

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, certifiée en *voix et relation d'aide* et en PNL (PNL repères). J'anime des formations auprès d'un public divers (cadres, enseignants, étudiants...) et propose des ateliers et stages ouverts à tous. Je reçois également dans le cadre de séances individuelles : gestalt-thérapie, life coaching (DESU de l'Université Paris VIII), cours de chant, bilan psycho-vocal.

Chanteuse, j'aime me 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.org](http://www.dacorps.org)  
[www.trouversavoix.fr](http://www.trouversavoix.fr)

## Groupe de paroles continu

### La voix de l'être CORPS-SOUFFLE-VOIX

Aller à la rencontre de son être par la  
médiation vocale et corporelle

**Sur 8 rencontres**  
**Vendredi après midi**  
*une fois par mois*

De novembre 2019 à Juin 2020  
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 » !

### Un groupe de paroles pour se sentir vivant... !

#### Public

Toutes personnes désireuses de :

- commencer et/ou poursuivre une exploration de la présence à soi-même, aux autres et à la vie, par la médiation vocale

- d'acquérir des compétences dans le domaine de la voix, de la prise de parole en public, de la technique vocale (voix parlée et chantée), cela, dans une visée de conscience et de présence accrue à soi-même et au monde pour plus de liberté et de Vie.

*Les personnes ayant suivi(es) des stages ou ayant déjà participé à des groupes avec Anne, peuvent également s'inscrire dans ce groupe.*

#### Objectifs

- Vivre et cultiver la Présence et la relation à soi-même
- Explorer et nourrir la relation aux autres
- Développer ses capacités à s'exprimer dans le monde
- Accroître la connaissance de soi

#### Moyens

- Par l'exploration du son : – La voix, le souffle et le silence – Le corps et la Voix, le ressenti vibratoire, l'expression corporelle et vocale, – vivre l'expérience sonore du groupe, sa résonance, découvrir ses harmoniques, sa puissance,
- Par la méditation, la relaxation, la respiration,
- Par l'exploration du rythme,
- Par des propositions en groupe : jeux vocaux, improvisation, chant libre à plusieurs voix,
- Par le fait d'oser l'expression individuelle et d'être écouté.

#### Moyens (suite)

- D'apprendre des chants simples (unisson polyphonie)
- De travailler des textes
- **Et enfin, par des temps de parole, par le partage du ressenti corporel, émotionnel, etc.**

*Nous explorerons ainsi l'insolite, la surprise, les contraintes « farfelues » afin d'aller de plus en plus loin dans la créativité et dépasser les stéréotypes. La voix sera une médiation pour un support thérapeutique de la reconnexion avec le présent.*

#### Points concrets

Prendre une tenue souple et chaude + un tapis de sol

#### Lieu

Le Relais St Louis  
30 bis rue Auguste Renoir  
78400 Chatou



#### Horaires

9 rencontres, hors vacances scolaires - le vendredi  
après-midi : 14 H 30 – 17 H

#### Dates : Vendredi

- 15 novembre 2019	- 27 mars 2020
- 20 décembre 2019	- 3 avril 2020
- 17 janvier 2020	- 29 mai 2020
- 28 février 2020	- 26 juin 2020

#### Coût

Frais pédagogiques 80 €/séances  
(Payables à l'inscription)

80 € la séance, soit 640 € pour l'année, payable en 3 ou 8 chèques à faire à l'inscription et retirés au fur et à mesure

#### A retourner à:

Anne Leblanc  
tél : 06 70 23 67 17  
e-mail : anneleblanc1@gmail.com

Groupe de paroles continu  
**LA VOIX DE L'ETRE**

M       Mme       Mlle

Nom .....

Prénom .....

Date de naissance .....

Adresse .....

.....

Ville .....

Code postal .....

E-mail .....

Téléphone fixe .....

Téléphone portable .....

Je joins un chèque :

un chèque d'arrhes de 100 € - frais pédagogiques

**Chèques à libeller à l'ordre de Anne Leblanc**

Les frais pédagogiques sont payables en 3 ou 8 fois si besoin, à faire à l'inscription et retirés au fur et à mesure

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