

# L'association

## Chanter autrement-Spirale

avant



Vous propose

Un stage  
vocal

après

Pour  
**découvrir sa voix**  
**« autrement »**  
et prendre  
**plaisir à l'utiliser**

Les samedis  
16 novembre 2019  
8 Février 2020  
25 Avril 2020  
au foyer communal de  
**Bagard**

Responsable du stage  
et de la formation

## Mireille Jullien

- Formatrice dans les techniques d'expression du corps et de la voix et de la communication orale.
- Responsable de stages depuis 1990 (voix chantée, voix parlée, chant choral mis en scène auprès de choristes, travail de formation auprès des enseignants, acteurs, élèves, étudiants, professionnels de la communication..)
- Chef de chœur (actuellement, chef de chœur du groupe Spirale).
- Metteur en scène



Contenu et Activités proposées

❖ Séances de travail collectif avec interventions individuelles :

➤ **Echauffement vocal et corporel,**

lié à la respiration pour accéder à une détente corporelle, développer l'ancrage au sol et prendre conscience de ses possibilités vocales.

➤ **Exercices d'expression vocale, et jeux de communication**

- pour découvrir et libérer sa voix naturelle, l'appivoiser et apprendre à l'utiliser.
- pour développer la présence, la résonance et la force vocale et, ainsi, favoriser la confiance en soi dans le domaine de la communication et de l'expression.
- pour jouer avec sa voix, l'améliorer et prendre plaisir à l'utiliser.

❖ Séances de travail individuel :

➤ **Chant(ou texte)**

pour améliorer ses qualités vocales et découvrir le plaisir de l'interprétation

Chaque stagiaire proposera une chanson ou un texte qui serviront de support au travail de la journée . Il sera accompagné par le pianiste Jocelyn Schwingrouber .

## Public concerné

*(pour adultes et ados à partir de 15 ans)*

Le stage est ouvert à toutes celles et tous ceux qui souhaitent découvrir le **travail de la voix dans sa dimension corporelle**, se former et améliorer ses qualités d'interprétation vocale, développer ses capacités de communication, s'étonner, et se dépasser, se faire plaisir à travers des exercices simples, ludiques et **accessibles à tous quels que soient l'expérience et le niveau de chacun.**

## Ce qu'en pensent les participants aux stages précédents

Une expérience  
étonnante !  
D.S

Je pensais ne pas savoir  
chanter :  
et bien« oui c'est  
possible ! »  
Belle découverte !L.C

On découvre en douceur la  
force de sa voix : que du  
bonheur ! M.T

Beaucoup de  
professionnalisme S.B

Moi qui chante depuis si  
longtemps, j'ai enfin pu  
« me lâcher » et ainsi  
vivre pleinement ma  
chanson  
F.C

J'ai dépassé la peur de  
ma voix :une vraie  
découverte !  
M.G

## Conditions matérielles

**Tarif** : possibilité de participer à une journée seulement ou de prévoir plusieurs séances :

- 65 € la journée (incluant l'adhésion à l'association pour l'année 2019/2020)
- 110 € pour 2 stages
- 145 € pour 3 stages

(le tarif comprend l'adhésion à l'association de 10€)

**Lieu** : foyer communal de Bagard (30140) route d'Anduze, à côté de la Mairie, salle B

**Horaires** : 9h à 17h (accueil 8h45)

**Repas** tiré du sac

**Tenue** :vêtement souple et grosses chaussettes

**Inscription ,renseignements** :  
par mail :

[Spirale.chanteraument@gmail.com](mailto:Spirale.chanteraument@gmail.com)

par tél :Mireille Jullien 06 98 50 10 73

Elisabeth Pioud 06 72 15 01 79

Confirmation par courrier incluant le chèque(à l'ordre de chanter autrement)

**ATTENTION**:Afin de garantir un travail de qualité, les places sont limitées à 10 participants :

l'inscription se fera par ordre d'arrivée des bulletins d'inscription

## Bulletin d'inscription

à renvoyer à :

Chanter Autrement

1387, Route du Mas Miger

30140 Bagard

NOM -----

Prénom -----

Tél-----

e-mail-----

-----

-----  
adresse postale-----

-----

Je m'inscris au(x) stage(s) du

-----

Je joins un chèque de ----€

Le 16 novembre,(ou lors du premier stage) j'envisage d'interpréter :

- Une chanson :

Titre et auteur : -----

-----

très important de donner le titre dès l'inscription même si on ne chante qu'une partie (une partie du travail de la journée s'appuyant sur ce choix)

- Ou un texte