

L'outil voix sur mesure

*formation professionnelle
en petit groupe*

avec Marie Abela



DU 05 AU 09 JANVIER PUIS DU 19 AU 23 JANVIER 2026

**L'OUTIL VOIX SUR MESURE • Formation professionnelle en
petit groupe**

AVEC MARIE ABELA

10 JOURS (30 heures)

CLOTURE DES DEMANDES DE FINANCEMENT AFDAS : LE 05 DECEMBRE 2025

PUBLIC CONCERNÉ

Artistes du spectacle vivant : comédien·nes , circassien·nes, danseuses danseurs, marionnettistes, instrumentistes, chanteuses chanteurs ...d'autres profils peuvent être étudiés

PRÉREQUIS

- Utilisation déjà en cours de la voix au plateau ou en projet
- Pouvoir s'engager à "travailler" : expérimenter /chercher entre les séances et les deux sessions
- Être prêt·e à un travail physique et l'improvisation de jeu, de son
- Lettre de motivation

PRESENTATION DE LA FORMATION

L'intervenante propose d'accompagner les stagiaires dans la connaissance de leur voix.

Le but :

- Savoir l'utiliser dans un geste juste
- Dessiner des ponts entre leur discipline, leur savoir-faire et l'acte vocal sous toutes ses formes
- Être à l'aise avec la voix parlée comme chantée
- Gagner en liberté et en endurance

Il s'agira pour iels d'acquérir des outils techniques pour leur « corps voix » afin de servir leur recherche créative et la portée du message poétique.

Iels travailleront leur matière vocale seul·e et à plusieurs et seront invité·es à prendre le chemin de chercheurs et chercheuses autonomes dans leur laboratoire vocal.

Le travail en petit groupe permet une approche sur mesure, proche du cours individuel tout en permettant l'observation et le travail de chœur et de polyphonie.

OBJECTIFS

Acquérir les outils nécessaires à une aisance vocale au plateau (base de technique vocale) :

- Expérimenter/ sentir/se représenter et comprendre notre corps instrument à travers la posture, l'action musculaire, la respiration, la répartition des forces en fonction de notre geste corporel (statique/en mouvement/ en effort)
- Expérimenter/ sentir le son (voyelles/ consonnes/ « timbres » /résonateurs)
- Explorer l'interprétation : creuser l'intention, donner corps au texte, goûter les mots

Mise en pratique avec des textes à dire, des chansons en individuel et en groupe

- Expérimenter la polyphonie, le chœur pour le plaisir que cela procure, pour les oreilles que cela élève, pour pratique en tant qu'outil de création

Goûter à l'improvisation

MOYENS MIS EN ŒUVRE

Supports pédagogiques :

Apprentissages traversés par la formatrice et leur apport dans la pédagogie :

- Différents cours de chant et expériences scéniques : lyrique, jazz, musiques du monde (en particulier chant afro cubain et brésilien), pop, chansons.... Tout style de chant avec ses spécificités pourra être abordé.
- Pratiques techniques corporelles : danse contemporaine, tai chi/chikong, yoga, technique Alexander, initiations soins (orthobionomy, shiatsu), permet l'utilisation du toucher, du mouvement et de différentes postures pour permettre à la voix de la ou du stagiaire de s'exprimer pleinement
- Le jazz comme base d'ouverture des oreilles et de l'improvisation musicale
- Le théâtre pour le texte, le dire, les contours d'un personnage
- Le clown pour la sincérité dans l'interprétation et la totale disponibilité et mobilisation du corps
- La base de la pédagogie enseignée par Emmanuel Pesnot, luthier de la voix permettra notamment l'étude des mécanismes de la voix par des aller et retours entre la théorie (anatomie, dynamiques musculaires, chemin et pression de l'air, lieux de fabrication du son, lieux de résonance du son...) et la pratique (exercices pour la sensation, l'expérimentation, la conscientisation, la « proprioception »)



Matériel : Planches anatomiques, livres, sono, micro, propositions de textes et chants, improvisation guidée...

