



BRIN DE BRIO - <https://ressourcesdelavoix.wixsite.com/voix>

**« Aux plaisirs de la Voix »
Stage de Polyphonie et d'improvisation vocale
A la Bergerie Joseph**



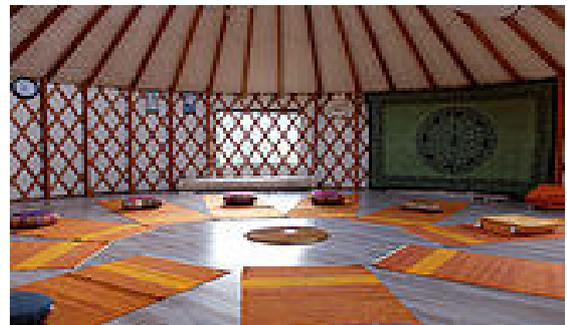
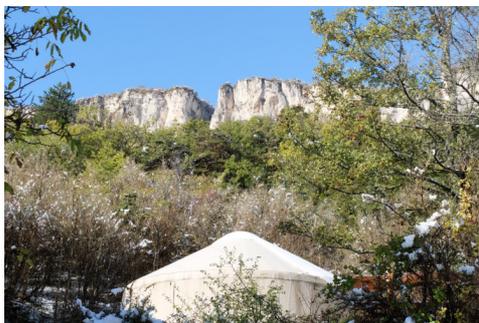
La voix est à la fois le reflet de notre capacité à écouter et le reflet de notre vie émotionnelle.

L'expression vocale est un outil de recharge et de décharge de nos tensions intérieures. Elle permet d'unifier le corps, le cœur et l'esprit.

La voix nous éveille à de multiples ressentis venant des profondeurs de l'être, ces explorations sont de véritables opportunités d'être touché par une énergie revitalisante et ressourçante

Chaque souffle, chaque son, chaque toucher nous enseigne sur nos limites et nos potentiels.

Nos résonances vocales et corporelles nous invitent à être dans la vie !



Chaque journée commencera par un échauffement vocal et corporel suivi de différents jeux pour faire sonner les voix, afin de nous permettre de partager la richesse des sonorités, Polyphonies de tradition orale, Co-improvisation, Circlesong...



BRIN DE BRIO - <https://ressourcesdelavoix.wixsite.com/voix>



Pédagogue et éducatrice de formation, Cathy CRITICOS est passionnée de chant depuis son enfance, et se perfectionne dans les polyphonies traditionnelles en partant à la rencontre des voix géorgiennes, bulgares, italiennes, corses avec Barbara Fortuna, Svétanka Varimoza, Giovanna Marini, Brigitte Gardet...



L'écoute, le tissage des voix et l'exploration de soi à travers l'improvisation sont ses domaines de recherche. Elle appuie sa pratique du chant sur une boîte à outils simple et efficace : « les mécanismes de la voix », qui met en mouvement l'ensemble du corps pour permettre à chacun de trouver sa voix. Également praticienne en réflexologie et massage énergétique, elle se forme à l'école de « la voix énergie » et devient Art thérapeute par la voix et l'expression scénique. Persuadée que chanter est la plus merveilleuse des ressources vitales, elle pratique et aime faire pratiquer le chant spontané.

En savoir plus : « Brin de Brio » <https://ressourcesdelavoix.wixsite.com/voix>



BRIN DE BRIO - <https://ressourcesdelavoix.wixsite.com/voix>

« Venez faire l'expérience de cette formidable source d'énergie qu'est votre voix ! »

Stage ouvert à tous, aucun prérequis n'est exigée, venez avec votre envie et votre voix

Groupe de 8 à 10 personnes / 6H de pratique par jour / horaires à définir ensemble

**Du vendredi 11 août - début du stage 14h
au lundi 14 août - fin du stage 14h**

Il vous sera demandé de respecter au mieux les horaires de début et de fin de stage

Prix : 200€ (coût pédagogique + location Yourte)

Renseignements : docathel@hotmail.fr / Cathy 06 30 41 09 38

Pour réserver votre participation : envoyer le bulletin ci-dessous complété accompagné d'un chèque d'arrhes de 100 € (Remboursable à hauteur de 80€ jusqu'au 1 juillet 2023 / passé cette date les arrhes ne seront plus remboursables)

