



Cocon du chanteur

Par la pratique d'exercices corporels, sensoriels, de vocalises en lien avec les points-clés du « corps-instrument » (points du chanteur), nous travaillerons notre ancrage, développerons nos axes vertical et horizontal et mobiliserons notre énergie afin de faire résonner et rayonner notre voix

« *La Respiration : nous nous recréons à chaque souffle* »

- ouvrir les espaces respiratoires dans tous les étages du corps
- mobiliser et assouplir le diaphragme pour libérer le jeu expressif
- harmoniser, moduler, allonger, gérer son souffle et ses émotions par la pratique de la respiration olfactive et sa mise en œuvre dans le chant



Avant d'émettre, nous sommes récepteurs et ceci par tous nos sens. « Nous sommes un instrument vibrant »

« ...Chanter, c'est aussi avoir une meilleure conscience de son corps grâce au travail d'harmonisation de la respiration, des postures et des émotions... » - Marie-Louise Aucher

« Les pieds sur terre, la tête au ciel, entre les deux l'homme est transformateur d'énergie » MLA

Renseignements pratiques :

lieu : « Accueil Saint Joseph –Sœurs de Marie Réconciliatrice »

Impasse sous les vallées
37210 Rochecorbon (proche de Tours 37)

horaires : samedi 25 avril - 9h pour accueil des participants / stage 9h30 - 18h
ET dimanche 26 avril 9h30 - 13h

tarif : 150€ + 10€ adhésion obligatoire à l'association « À Fleur de Son »

* *incluant partitions - paroles des chants et textes proposés et collations tout au long du week-end*

(**inscription obligatoire : cf bulletin ci-joint**)

repas samedi midi : à prévoir avec possibilité de cuisiner sur place – dîner libre samedi

hébergement : possibilité location chambre individuelle sur place : voir [lien ci-dessous](https://www.guidestchristophe.com/hebergements/centre-val-de-loire/accueil-saint-joseph-soeurs-de-marie-reconciliatrice.html)

OU chambres d'hôtes, hôtels, gîtes dans la région...

*** *nombre de participants limité à 15 personnes*

**** *prévoir tenue souple + pull + chaussures souples/ chaussons ou chaussettes pour la pratique en salle, tapis de sol + un plaid + petit coussin relaxant yeux + bouteille d'eau + de quoi écrire ET enregistrer si besoin*

FORMULE 2026 !!!

« Le Corps-Instrument »

« **expression vocale parlée et chantée, créativité vocale & impro !** »

stage basé sur la Psychophonie

Marie-Louise Aucher®

et proposé par l'association



Coanimé par Véronique Bernier
Animatrice en Psychophonie MLA
&

Jean-Marc Gouraud, Musicien et Chanteur

25 & 26 Avril 2026 à Rochecorbon (37)

Contact & Renseignements :
asso.a.fleur.de.son@gmail.com
06 72 34 53 75



Véronique Bernier



Jean Marc Gouraud

Choriste soprano dans un grand chœur tourangeau, elle participe à des concours internationaux et tournées musicales en France et à l'étranger. Elle cofonde l'Octuor Vocal de Tours, spécialisé dans la musique baroque et renaissance. En 1996, elle découvre la Psychophonie qui lui permet d'**explorer le corps en tant qu'instrument vibrant, vivant, conscient**. Elle devient, en 2006, animatrice en Psychophonie M-L Aucher®, crée et anime en Touraine les « Ateliers de la Voix ». Sensible au rapport du corps avec le son et la vibration, elle exprime et partage sa façon de se vivre mieux, grâce au chant et explore sa propre créativité. Il lui tient à cœur de témoigner, transmettre et partager de ce que la Psychophonie lui apporte et les multiples bienfaits de cette approche vocale du « corps-instrument », grâce au travail holistique qui s'opère en la pratiquant. Elle s'intéresse tout particulièrement aux changements physiques et psycho-émotionnels que cette pratique procure sur des personnes rencontrant des problèmes de santé. Convaincue des effets thérapeutiques de cette approche, **elle la définit comme « source d'espoir et longueur d'ondes nourrissantes et créatrices ».**

Entré au C. N. R. de Nantes en percussion en 1974, il se dirige vers le jazz en 1982 et privilégie batterie et vibraphone. Obtenant le DEM de jazz à Tours avec Guillaume De Chassy en 2007 il se produit parallèlement sur les scènes régionales dans des formations de musiques cubaines, jazz, soul, rock. Il cherche alors à relier son goût de l'éclectisme avec des musiques enracinées culturellement. Actuellement il joue dans le duo Pop-rock SliM & LéOn avec Emmanuel Berthault, évoluant de la rue à la scène. La rencontre en 2008 avec Annie Paris, Chanteuse et Psychophoniste, est la découverte de la Psychophonie (3 degrés accomplis). C'est pour lui l'occasion de laisser libre cours à sa créativité rythmique. Il rentre en 2016 dans le trio AmoRosa, autour du répertoire Arabo-andalous et Séfaraide. (un deuxième CD est sorti en 2023). Il a accompagné au piano et percussions, à Tours de 2017 à 2021, les ateliers vocaux de Véronique Bernier, praticienne de groupe en Psychophonie MLA et continue en solo en Touraine, en s'attachant à perpétuer le plaisir de chanter initié par elle. Il donne des cours de batterie, anime des ateliers de musique amplifiée et de musique latine dans deux écoles tourangelles de musique auprès d'adolescents et d'adultes.

Objectifs du week-end :

- se détendre, se masser avec nos propres vibrations
- découvrir les points de résonance interne et d'amplification naturelle de la voix
- renforcer notre axe vertical, notre ancrage, notre tonus en chantant
- réveiller, ouvrir, faire circuler l'énergie dans le corps
- prendre plaisir à moduler sa voix, à jouer de ses couleurs expressives
- explorer sa voix parlée
- laisser s'exprimer sa propre créativité vocale
- se faire confiance dans l'impro vocale
- découvrir progressivement toute une géographie corporelle des sons

Programme : une nouveauté !

- nous poursuivrons la découverte et le ressenti de la Voix Intime, la Voix Adressée et la Voix Partagée
- nous explorerons la voix parlée par des exercices ciblés avec supports de textes variés
- nous explorerons par petits groupes la créativité vocale en utilisant l'univers du Conte, via un support original
- bonne humeur, légèreté et bienveillance garanties !