



Sophie Dubois : musicothérapeute psychopraticienne

Thérapie corps et voix

Chant spontané

Éveil de la voix

« Mon approche est à la croisée de la pédagogie vocale et des thérapies artistiques et psycho-corporelles. Que j'accompagne en individuel ou en groupe, chaque situation de créativité permet de révéler des possibilités infinies vers davantage d'Être au monde et de réalisation de soi. Créer, chanter, danser, improviser opère une transformation profonde et devient un outil supplémentaire de la thérapie ou d'un cheminement spirituel. La voix, le souffle, le corps font alors partie intégrante du processus thérapeutique et ce cheminement nous relie à notre nature profonde et sacrée. »

Sophie Dubois

Contact de l'association : Association Solfie - 27 Terrasses du Lycée - 07100 Annonay
Mail : contact@sophiedubois.fr
Informations, ateliers voix et stages, dans l'année : www.sophiedubois.fr

Graphisme : emilliedupas.com - Crédits photos : Gérard Berne, Jonathan Baumgard - Imprimé sur du papier recyclé - Ne pas jeter sur la voie publique.



sophie dubois

MUSICIENNE FORMATRICE MUSICOTHÉRAPEUTE



Atelier chant/voix

Chanter c'est se relier à Soi et aux autres... Les vibrations et énergies du groupe permettent la détente et la confiance nécessaires pour révéler votre voix et trouver l'harmonie. Les échauffements offrent une attention particulière au corps instrument, au souffle et aux émotions. Le chant spontané est un moyen vivant de laisser ce qui est là se révéler.

Vocalises, chants du monde, harmonie des cœurs et du chœur...

tarif : 130€*/trimestre Atelier hebdomadaire sur Montélimar

Accompagnement individuel

Éveil de la voix - chant spontané

Vous méconnaissiez votre voix ? Vous croyez chanter faux ? Vous souhaitez libérer votre expression et votre créativité ? Le travail du chant et de la voix est un véritable processus de transformation et d'évolution personnelle car la voix révèle l'Être dans sa profondeur et son intime.

tarif : 55€* /1h Sur rendez-vous, à Lyon et à Montélimar

Accompagnement à la respiration sous induction musicale

Respiration holotropique

La musicothérapie fait le lien entre corps, souffle et musique, et dans cette voie la Respiration holotropique est un outil précieux. En associant travail du souffle et musique rythmée, cette technique fait surgir des images enfouies au plus profond de nous, qui pèsent et qui nous freinent, et favorise un voyage intérieur et libérateur, et quelques pas de plus sur notre chemin de conscience. Elle permet aussi d'entrer en contact avec l'inconscient collectif et avec notre dimension spirituelle, qui élargissent l'horizon de notre vie personnelle.

tarif : 100€* la séance de 1h45 Séances sur rendez-vous, nous contacter

Accompagnement individuel

Thérapie psychocorporelle

Entreprendre une thérapie, c'est partir à la découverte de notre Être profond, c'est aller à la rencontre de Soi et se laisser surprendre... Parfois cela nécessite de cesser de s'identifier à notre histoire pour renouer avec toutes nos potentialités.

Le travail proposé permet d'être mieux en relation à soi et au monde. Il s'agit d'éclairer votre façon singulière d'être au monde, pour pouvoir traverser avec joie et avec cœur les expériences que la vie vous amène... et vous découvrir plus grand, plus complet que ce que vous croyez être.

tarif : 60€/h Sur rendez-vous, à Lyon et à Montélimar

Cercles de femmes

Un temps de parole, de conscience et de partage entre femmes pour réenchanter notre féminin.

tarif : 20€/soirée 2 fois par mois (de 19h30 à 21h30)

Stage Voix et Biodanza

Les 13 et 14 décembre 2014

Avec Olivier Hummel, facilitateur Biodanza.

Stages Voix en week-ends et stages d'été

« Chanter sa nature profonde », en Drôme ou en Ardèche.
« La voix, chemin de conscience », en Drôme ou en Ardèche.

Renseignements sur les stages et les conditions sur le site www.sophiedubois.fr ou contact@sophiedubois.fr

* Après adhésion à l'association Solfie (10€)