A l'ordre de C Criticos, à l'adresse suivante :

51 Grand'rue Le Village 26400 EURRE

Accueil : à La Bergerie Joseph (Tel : 04 75 43 63 02)
entre 12h et 14h le premier jour et jusqu'à 15 h le dernier jour
Possibilité d'arriver la veille n'hésitez pas à téléphoner

Accès jusqu'au lieu du stage :

En voiture : * **Si vous venez du Sud** de Valence, (sortie autoroute de Loriol). Prendre la nationale direction Die. A un rond point prendre à gauche Mirabel et Blacon, puis à droite Beaufort sur Gervanne, puis Plan de Baix.

* **Si vous venez du Nord** de Valence. Sortie d'autoroute n°14 (Valence Nord-Bourg les Valence). Monter par le Col des Limouches (alt1089 mètres) pour rejoindre le village de Plan de Baix.

* **Si vous arrivez de l'Est**, longer le Vercors jusqu'à St Jean en Royans. Monter jusqu'à Léoncel (abbaye cistercienne à visiter), puis La Vacherie, Plan de Baix.

Quand vous arrivez au village de Plan de Baix,

Prendre la « route des gorges » direction Oublèze, Moulin de la Pipe.



BRIN DE BRIO - <https://ressourcesdelavoix.wixsite.com/voix>

Faire 2.4 km et prendre la deuxième voie à droite : un chemin non goudronné qui descend en épingle à cheveux. Boîte aux lettres attachée à un arbre à l'entrée du chemin avec le N°2400. Descendre sur 300 mètres (chemin carrossable), jusqu'à une plate-forme où il faut se garer. A pieds prendre le chemin de gauche sur environ 50 mètres puis tourner à droite. La grande yourte est cachée sur la droite !

En train : à 45 minutes de la gare de Valence TGV, à 35 minutes de la gare de Crest . Taxi subventionné à partir de la gare de Crest : 5 € / personne (à réserver après du Conseil Général de la Drôme 48h à l'avance au 04 28 61 26 26).

Equipement individuel :

- **pour les balades dans la nature** : petit sac à dos, chaussures de marche, pantalon, short, veste polaire, coupe vent et cape de pluie, chapeau et lunettes de soleil, crème solaire, maillot de bain et serviette (baignade possible dans les cours d'eau), gourde.
- **pour les pratiques vocales** : des vêtements amples, votre caisse de résonance corporelle, vos cordes vocales, votre souffle , tout est déjà en vous !
- **pour la nourriture** : le refuge est équipé d'une cuisine comprenant un frigo, une gazinière avec four, des plaques de cuisson, la vaisselle, bouilloire et cafetière, des gamelles pour cuisiner... Il ne vous reste plus qu'à prévoir vos courses pour le séjour. La nourriture est souvent mise spontanément en commun entre stagiaires.

Si vous souhaitez un massage : possibilité sur place avec une praticienne formée (non compris dans le coût du stage)





BRIN DE BRIO - <https://ressourcesdelavoix.wixsite.com/voix>

BULLETIN D'INSCRIPTION

Séjour « Aux plaisirs de la Voix »

du 11 au 14 août 2023 dans le Vercors

Coût pédagogique : 200€ (10€ d'adhésion à l'association « Brin de Brio »)

J'ai bien pris connaissance que je deviens adhérent(e) à l'association Brin de Brio

Moyen de locomotion : _____

Je propose un covoiturage à partir de _____

Je cherche un covoiturage à partir de _____

Je souhaite être hébergé sur place : en camping : 10€/nuit avec ma propre tente, 15€/nuit avec une tente déjà sur place, dans la caravane ou au refuge (chambre 4 lits) , 30 à 20€/nuit dans la petite yourte ou le tipi (2 ou 3 pers).

(Entourer votre souhait Les attributions se feront par ordre d'arrivée des demandes).

Nom Prénom :

Adresse :

Tel :

Mail :

Profitez de cet espace pour nous faire part de vos éventuelles questions, souhaits, **compétences** partageables, ou particularités personnelles (choix ou intolérance alimentaire, état de santé...)

Signature :