



## PROGRAMME DE FORMATION

*Module de découverte :*

*S'approprier les bases de la pratique Souffle-Voix : voix, posture, respiration, clavier et perceptude*

### **Module de découverte**

***S'approprier les bases de la pratique Souffle-Voix :  
voix, posture, respiration, clavier et perceptude***

### **Programme du stage**

La formation présente a pour vocation de constituer le socle indispensable et préliminaire pour les stagiaires souhaitant devenir praticien Souffle-Voix, lequel titre s'obtient en deux modules. Elle en constitue le module 1, intitulé « module de découverte » et fixe pour objectif que les participants s'approprient les bases de la pratique Souffle-Voix, autour des notions essentielles que sont la connaissance de la voix, la proposition de quelques postures de base, la mise en œuvre de la respiration et surtout la faculté d'accompagner au clavier en se plongeant dans la perceptude (notion tirée de l'eïnothérapie qui permet d'accéder au Non-Agir et à la présence derrière le clavier, maillons indispensables pour devenir praticien Souffle-Voix).

Au niveau des pré-requis, il est nécessaire d'avoir participé à plusieurs Stages Souffle-Voix animés par Benjamin Grenard. L'entrée dans ce module découverte se fera ensuite sur demande. Suite à un entretien avec Benjamin Grenard, l'aspirant sera évalué sur le parcours fait jusque là dans les Stages Souffle-Voix et en dehors. Avoir des compétences musicales préalables est

**Du Souffle à la Voix - Benjamin Grenard**

[www.du-souffle-a-la-voix.com](http://www.du-souffle-a-la-voix.com)

30 chemin des Frênes 69490 ANCY - Tél. : 06 77 27 88 36

Organisme de formation enregistré sous le n° 84 69 18161 69 auprès du préfet de la Région Auvergne-Rhône-Alpes

- Email : [info@dusoufflealavoix.com](mailto:info@dusoufflealavoix.com) - IBAN FR76 3000 3011 7700 0200 1451 485 - Code NAF (APE) 8552Z Entreprise individuelle – Organisme de Formation Certifié QUALIOP pour les actions de formation



## PROGRAMME DE FORMATION

### *Module de découverte :*

### *S'approprier les bases de la pratique Souffle-Voix : voix, posture, respiration, clavier et perceptude*

aidant mais pas forcément nécessaire. Avoir une sensibilité à l'accompagnement dans la relation d'aide et témoigner d'un parcours d'exploration individuelle riche et suffisamment abouti sera particulièrement apprécié.

Cette formation aux bases du Souffle-Voix s'inscrit dans une exigence de qualité, dont les modes opératoires sont certifiés Qualiopi. Elle est la première étape d'une formation initiale pour devenir praticien Souffle-Voix. Cela dit, ce module découverte peut également participer au développement de compétences et de capacités en lien avec votre profession actuelle.

La voix évoluant étroitement avec la respiration, le corps, la présence et le bien-être, les formations peuvent toucher un grand nombre de professionnels. Nous formons ainsi :

- des professionnels utilisant leur voix comme un outil central de leur pratique d'accompagnement (professeur de voix, de chant, mantra...)
- des professionnels où le corps ou la respiration relèvent de leur spécialité (kiné, ostéopathe, professeurs de yoga ou de toute autre discipline énergétique, physique et respiratoire...).
- des thérapeutes, psychologues ou psychothérapeutes, le travail respiratoire, corporel et vocal ayant un impact significatif sur le bien-être.

