

Ateliers «Harmonie par le Chant[®]»

Qu'est-ce que c'est ?

Méthode de Marie-Louise AUCHER
(Fondatrice de la Psychophonie) qui aide à :

- Rencontrer / Découvrir sa voix parlée et / ou chantée
- Prendre la parole plus facilement devant les autres.
- Chanter pour le plaisir.
- Rencontrer son instrument : son corps et éveiller ses sens.
- Améliorer la Confiance en soi.
- Oser prendre sa place ...

Pour qui ?

- Pour tous, chanteurs ou hésitants.
- Tous ceux qui ont envie de découvrir leur vraie Voix/e, et oser aller à la rencontre de Soi. Libérer : la respiration, le souffle, les tensions, les peurs...
- **Accessible à tous.**
- Tous ceux qui prennent la parole en public, conférencier, chef d'entreprise, théâtre, parler longtemps et apprendre à beaucoup moins se fatiguer...

Atelier personnalisé :

**adapté à chacun,
aux hésitants, ou aux chanteurs,
selon vos besoins, vos envies, vos objectifs.**

Nombre de personnes, hommes et femmes viennent vers moi en me disant :

“ je ne sais pas chanter ”,

“ on m'a toujours dit : tais-toi tu chantes faux ”...

et je suis heureuse de pouvoir les accompagner vers une réconciliation possible, bien souvent bien plus rapide de ce qu'ils/elles auraient pu penser.



**Atelier
personnalisé
en
Individuel**

Contenu d'un Atelier

Préparation à

« *Emettre* » et à « *Recevoir* »

1. Un temps d'écoute de vos besoins du moment.
2. Exercices Corporels en douceur, pour préparer votre instrument vocal : votre corps, être ancré et dans votre verticalité.
3. Exercices de respirations et exercices vocaux adaptés pour préparer le souffle, la respiration, le diaphragme, la bascule du bassin... et aller à la rencontre évolutive des points d'appuis du corps du chanteur.
4. Chants à la découverte de sa propre voix/e. Ou juste émettre des sons...

Voir : Extraits de témoignages sur le site internet : www.lavoixenchantee.com

Tarif de la séance (de 1 h 30 à 2 h) :

- Individuel : 35 Euros
- Sans emploi / Etudiant : 20 Euros

Les Ateliers :
en salle
et en forêt

**Chant
Prénatal**



Pour femmes enceintes Préparation de l'enfant à naître

Prendre le temps pour soi
et avec son enfant

à partir du 4e mois de grossesse.

Complémentaire à
d'autres préparations à l'accouchement.
le papa est le bienvenu, s'il le désire.

Quelques extraits de témoignages :

“Un moment enchanté” ;
“Harmonie et équilibre dans mon corps” ;
“J'ai éveillé encore plus de confiance en moi” ;
“Moment privilégié
avec mon enfant et moi-même” ;
“J'ai appris à respirer
et à positionner mon bassin” ...

Tarif de la séance (1 h 30 à 2 h) :

- 10 séances conseillées
pendant la grossesse - Forfait possible -
- Individuel ou Couple : 35 Euros
 - Sans emploi / Etudiant : 20 Euros

Adhésion proposée, à la Fédération « *La Voie Enchantée 22, 35, 56* » (tarif au dos)