PROGRAMME (à titre indicatif, il sera adapté au profil des stagiaires)

Horaires chaque semaine :

1 groupe de 3 personnes de 9h30 à 13h et 1 groupe de 3 personnes de 14h30 à 17h30

SEMAINE 1

- Précision des objectifs de chacun-e,
- Mise en corps / mise en voix /exercices expérientiels tout au long de la semaine
- Posture (charpente/ squelette/synergie musculaire)
- La respiration en conscience
- Le texte son : les voyelles et les consonnes
- Voix parlée/voix chantée
- Couleurs / timbres / se promener dans ses voix
- Suivi individuel à partir des matières amenées par les stagiaires
- Apprentissage de chants collectifs
- Gouter à l'improvisation

SEMAINE 2

- Bilan mi-parcours
- Révisions
- Passages individuels plus intenses avec soit extrait de spectacle, soit enchaînement de chanson + texte
- Chanter / dire en Mouvement
- Gouter à l'Improvisation

EVALUATION DES ACQUIS

Les acquis théoriques et pratiques font l'objet d'un processus d'évaluation continu durant tout le déroulé de la formation et sont en lien avec les objectifs pédagogiques.

INTERVENANTE



Marie Abela, est chanteuse comédienne auteure compositrice et pédagogue/transmetteuse depuis 25 ans. Formée tout au long de son parcours en commençant par l'Ecole de Jazz le CIM à Paris et récemment la formation de Passeuseuse de chant avec Emmanuel Pesnot. La découverte et pratique du clown depuis 2012 a contribué fortement à ouvrir des espaces dans son approche artistique comme pédagogique. Depuis 5 ans elle propose des Formations professionnelles individuelle et collective : « de la voix parlée à la voix chantée » (individuelle) « La voix comme outil au plateau » dans un parcours "l'artiste au plateau" avec Laura Abad Elle propose également le stage « L'Expression du Personnage, à travers les techniques vocales et gestuelles » avec Carolina Garel Stages de technique vocale / Accompagnement d'artistes, groupes vocaux, chorales (La Brigade d'Intervention Vocale, Mito Circus avec le spectacle Pagaille, Nicolas Comte, Collectif Transhumance artistique, Compagnie Cuatro cento, Cie A toute berzingue, Cie La délicatesse de l'éléphant, Chorale Retz'cital...) Sur scène depuis 30 ans, d'abord en musiques actuelles et jazz puis en spectacle jeune public, art de la rue, théâtre forum.

Auto production de deux albums : Confiture de vie (2009) et Mue Dâme (2018) Concerts principalement chez l'Habitant.e. Création de deux spectacles solos de clown : - L'amour sous les paupières en 2013 avec le personnage LULU - Conférence de Professeur.e Là en 2021 avec le personnage PROFESSEUR·E LÀ A co-créé la Compagnie Adventices en 2023, spectacles au répertoire : Længageons-nous, La Main Gestueuse, Mue Dâme, Carnet de bal, Concert entre nous
www.marie-abela.fr

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Durée : 2 x 5 jours (30 h)

Effectif : 2 groupes de 3 personnes

Tarif : 1 800€ HT - Un financement AFDAS / France Travail est possible.

Nous contacter pour un accompagnement dans vos démarches, ou pour une solution d'autofinancement.

Repas du midi : pris en charge par Quai des Chaps. Possibilité d'hébergement sur place : nous contacter (attention, places limitées !)

Lieu de la formation : chez Quai des Chaps – Nantes

CONTACTS ET INSCRIPTIONS

David LIMANDAT, responsable des formations, référent handicap : formation@quaideschaps.com / 06 51 01 34 04

Paola CICUTTINI, coordinatrice, régie d'accueil : coordination@quaideschaps.com / 06 51 01 34 04