**Du Souffle à la Voix - Benjamin Grenard**

[www.du-souffle-a-la-voix.com](http://www.du-souffle-a-la-voix.com)

30 chemin des Frênes 69490 ANCY - Tél. : 06 77 27 88 36

Organisme de formation enregistré sous le n° 84 69 18161 69 auprès du préfet de la Région Auvergne-Rhône-Alpes

- Email : [info@dusoufflealavoix.com](mailto:info@dusoufflealavoix.com) - IBAN FR76 3000 3011 7700 0200 1451 485 - Code NAF (APE) 8552Z Entreprise individuelle – Organisme de Formation Certifié QUALIOPi pour les actions de formation



## PROGRAMME DE FORMATION

### *Module de découverte :*

### *S'approprier les bases de la pratique Souffle-Voix : voix, posture, respiration, clavier et perceptude*

- tout autre public intéressé pour développer l'accompagnement par la voix

### **Contenu de la formation :**

Devenir praticien Souffle-Voix suppose l'acquisition d'un grand nombre de compétences dans des domaines divers. Si le module 1 (découverte) dure quelques mois, le module 2 (certification) s'étend sur trois ans (à raison de 3 ou 4 sessions de 3 jours par an). Le module 1 est donc une initiation afin que les stagiaires soient en mesure de mettre en place les fondamentaux du dispositif Souffle-Voix.

Vous travaillerez sur les **objectifs opérationnels de base** ci-dessous. Vous pouvez éventuellement personnaliser en ajoutant un objectif complémentaire.

### **Session 1 de trois jours :**

- Être capable de faire sonner le clavier en l'intégrant dans une ambiance
- Être capable de soutenir le pratiquant avec le bon rythme
- Être capable d'accompagner le pratiquant en adéquation avec son registre vocal

### **Compétences complémentaires :**

- Être capable de soutenir le pratiquant avec le bon phrasé

**Du Souffle à la Voix - Benjamin Grenard**

[www.du-souffle-a-la-voix.com](http://www.du-souffle-a-la-voix.com)

30 chemin des Frênes 69490 ANCY - Tél. : 06 77 27 88 36

Organisme de formation enregistré sous le n° 84 69 18161 69 auprès du préfet de la Région Auvergne-Rhône-Alpes

- Email : [info@dusoufflealavoix.com](mailto:info@dusoufflealavoix.com) - IBAN FR76 3000 3011 7700 0200 1451 485 - Code NAF (APE) 8552Z Entreprise individuelle – Organisme de Formation Certifié QUALIOPF pour les actions de formation



## PROGRAMME DE FORMATION

### *Module de découverte :*

### *S'approprier les bases de la pratique Souffle-Voix : voix, posture, respiration, clavier et perceptude*

- Être capable de tenir l'accompagnement avec un temps continu et une attention uniforme

### **Session 2 de trois jours :**

- Être capable de proposer une posture simple afin de rectifier le corps du pratiquant
- Être capable d'activer le feu du pratiquant
- Être capable de soutenir une progression par le clavier afin que la voix du pratiquant se déploie

### Compétences complémentaires :

- Être capable de mener une séance avec un temps continu et suspendu en suivant le fil de la présence
- Être capable d'accompagner en variant le rubato

### **Session d'observation de 2 ou 3 jours :**

Temps d'analyse de pratique et feedback pendant les pauses et en fin de journée entres le ou les observateurs présents et le formateur.

Ils sont évalués au départ, en continue et à l'issue de la formation.

### **Durée et mise en œuvre de la formation :**

La durée du module 1 :

- 2 sessions de 3 jours (soit 42h d'enseignement) en regroupement

Du Souffle à la Voix - Benjamin Grenard

[www.du-souffle-a-la-voix.com](http://www.du-souffle-a-la-voix.com)

30 chemin des Frênes 69490 ANCY - Tél. : 06 77 27 88 36

Organisme de formation enregistré sous le n° 84 69 18161 69 auprès du préfet de la Région Auvergne-Rhône-Alpes

- Email : [info@dusoufflealavoix.com](mailto:info@dusoufflealavoix.com) - IBAN FR76 3000 3011 7700 0200 1451 485 - Code NAF (APE) 8552Z Entreprise individuelle – Organisme de Formation Certifié QUALIOP pour les actions de formation



## PROGRAMME DE FORMATION

### *Module de découverte :*

### *S'approprier les bases de la pratique Souffle-Voix : voix, posture, respiration, clavier et perceptude*

- 1 stage d'observation sur un stage Souffle-Voix tout public de 2 ou 3 jours (soit entre 14h et 21h), à choisir parmi tous les stages animés par Benjamin Grenard en France (hors Ancy), Suisse et Belgique.

