



Les **résonances** du corps :

## **STRUCTURES, VOIX et EXPRESSIVITE**

**Sophie HIERONIMUS / Benoit LESAGE**

**DATES : 3-7 juin 2026 (32 heures)**

**Lieu : Echay**

### ~ **PRESENTATION**

La voix naît au creux du corps, elle nous confère une *identité vocale*, liée à notre morphologie, à nos qualités tissulaires, à la tonalité de nos expériences et rencontres. Chacun développe sa voix, pour les plaisirs sensoriels qu'elle procure, mais aussi et surtout pour ce qu'elle permet d'exprimer voire d'adresser, de sens et d'émotion.

L'exploration de la voix est aussi celle du corps, du mouvement, de la respiration, de la posture.

Son expressivité est **un laboratoire relationnel** : A qui adressons-nous la voix ? Comment moduler ce que nous exprimons ainsi ? Selon quelles tonalités et quelles tonicités ?

En quoi cette exploration nous permet-elle d'affiner notre accordage et nos propositions thérapeutiques dans notre dialogue avec nos partenaires en difficulté, nos élèves ? La question est au cœur de toute pratique professionnelle dans le champ thérapeutique, artistique ou pédagogique.

Quels jeux relationnels peuvent s'appuyer sur la voix ?

Ce stage propose une approche expérientielle de la voix et du mouvement, appuyée par des références précises au niveau des structures du corps.

Comprendre et explorer les liens entre voix et :

- Axialité: se donner les moyens d'éprouver et construire la dynamique posturale, des pieds à la tête, pour une voix saine et en mesure de développer puissance et expressivité
- Organicité : lieux d'émission et de réception de la voix, incidences tonico-émotionnelles de l'expression vocale

Qu'est-ce que l'usage de la voix apporte à la structuration psychocorporelle, et de quels étayages psychocorporels la voix a-t-elle besoin pour s'épanouir ?  
Quels jeux relationnels peuvent s'appuyer sur la voix ?

### ~ **OBJECTIFS ET COMPETENCES VISEES :**

**Comprendre et explorer les liens entre voix et :**

- Axialité: se donner les moyens d'éprouver et construire la dynamique posturale, des pieds à la tête, pour une voix saine et en mesure de développer puissance et expressivité
- Organicité : lieux d'émission et de réception de la voix, incidences tonico-émotionnelles de l'expression vocale

•Qu'est-ce que l'usage de la voix apporte à la structuration psychocorporelle, et de quels étayages psychocorporels la voix a-t-elle



besoin pour s'épanouir ?

•Quels jeux relationnels peuvent s'appuyer sur la voix ?

### ~ A l'issue de la session, la stagiaire

A l'issue de la formation, la stagiaire

- pourra conduire et colorer sa propre émission sonore,
- pourra en repérer l'impact sur l'autre,
- pourra repérer et savoir moduler la qualité tonico-posturale d'un patient ou élève,
- pourra élaborer et mettre en œuvre des propositions de travail individuelles ou groupales.
- connaîtra certaines techniques d'improvisation et de construction vocale



### ~ CONTENUS ET METHODOLOGIE DE LA FORMATION :

Pratique : Dispositifs d'exploration corporelle faisant appel au mouvement et à la voix:

- Techniques de modulation de la voix, approfondissement des liens entre posture, axialité, voix.
- Jeux d'expression et d'improvisation vocale - Dispositifs d'interaction au sein du groupe.

Elaboration : Après chaque exploration, évaluation de l'expérience personnelle pour dégager les processus mobilisés, les objectifs pédagogiques et thérapeutiques

Synthèse :

Synthèse théorique insistant sur les liens théorico-pratiques et pratico-cliniques

Evaluation et analyse des acquis théoriques et pratiques

Proposition d'entretien individualisé avec les stagiaires pour dégager des axes d'amélioration

Suivi post-stage sous forme d'échanges internet (entretiens, envois de documents).

### ~ MODALITÉS DE SANCTION DE LA FORMATION :

- Feuilles de présence signées chaque demi-journée par les stagiaires et le formateur
- Attestation de présence individuelle
- Auto-évaluation des stagiaires en fin de stage par questionnaire de satisfaction à chaud et à froid (bilan pédagogique et bilan administratif)
- Suivi post-stage sous forme d'échange de mail (ou par téléphone ou visiocontact internet) : analyse de pratique et communication de documents complémentaires personnalisés

### ~ PUBLIC ET PRE-REQUIS

- Professionnels de la relation d'aide engageant une médiation corporelle.  
Sont particulièrement concernés les psychomotriciens, éducateurs, infirmiers et autres paramédicaux qui souhaitent mettre en place des groupes de Danse-Thérapie ou de travail corporel en institution.

