

Voix

Détente

Souffle, espace

Corps vibrant

Envie de chanter

Plaisir partagé

Oser

Créativité

Mouvement

Rendez vous avec soi



Stages

Voix

Corps

Mouvement

animés par
Anne GUSTAVE

Les samedis : ...2026/2027...

19 septembre

17 octobre

14 novembre

05 décembre

30 janvier

13 février

13 mars

10 avril

22 mai

19 juin

Anne GUSTAVE

Musicothérapeute et Sophrologue

Après une formation classique dans les conservatoires de Chambéry, Lyon et Genève, je me perfectionne dans la pédagogie musicale Willems et l'enseignement de la flûte traversière.

Je suis également musicothérapeute diplômée du Centre International de Musicothérapie et sophrologue praticienne et communication PNL de l'école de sophrologie de Chambéry.

J'ai suivi l'enseignement du Roy Hart Théâtre pendant de nombreuses années.

Je pratique la psychophonie selon la pédagogie de M.Louise Aucher et anime des ateliers de chant prénatal et familial et d'harmonie par la voix.

Le travail de la voix est un moyen de se relier pleinement à soi-même, aux autres et à l'univers...

« Trouver sa voix c'est trouver son identité profonde, facteur d'équilibre et d'authenticité qui apporte la confiance en soi. »

Yva Barthélémy

Des temps à vivre...

Temps de ressourcement, de bien être autour de jeux vocaux, dans le plaisir du mouvement, de la danse et de la rencontre de nos voix.

Écoute de soi et de l'autre par l'improvisation vocale et sur des chants traditionnels et sacrés.

Relaxation à partir des techniques de sophrologie.

Massage sonore à partir de techniques psychomusicales.

Horaire des sessions : 9h30 à 12h30

Lieu : **Salle au-dessus de la crèche**

« Les petits Mas »

26 allée de l'Albaron

73000 Chambéry/Bissy

Coût demi-journée : 55 euros

Forfait 4 stages : 200 euros

Renseignements au : 06 10 54 11 65

Courriel: contactmpm73@gmail.com

Site : www.motspourmaux.net



Bulletin d'inscription :

Je m'inscris au stage du:

- | | | |
|---------------------------------------|-------------------------------------|--|
| ☐ 19 septembre | ☐ 17 octobre | ☐ 14 novembre |
| ☐ 05 décembre | ☐ 30 janvier | ☐ 13 février |
| ☐ 13 mars | ☐ 10 avril | ☐ 22 mai ☐ 19 juin |

et je verse **15 euros** d'arrhes à l'ordre de:

**Association «Mots pour maux»
Maison des associations
67 rue St François de Sales
73000 Chambéry**

NOM :

Prénom :

Adresse :

.....

Tel :

Courriel :