Le module 1 comprend donc entre 56h et 63h selon le choix du stagiaire.

La majeure partie du contenu consiste en des exercices intégrant corps, souffle et voix (chantée ou parlée). Ces exercices posturaux, respiratoires et vocaux sont adaptés à la situation présente et à la physiologie de chacun. Ils répondent toujours aux [principes de base de la méthode Souffle-Voix](#).

Une autre partie, mineure, consiste en des apports théoriques et des feedbacks pour aller plus loin dans la pratique et la mise en œuvre des objectifs.

Le déroulement et le contenu précis sont consultables en fin de document.

## **Tarif**

Le tarif du module 1 est de **1500€**. Ce tarif n'intègre que le coût pédagogique des deux sessions en regroupement et de la session en observation. Hébergement et restauration restent à la charge du stagiaire.

**Du Souffle à la Voix - Benjamin Grenard**

[www.du-souffle-a-la-voix.com](http://www.du-souffle-a-la-voix.com)

30 chemin des Frênes 69490 ANCY - Tél. : 06 77 27 88 36

Organisme de formation enregistré sous le n° 84 69 18161 69 auprès du préfet de la Région Auvergne-Rhône-Alpes

- Email : [info@dusoufflealavoix.com](mailto:info@dusoufflealavoix.com) - IBAN FR76 3000 3011 7700 0200 1451 485 - Code NAF (APE) 8552Z Entreprise individuelle – Organisme de Formation Certifié QUALIOP1 pour les actions de formation



## PROGRAMME DE FORMATION

*Module de découverte :*

*S'approprier les bases de la pratique Souffle-Voix : voix, posture, respiration, clavier et perceptude*

### **Délai d'inscription et nombre de stagiaires**

Généralement, il est bon de s'inscrire entre 3 et 6 mois avant la date de la session pour être assuré d'avoir une place. La session est ouverte pour un minimum de 6 personnes jusqu'à un maximum de 8 stagiaires.

### **Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement**

#### **Méthodes et approches pédagogiques :**

La méthode fait toujours une large place à la pratique et à des mises en situation. L'expérimentation est le fondement de l'enseignement. Une part peut être également donnée à l'analyse de la pratique ou à des éléments théoriques. Dans ce cas, ces derniers éléments s'appuieront toujours sur l'expérimentation.

#### **Éléments matériels de la formation :**

Les formations recourent à du matériel spécifique (clavier, éventuellement instruments, sièges spéciaux facilitant certaines postures, outils divers...). Les salles doivent recourir à une acoustique et un espace favorables à la pratique. L'approche pédagogique nécessite la plupart du temps le contact et le recours au présentiel.

**Du Souffle à la Voix - Benjamin Grenard**

[www.du-souffle-a-la-voix.com](http://www.du-souffle-a-la-voix.com)

30 chemin des Frênes 69490 ANCY - Tél. : 06 77 27 88 36

Organisme de formation enregistré sous le n° 84 69 18161 69 auprès du préfet de la Région Auvergne-Rhône-Alpes

- Email : [info@dusoufflealavoix.com](mailto:info@dusoufflealavoix.com) - IBAN FR76 3000 3011 7700 0200 1451 485 - Code NAF (APE) 8552Z Entreprise individuelle – Organisme de Formation Certifié QUALIOPF pour les actions de formation



## PROGRAMME DE FORMATION

*Module de découverte :*

*S'approprier les bases de la pratique Souffle-Voix : voix, posture, respiration, clavier et perceptude*

### **Documentation :**

Les stagiaires sont, en cas de besoin, redirigés vers des ressources numériques facilement accessibles ou des productions autorisées.

### **Compétences du formateur :**

Les formations sont assurées par **Benjamin Grenard**, formateur, pneumaphoniste, eïnophoniste et eïnothérapeute. Il est un professionnel de la voix, du corps et de la respiration. Son travail est reconnu également dans le domaine de la relation d'aide à la personne.