- Enseignants en danse ou techniques de mouvement
- Danseurs ou artistes qui souhaitent travailler en milieu institutionnel dans une visée thérapeutique ou psychopédagogique.

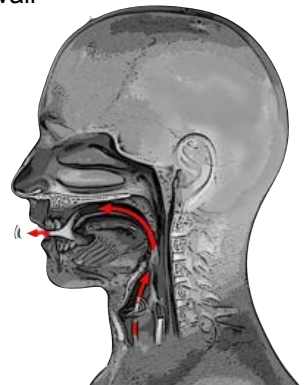
Aucun niveau technique n'est requis (Niveau d'études : bac ou équivalent conseillé)

-**HORAIRES** : 9h-12h30 et 14h30-18h30

J1 début à 14h – J5 : 9h-13h

-**Volume horaire total** : 43 heures

-**LIEU** : La Pierre / Echay - 25440



### TARIFS (sessions février et juin) :

- **Prise en charge employeur : 1070€**
- **Libéraux prise en charge FIFPL : 850€**
- **Personnes auto-financées : 570€**

**Réduction 70€ pour les personnes qui logent sur place.**

**INSCRIPTIONS et RENSEIGNEMENTS :** Benoit Lesage 06 74 51 37 84 [lesage.irpecor@sfr.fr](mailto:lesage.irpecor@sfr.fr)

**Acompte :** 150€ (remboursable jusqu'à deux mois avant le début du stage)

### ~ FORMATEURS :

#### • **Sophie HIERONIMUS (Paris)**

Psychomotricienne, chanteuse, coach vocal

Après une carrière de comédienne, chanteuse et danseuse, elle a travaillé plusieurs années en CMPP, et depuis en libéral auprès d'adultes et d'enfants. Formée en gymnastique holistique (Ehrenfried) et en psychophonie (ML Aucher), en anatomie et anatomie pour la voix (B. Calais-Germain, B. Lesage, EFEAC), et ayant approfondi le travail de la voix auprès de divers chanteurs (chant lyrique, variété, chant polyphonique a cappella, improvisation), elle enseigne et utilise la médiation voix en groupe comme en individuel.

Certifiée en Analyse du mouvement selon Laban-Bartenieff (pré-requis). Formée en Danse-Thérapie (IRPECOR)

Chargée de cours au cursus de psychomotricité de Paris VI-Salpêtrière Sorbonne Université, (anatomie, voix, TD expressivité 2004-2022). Est intervenue dans divers IFSI (formation en soins infirmiers, 2003 - 2006), en école d'EJE (éducateurs de jeunes enfants et éducateurs spécialisés, 2007 - 2011), et à Paris V – René Descartes (licence danse, cursus art-thérapie, 2002 – 2005)

Formatrice en institution, pour des associations de psychomotriciens et pour des organismes de formation référencés. Parallèlement à son activité de thérapeute, elle poursuit son travail artistique de chanteuse au sein de l'ensemble vocal des Parisian Harmonists. Elle donne des ateliers et stages de chant tout public centrés sur la globalité de l'engagement corporel, et développe une activité de coach vocal pour les professionnels de l'art oratoire (comédiens, chanteurs, avocats, enseignants) et en entreprise.



**Aucun niveau technique n'est requis**

Niveau d'études : bac ou équivalent conseillé

#### • **Benoît LESAGE (Jougne) :**

Docteur en Sciences Humaines, médecin, médecin du sport, danseur, danse-thérapeute, membre fondateur de la Société Française de Danse-Thérapie (Full member of European Dance-Therapy Association). Certifié en Analyse du mouvement selon Laban-Bartenieff (pré-requis) Titulaire de la Dispense du Diplôme d'Etat de Danse, Médaille d'or aux rencontres Internationales de la Fédération Française de Danse (1989) Médecin fédéral de la Fédération Française de danse (1990-1991)

Chargé de cours au cursus de psychomotricité de Paris VI-Salpêtrière (depuis 2000)

Maître de conférences à la faculté des sports de Reims (1993-1997) a été chargé de cours à Paris V-René Descartes (licence danse, cursus art-thérapie), à l'UFR de psychologie de Reims (DU de psychologie du sport). Intervient de façon régulière dans les formations européennes de danse-thérapie (Italie, Suisse) et les colloques universitaires (Milan, Evora, Bruxelles, Genève). Est intervenu dans les formations aux diplômes d'Etat de danse, de tai-chi-chuan et de Qi Gong. Fondateur et directeur d'IRPECOR (1997).

