

forma voix

Vous aimez communiquer,
diriger, mais vous êtes
en apnée ?

Votre voix trahit
vos émotions et vous
souhaitez y remédier ?

Stress et anxiété sont votre
quotidien et vous rêvez
de les mettre de côté ?



Formation professions oratoires

La **relation** du sujet à sa **propre voix** est capitale, car elle témoigne de l'**intégration** de la voix à son **identité**, de la correspondance de la voix à son **caractère**.



DÉVELOPPER ET
APPROFONDIR SES
CAPACITÉS VOCALES
AU TRAVAIL



Professionnels ayant pour outils
de communication et d'échange
« leur voix »

PRÉREQUIS



Se sentir **concerné** par l'approche
de la **voix** et de la **respiration**



Se sentir **motivé** par l'approche
« thérapeutique et **sensorielle** »
de la voix

MODALITÉS



Un effectif de 8 participants
maximum



COMPÉTENCES VISÉES

- ✓ **Protéger** sa voix en apprenant à s'en servir
- ✓ **Développer** la conscience corporelle, sensorielle, **vibratoire par le son**, le souffle, le chant
- ✓ **Sentir le geste** respiratoire, vocal, en lien avec le **périnée**
- ✓ **Maîtriser** les angoisses et le stress
- ✓ **Connaître** les principes de l'**hygiène vocale**
- ✓ Éviter un **forçage vocal** et savoir l'appréhender
- ✓ Avoir de multiples outils pour la préparation du corps, la mise en **son et en voix, l'expressivité**, en direction de **publics** et de **contextes différents** : adultes, enfants, personnes âgées, personnes en difficulté

STRUCTURE DE LA FORMATION



6 jours soit 42 heures



CYCLE DE 4 SESSIONS

- 1 Module de formation théorique et pratique : 2 jours soit 14 h
- 2 Module de formation pratique : 2 jours soit 14 h
- 3 Module de formation pratique : 2 jours soit 14 h
- 4 Module de formation pratique : 2 jours soit 14 h



Chaque module a lieu à Sète (34) ou ailleurs sur devis

BUDGET →

1200 € HT

Tarif sur devis
pour les entreprises



Formation professionnelle individuelle pour les métiers de la scène

La voix est un **support de communication**; le chant un prolongement de la voix parlée. Un **geste vocal** assuré favorise les facultés vocales artistiques de chacun.



AMÉLIORER SA PRATIQUE & SA TECHNIQUE VOCALE



Chanteurs, danseurs, musiciens,
comédiens et autres artistes du
spectacle vivant

PRÉREQUIS



Se sentir concerné par l'approche
de la voix et de la respiration



Avoir une pratique
professionnelle régulière

MODALITÉS



Un effectif de 12 participants
maximum



COMPÉTENCES VISÉES

- ✓ **Protéger** sa voix en apprenant à s'en servir
- ✓ Travailler l'**interprétation** et la musicalité
- ✓ Éviter un **forçage vocal** et savoir l'appréhender
- ✓ Utiliser des outils vocaux adaptés pour la **transmission** et l'**expression** artistique et vocale
- ✓ **Définir le fonctionnement** de l'instrument corporel et vocal pour la voix parlée et chantée
- ✓ Repérer les **intentions**, l'état émotionnel et les **zones de tensions** corporelles dans un **travail vocal** ou prise de parole

STRUCTURE DE LA FORMATION



30 heures réparties sur 6 mois
Possibilité de faire 1h30 ou 2 heures



**EN SEMAINE
ENTRE 9 H ET 19 H
DU LUNDI AU VENDREDI**
À définir avec le participant



Sète ou Montpellier
ou en visioconférence

BUDGET →

1800 € TTC

Cette formation peut être prise en charge dans le cadre de dispositif de financement de la formation professionnelle telle que **l'AFDAS, Uniformalion, OPCA**).

Si vous ne disposez pas de prise en charge, veuillez me contacter directement.



Formation pour les sages-femmes, les doulas et les professionnels de la périnatalité

*Prévenir et d'agir consciemment
sur l'utilisation du périnée et de la
voix pendant la grossesse.*



SE FORMER À LA MÉTHODE DU SOUFFLE PRÉNATAL



Les sages-femmes, les doulas, les
accompagnantes en périnatalité

PRÉREQUIS



Avoir les patientes enceintes, en
postnatal, en PMA



Se sentir concerné par l'approche
de la technique de **respiration** et
de la voix



Se sentir motivé par l'**éducation
thérapeutique** du patient

MODALITÉS



Un effectif de 8 participants
maximum



COMPÉTENCES VISÉES

- ✓ Apprendre aux professionnels de la périnatalité le **bon geste respiratoire** à adopter pour une meilleure grossesse et un bon accouchement en lien avec le **périnée**
- ✓ **Développer** la conscience corporelle, **sensorielle**, vibratoire par le son, le **souffle**, le chant
- ✓ Travail sur les **angoisses** et le **stress**
- ✓ Avoir des notions en **naturopathie**

STRUCTURE DE LA FORMATION



30 heures réparties sur 6 mois
Possibilité de faire 1h30 ou 2 heures



**3 MODULES DE 14 HEURES
CHACUNE ORGANISÉE SUR
2 JOURNÉES CONTINUES, SOIT
42 HEURES DE FORMATION**

Formation en présentiel, alternant des temps de réflexion sur la pratique et l'expérience, des exercices et des mises en situation pratiques

Possibilité de visioconférence sous justificatifs



Sète ou sur devis

BUDGET →

750 € HT



Plan de formation collective pour les professionnels de l'éducation nationale

Soutenir *les enseignants* dans leur volonté **de prévenir et d'agir** consciemment sur l'utilisation de leur **voix** «*outil majeur professionnel*».