### **Suivi et évaluation**

#### **Exécution de l'action**

Les moyens permettant de suivre l'exécution de l'action sont :

- Feuilles de présences émargées par les stagiaires et le formateur
- Évaluation 360°
- Évaluation des acquis en fin de session

#### **Modalités d'évaluation des résultats (ou d'acquis des compétences)**

Les moyens mis en place pour déterminer si le stagiaires a acquis les connaissances ou les gestes professionnels précisés dans les objectifs sont :

**Du Souffle à la Voix - Benjamin Grenard**

[www.du-souffle-a-la-voix.com](http://www.du-souffle-a-la-voix.com)

30 chemin des Frênes 69490 ANCY - Tél. : 06 77 27 88 36

Organisme de formation enregistré sous le n° 84 69 18161 69 auprès du préfet de la Région Auvergne-Rhône-Alpes

- Email : [info@dusoufflealavoix.com](mailto:info@dusoufflealavoix.com) - IBAN FR76 3000 3011 7700 0200 1451 485 - Code NAF (APE) 8552Z Entreprise individuelle – Organisme de Formation Certifié QUALIOP1 pour les actions de formation



## PROGRAMME DE FORMATION

### *Module de découverte :*

*S'approprier les bases de la pratique Souffle-Voix : voix, posture, respiration, clavier et perceptude*

- Mises en situation
- Fiches d'acquisition des compétences intégrant évaluation et autoévaluation

### **Personnes en Situation de Handicap**

Contactez Benjamin Grenard au 06 77 27 88 36 ou à [info@dusoufflealavoix.com](mailto:info@dusoufflealavoix.com) : il vous mettra en relation avec le réseau adéquat pour une meilleure prise en charge et se chargera d'adapter la formation en fonction de votre situation.

### **Déroulement et contenu de la formation**

#### **Session 1**

##### **Jour 1 :**

10h-10h30 : présentation de la formation, questionnaire d'entrée (à remplir sur smartphone). Prise en compte des situations individuelles (PSH éventuel, autres cas...)

10h30-11h00 : Pratique collective « Se recentrer dans son corps » (moyens : bols, tam-tam, voix)

11h00-12h30 : Passages individuels gérés par le formateur. 1<sup>er</sup> partage de connaissance et de pratique autour du clavier. Prise de connaissance des registres.

**Du Souffle à la Voix - Benjamin Grenard**

[www.du-souffle-a-la-voix.com](http://www.du-souffle-a-la-voix.com)

30 chemin des Frênes 69490 ANCY - Tél. : 06 77 27 88 36

Organisme de formation enregistré sous le n° 84 69 18161 69 auprès du préfet de la Région Auvergne-Rhône-Alpes

- Email : [info@dusoufflealavoix.com](mailto:info@dusoufflealavoix.com) - IBAN FR76 3000 3011 7700 0200 1451 485 - Code NAF (APE) 8552Z Entreprise individuelle – Organisme de Formation Certifié QUALIOP pour les actions de formation



## PROGRAMME DE FORMATION

### *Module de découverte :*

### *S'approprier les bases de la pratique Souffle-Voix : voix, posture, respiration, clavier et perceptude*

13h30-17h : Premier passage individuel derrière le clavier, dans le droit fil de la perceptude.

17h30-18h : Temps d'auto-évaluation (à remplir sur smartphone) et échanges sur la pratique

### **Jour 2 :**

10h-10h45 : Exercices et micro-pratiques sur la respiration, exercice collectif « Se recentrer sur son corps »

10h45-11h : Synthèse puis focus sur les compétences pour préparer l'évaluation intermédiaire

11h-12h30 : Approfondissement des passages individualisés : Travail plus spécifique sur la compétence 2.

13h30-17h00 : Passages individualisés derrière le clavier

17h30-18h : Ecoute comparée sur les voix.

### **Jour 3 :**

10h-11h : Temps d'échanges et de préparation autour des objectifs personnalisables. Travail en autonomie pour le groupe avec le programme de base en s'aidant des ressources pédagogiques. Travail en groupes avec ceux qui ont un programme personnalisé en faisant un point sur les compétences 4 et 5 (par groupe / par niveaux) (besoin des ressources pédagogiques).