Auteur de *La Danse dans le Processus Thérapeutique* (Ed Erès 2006), de *Jalons pour une pratique psychocorporelle / Structure, Etayage, Mouvement et Relation* (Ed Eres 2012) et de *Un corps à construire* (Ers 2021), et de *Anatomie Psychomotrice* (2024 DeBoeck Sup). Auteur de nombreux articles depuis 1997 (plus de 50 publications dans des revues à comité de lecture et actes de colloques internationaux). Exercice de la médecine générale en cabinet libéral. Est intervenu de façon régulière et hebdomadaire en pédopsychiatrie (CHU) et dans diverses institutions recevant des personnes porteuses de handicaps divers (moteur, sensoriel, psychiatrique) Formateur en institution et pour le compte de divers organismes de formation référencés.





## Les **résonances** du corps : **STRUCTURES, VOIX et EXPRESSIVITE**

### PROGRAMME DETAILLE

#### **J1**

##### *Matin*

Accueil / Présentation du stage et des objectifs.

Pratique corporelle : Fonder le groupe / Accordages par le mouvement et la voix

##### *Après midi*

Elaboration théorico-clinique du travail du matin-

Pratique corporelle : - La voix / exploration

- Les organes de la respiration

#### **J2**

##### *Matin*

Pratique corporelle : posture, respiration, voix

Elaboration théorico-clinique de l'expérience

##### *Après-midi*

Jeux relationnels et voix

##### *Matin*

Pratique corporelle : les organes de la voix

##### *Après-midi*

Modulation vocale : expressivité

Dispositif d'échange et d'élaboration théorico-pratico-clinique

#### **J4**

##### *Matin*

Travail corporel axé sur les organes abdominaux

Dispositif d'échange et d'élaboration théorico-pratico-clinique

##### *Après-midi*

Composition individuelle et groupale vocale

Dispositif d'échange et d'élaboration théorico-pratico-clinique

#### **J5**

##### *Matin (9-13h)*

Pratique corporelle : synthèse des éléments travaillés durant la session

Bilan individuel et questions

Rituel dansé



## STAGES DE FORMATION / FORMULAIRE D'INSCRIPTION :

<b>STAGE:</b>	Les résonances du corps			
<b>DATES :</b> 3-7 juin 2026	<b>LIEU :</b> ECHAY			
<b>NOM :</b>	<b>PRENOM :</b>			
<b>ADRESSE:</b>				
<b>TEL:</b>	<b>MAIL :</b>			
<b>INSCRIPTION :</b>				
<b>PRISE EN CHARGE PAR L'EMPLOYEUR (Formation continue) :</b>	A voir avec AFPUP (organisme certifié QUALIOP1) : <a href="http://www.AFPUP.org">www.AFPUP.org</a>			
		Chèque	Virement	autre
Pour les personnes se finançant elles-mêmes (ou en prise en charge FIFPL) et bénéficiant à ce titre du tarif préférentiel :	<b>Acompte :</b> 150€ annulable jusqu'à deux mois avant le stage et jusqu'à la veille en cas de force majeure			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tout désistement, pour être indiscutable doit être signifié par courrier recommandé.</li> <li>• Tout stage commencé est dû intégralement. Le règlement s'effectue en début de séjour et est confirmé par une facture.</li> <li>• Je déclare sur l'honneur ne présenter aucune contre indication médicale à la pratique d'une activité corporelle. Je m'engage à signaler à l'organisateur du stage d'un traitement, notamment psychiatrique.</li> <li>• J'autorise l'organisateur à porter mes coordonnées sur la liste des stagiaires diffusées aux autres participants avant le stage, afin de favoriser d'éventuels co-voiturages.</li> <li>• J'autorise la prise de photos et d'images vidéos à toute fin pédagogique. (la prise d'images pendant le travail par les stagiaires est, sauf accord express de l'organisateur et du groupe, interdite).</li> <li>• Je déclare être couvert.e pas une assurance Responsabilité Civile Professionnelle ou Dommages Individuels assurant notamment tout dommage corporel qui pourrait survenir lors du travail.</li> </ul>				
Fait à		le		
<b>Signature du stagiaire :</b>				

### RIB Benoit Lesage / IRPECOR

BANQUE POPULAIRE DE FRANCHE COMTE DU MACONNAIS ET DE L'AIN  
 Domiciliation : BPFCA Hopitaux neufs

**IBAN FR76 1080 7000 7162 0197 2154 736**

Code banque : 10807 - Guichet 00071 N° compte : 62019721547- Clé RIB 36

**BIC : CCBPFRPPDJN**