

# « Quand la voix En-Chante le Corps »

Stage animé par Carole Paulin  
Les 18 et 19 Mai 2019



## SIDONY VOX



N° SIRET : 822 776 290 00014

Carole Paulin  
Le Collet St Jean La Rivière 06450 Utelle

@ : [sidonyvox@yahoo.com](mailto:sidonyvox@yahoo.com)

Tel : 06 10 28 84 92

[www.sidonyvox.fr](http://www.sidonyvox.fr)

Carole est diplômée du conservatoire d'art dramatique (06) et a obtenu un certificat de la Tchekhov International Theatre School in Melikhovo (Russie). La recherche vocale la passionne. Après une approche de la « pneumaphonie » de S. Wilfart, elle rencontre le « Roy Hart Theatre » et la performance vocale. Membre associé du CAIRH (Centre artistique international Roy Hart) depuis 2013, elle y poursuit une recherche sur la voix, sur la pédagogie de la voix et y fait des résidences artistiques. Comédienne, conteuse et performeuse vocale, Carole pratique le chant lyrique, écrit des spectacles, chansons, poèmes et autres textes. Elle accompagne des acteurs, chanteurs et conteurs dans leurs créations. Elle a un DE en psychomotricité.

### -Présentation

La voix dès notre naissance se trouve "sculptée" par notre environnement (humain, matériel et géographique). Nos expériences physiques et émotionnelles polissent sa forme. De là nous développons et atrophions certains aspects de notre voix et aussi de notre corps. Nous privilégions certains canaux et en délaissions d'autres. Comment libérer notre potentiel expressif, créatif ? C'est l'objet de ce stage. Trouver la voie/voix dans le labyrinthe de notre corps et de nos émotions, passer les obstacles et sortir des impasses pour expérimenter le chant/champ immense de nos possibilités vocales.

### -Objectifs principaux

- Prendre contact avec son "corps expressif".
- Trouver sa voix « naturelle » ou voix « pure ».
- Explorer, étendre son registre vocal et y prendre plaisir.

### -Les grands axes de travail

- Exploration corporelle : Relaxation, mouvement, rythme...
- Respiration : Amplitude, zones, relâchement du diaphragme...
- Voix « naturelle » : Exploration de ses capacités vocales (tessitures, timbres, textures, couleurs, puissance ...) par des exercices vocaux, des jeux de corps (mouvements, contact...) et l'imaginaire (personnages, atmosphère, situations...).
- Improvisation.
- Recherche avec un support : Chaque participant(e) est invité(e) à apporter une chanson (connue par cœur) pour faire un passage individuel.

### -Durée et public

Samedi 18 Mai 14h -18h et dimanche 19 Mai 10h00 -13h00 et 14h30 - 17h30 (10h de stage).  
Pause repas partagée.

Ce stage s'adresse à toutes personnes pratiquant une activité artistique amateur ou professionnelle et à toutes celles désireuses de découvrir leur voix.  
8/10 participants maximum.

### -Coût de la formation

110€/ 10h de stage

### -Lieu

Café-Théâtre Les Loges 18 avenue Thiers 06000 Nice

### -Modalités d'inscription

Envoyez un email à : [sidonyvox@yahoo.com](mailto:sidonyvox@yahoo.com)  
Inscription validée à réception d'un chèque d'arrhes de 50€ à l'ordre de:

Carole Paulin

Le Collet St Jean La Rivière 06450 Utelle