11h-12h30 : Passages individualisés avec feedback en vue de l'évaluation.

13h30-14h30 : Echanges intermédiaires pour caler les derniers points

**Du Souffle à la Voix - Benjamin Grenard**

[www.du-souffle-a-la-voix.com](http://www.du-souffle-a-la-voix.com)

30 chemin des Frênes 69490 ANCY - Tél. : 06 77 27 88 36

Organisme de formation enregistré sous le n° 84 69 18161 69 auprès du préfet de la Région Auvergne-Rhône-Alpes

- Email : [info@dusoufflealavoix.com](mailto:info@dusoufflealavoix.com) - IBAN FR76 3000 3011 7700 0200 1451 485 - Code NAF (APE) 8552Z Entreprise individuelle – Organisme de Formation Certifié QUALIOPi pour les actions de formation



## PROGRAMME DE FORMATION

### *Module de découverte :*

*S'approprier les bases de la pratique Souffle-Voix : voix, posture, respiration, clavier et perceptude*

14h30-17h30 : Passages individuels (avec auto-évaluation et évaluation terminale) avec pause

17h30-18h : **Feedback ritualisé (outro)** et questionnaire de sortie (à remplir sur smartphone)

### **Session 2**

#### **Jour 1 :**

10h-10h30 : présentation de la session 2, questionnaire d'entrée (à remplir sur smartphone). Prise en compte des situations individuelles (PSH éventuel, autres cas...)

10h30-11h00 : La posture et ses principes. Etude de cas.

11h00-12h30 : Passages individuels gérés par le formateur. 1<sup>er</sup> partage de connaissance et de pratique autour du clavier. Prise de connaissance des registres. Elements de rectification proposée.

13h30-17h : Premier passage individuel derrière le clavier, en proposant une posture simple (lever du bras ou shoggi).

17h30-18h : Temps d'auto-évaluation (à remplir sur smartphone) et échanges sur la pratique

#### **Jour 2 :**

10h-10h45 : Travail sur la notion du feu. Les différents moyens possibles pour l'activer.

10h45-11h : Synthèse puis focus sur les compétences pour préparer l'évaluation intermédiaire

**Du Souffle à la Voix - Benjamin Grenard**

[www.du-souffle-a-la-voix.com](http://www.du-souffle-a-la-voix.com)

30 chemin des Frênes 69490 ANCY - Tél. : 06 77 27 88 36

Organisme de formation enregistré sous le n° 84 69 18161 69 auprès du préfet de la Région Auvergne-Rhône-Alpes

- Email : [info@dusoufflealavoix.com](mailto:info@dusoufflealavoix.com) - IBAN FR76 3000 3011 7700 0200 1451 485 - Code NAF (APE) 8552Z Entreprise individuelle – Organisme de Formation Certifié QUALIOP pour les actions de formation



## PROGRAMME DE FORMATION

### *Module de découverte :*

### *S'approprier les bases de la pratique Souffle-Voix : voix, posture, respiration, clavier et perceptude*

11h-12h30 : Approfondissement des passages individualisés : Travail plus spécifique sur la compétence 2.

13h30-17h00 : Passages individualisés derrière le clavier avec proposition d'activation et de rectification.

17h30-18h : Ecoute à partir de la notion de progression et de phrasé.

### **Jour 3 :**

10h-11h : Temps d'échanges et de préparation autour des objectifs personnalisables. Travail en autonomie pour le groupe avec le programme de base en s'aidant des ressources pédagogiques. Travail en groupes avec ceux qui ont un programme personnalisé en faisant un point sur les compétences 4 et 5 (par groupe / par niveaux) (besoin des ressources pédagogiques).

11h-12h30 : Passages individualisés avec feedback en vue de l'évaluation.

13h30-14h30 : Echanges intermédiaires pour caler les derniers points

14h30-17h30 : Passages individuels (avec auto-évaluation et évaluation terminale) avec pause

17h30-18h : **Feedback ritualisé (outro)** et questionnaire de sortie (à remplir sur smartphone)