simples et ludiques, qui sont accessibles à tous.)*

### Objectifs

- Etre plus à l'aise dans ses prises de parole,
- Travailler sa voix pour parler clair : la place de la voyelle et de la consonne
- Gagner en assurance dans sa voix parlée et chantée
- Savoir jouer et improviser avec sa voix,
- Approfondir sa qualité de présence à soi-même et aux autres par la voix, le corps,
- Apprendre à exprimer ses émotions et ressenti,
- gérer ses émotions qui débordent, ses inhibitions et ses peurs dans la prise de parole en public
- Développer la confiance et l'affirmation de soi,

### Moyens

- Exercices individuellement ou à plusieurs du corps et de la voix :
  - de relaxation
  - de libération de la respiration,
  - de technique vocale, lecture à voix haute
  - pour apprendre à placer votre voix,
  - de rythmique sur de la musique,
  - de théâtre et de jeux vocaux en voix chantée et parlée

### Moyens (suite)

- Apprendre des chants simples (unisson polyphonie)
- Travailler des textes
- Vivre des temps d'intégration et de pratique.

### Points concrets

Prendre une tenue souple

### Lieu

Le Relais St Louis  
30 bis rue Auguste Renoir  
78400 Chatou

### Horaires

5 rencontres, hors vacances scolaires de février à juin 2018 - le vendredi après-midi : 14 H 30 – 17 H



### Dates

- Vendredi 16 février 2018
- Vendredi 23 mars 2018
- Vendredi 4 mai 2018
- Vendredi 15 juin 2018
- Vendredi 6 juillet 2018

### Coût

Frais pédagogiques (Payables à l'inscription)	350 €
Cotisations à DACORPS	20 €

### A retourner à:

Anne Leblanc  
tél : 06 70 23 67 17  
e-mail : [anneleblanc@neuf.fr](mailto:anneleblanc@neuf.fr)

M       Mme       Mlle

Nom .....

Prénom .....

Date de naissance .....

Adresse .....

Ville .....

Code postal .....

E-mail .....

Téléphone fixe .....

Téléphone portable .....

Je désire faire un travail individuel en coaching vocal

Je joins deux chèques :

un chèque de cotisation pour l'année de 20 €

un chèque d'arrhes de 80 € - frais pédagogiques

**Chèques à libeller à l'ordre de l'association DACORPS**

*NB : l'aspect financier ne doit pas être un obstacle pour participer à ce cursus. En cas de difficultés, nous contacter.*