APPRENDRE À PLACER SA VOIX PARLÉE



Enseignants des premier et second degrés

PRÉREQUIS



Se sentir concerné par l'approche de la voix et de la respiration



Avoir une pratique professionnelle régulière

MODALITÉS



Un effectif de 12 participants maximum



COMPÉTENCES VISÉES

- ✓ **Sensibiliser** les enseignants à leur outil de travail, la voix
- ✓ Développer la **conscience corporelle, sensorielle**, vibratoire par le son, **le souffle**, le chant
- ✓ Sentir **le geste respiratoire**, vocal, en lien avec le **périnée**
- ✓ Travail sur les **angoisses et le stress**
- ✓ **Apprendre** les principes de l'**hygiène vocale**
- ✓ Savoir reconnaître un **forçage et comment l'éviter**

STRUCTURE DE LA FORMATION



9 h 30-12 h 30 et 14 h-18 h 00



CYCLE DE 4 SESSIONS

Formation en présentiel, alternant des temps de réflexion sur la pratique et l'expérience, des exercices et des mises en situation pratiques

- 1 Module de formation théorique et pratique : 1 jour soit 7 h
- 2 Module de formation pratique : 1 jour soit 7 h
- 3 Module de formation pratique : 1 jour soit 7 h
- 4 Module de formation pratique : 1 jour soit 7 h



Sète ou sur devis

BUDGET →

600 € HT - soit 150 € HT/module

Cette formation peut être prise en charge dans le cadre de dispositif de financement de la formation professionnelle telle que **l'AFDAS, Uniformation, OPCA**).

Si vous ne disposez pas de prise en charge, veuillez me contacter directement.



Formation professionnelle collective pour les métiers de la scène

La voix est un **support de communication**; le chant un prolongement de la voix parlée. Un **geste vocal** assuré favorise les facultés vocales artistiques de chacun.



AMÉLIORER SA PRATIQUE & SA TECHNIQUE VOCALE



Chanteurs, danseurs, musiciens,
comédiens et autres artistes du
spectacle vivant

PRÉREQUIS



Se sentir concerné par l'approche
de la **voix et de la respiration**



Se sentir motivé par l'approche
«thérapeutique» de la voix

MODALITÉS



Un effectif de 4 participants
minimum et 8 maximum



COMPÉTENCES VISÉES

- ✓ **Protéger** sa voix en apprenant à s'en servir
- ✓ Travailler l'**interprétation** et la musicalité
- ✓ Éviter un **forçage vocal** et savoir l'appréhender
- ✓ Utiliser des outils vocaux adaptés pour la **transmission** et l'**expression** artistique et vocale
- ✓ **Définir le fonctionnement** de l'instrument corporel et vocal pour la voix parlée et chantée
- ✓ Repérer les **intentions**, l'état émotionnel et les **zones de tensions** corporelles dans un **travail vocal** ou prise de parole
- ✓ Avoir des notions en naturopathie pour garder une hygiène vocale saine

STRUCTURE DE LA FORMATION



63 h
9 h 30-17 h 00



CYCLE DE 3 SESSIONS

- 1 session de 3 jours
- 1 session de 3 jours
- 1 session de 3 jours



Sète ou Montpellier
ou en visioconférence

BUDGET →

1470 € HT

Cette formation peut être prise en charge dans le cadre de dispositif de financement de la formation professionnelle telle que **l'AFDAS, Uniformation, OPCA**).

Si vous ne disposez pas de prise en charge, veuillez me contacter directement.



Qui est Marine CHABOUD ?

Marine Chaboud est artiste lyrique, professeure de chant et naturopathe spécialisée dans les troubles vocaux et les cycles de la femme.

Après 20 ans de carrière lyrique, elle s'oriente vers l'enseignement, **la transmission** et la rééducation vocale.

Elle est formatrice pour auprès des secteurs privés et publics. Titulaire d'un « DU » dans les troubles vocaux chez les professionnels oratoires. **Créatrice de la méthode de préparation à l'accouchement « Le Souffle prénatal »** et accompagnatrice certifiée en chant prénatal, **elle accompagne les futurs parents en cabinet sur Sète, Montpellier et en visio.**



Contact

 **Sète** - 53 rue Jean Jaurès / ailleurs sur devis.

 06 03 08 98 40

 chaboudm@gmail.com

 www.marine-chaboud.fr
www.marinechaboud-naturopathie.com

 @marinechaboud /  @marinechaboudsouffleprenatal34

