



# Atelier Bivouac

« Libérez votre voix, celle qui ouvre la voie du coeur »



Du 16 au 18 Septembre 2022

Lac de Saint Agnan

Parc Régional Naturel du Morvan

Arrivée le vendredi à 15:00

Départ le dimanche à 17:00

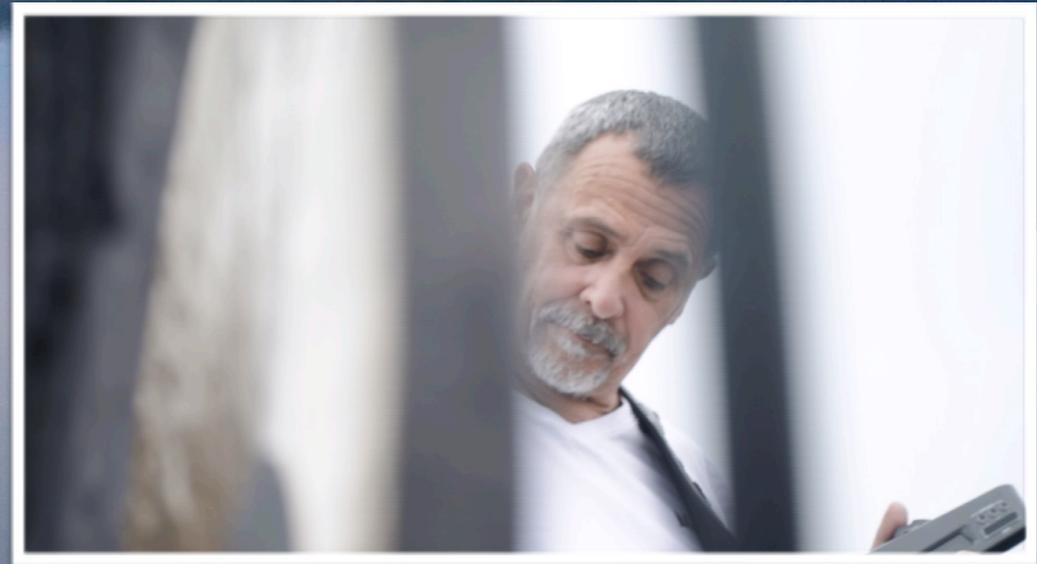
# VOS ANIMATEURS

CÉLINE PELTIER



Sophrologue, sonothérapeute, coach vocal,  
enseignante à la Voix de l'ACTE  
auprès d'Arnaud Riou

JEAN RENE LOURTET



Artiste, musicien, chanteur, enseignant,  
spécialiste des techniques  
de Sound Healing

## Le programme

- Cercle de parole
- Exercices de sophrologie
- Méditation guidée
- Pratique du chant libre et spontané
- Découverte de l'appareil phonatoire
- Activation des chakras
- Pratique du chant guérisseur et des mantras



# Saviez-vous que nous avons tous un diamant, notre voix ?

Celle-ci nous sert chaque jour pour nous exprimer, nous positionner, nous affirmer, pour être, nous faire entendre, avoir une parole inspirante, pour tout simplement exister.

Prendre la parole en public, en famille, dans différents contextes, se sentir libre avec sa voix, sans tension, c'est aussi se sentir libre dans son corps, son souffle, sa vie.

Oser crier, parler, chanter, prendre du plaisir avec sa vraie voix.

Vous avez envie d'explorer les différentes facettes de votre bel organe, votre parole, votre voix, de libérer les blocages, les émotions et les peurs associées.

C'est le moment pour vous de vous exprimer, de trouver votre vraie place, en libérant votre voix.

# À qui s'adresse cet atelier ?

À toutes les personnes qui :

- ont besoin de s'affirmer,
- ont envie d'être à l'aise pour s'exprimer en public,
- souhaitent améliorer leur communication,
- ont envie d'explorer toutes les facettes de leur voix,
- souhaitent lever les obstacles et blocages pour oser dire, parler, chanter,
- souhaitent libérer leur voix, celle qui ouvre la voie du cœur,
- désirent réaliser leur rêve : chanter,

- veulent améliorer leur conscience corporelle, respiratoire et vocale,
- activer la joie et le bien-être,
- souhaitent prendre du temps pour soi,
- veulent explorer le chant spontané, libre, archaïque, avec le tambour,
- souhaitent explorer les vertus des mantras.

Remarque : « Pas besoin d'avoir des connaissances musicales pour assister à cet atelier, ce stage est ouvert à tous et à toutes. »

# L'Atelier Bivouac

## La Charte

L'Atelier Bivouac est destiné à des personnes qui souhaitent se connecter à la nature en totale autonomie et en respectant l'environnement tout en appliquant les règles du Parc Naturel Régional Du Morvan.

Chacun est responsable de sa nourriture, de son abri pour la nuit et emportera ses propres provisions et tente (ou tarp) pour la durée de l'Atelier Bivouac.

Un nettoyage du site sera effectué par chacun au quotidien pour ne laisser aucune trace de passage, ni pollution de quelque type qu'il s'agisse.

Ainsi les pratiques de l'Atelier prennent tout leurs sens en milieu naturel dans une attitude bienveillante et solidaire.

Une liste « du matériel conseillé et des provisions » ainsi que « le point de rendez-vous », seront transmis aux participants 15 jours avant l'Atelier Bivouac.

# Le Lac de Saint Agnan

## Parc Naturel Régional du Morvan

Le lac de Saint-Agnan est un **lac** artificiel situé sur le **Cousin**.  
Il se trouve dans le département de la **Nièvre**, dans le **Parc Naturel Régional du Morvan**, au centre du bourg de **Saint-Agnan**  
à 15 Km de Saulieu et 32 Km d'Avallon.  
Il est également l'un des 6 **grands lacs du Morvan**.



# Atelier Bivouac

« Libérez votre voix, celle qui ouvre la voie du cœur »

## TARIFS ET RESERVATION

Stage animé par Céline Peltier  
et Jean René Lourtet

Du 16 au 18 Septembre 2022

Lac de Saint Agnan - Parc Naturel Régional du  
Morvan

COÛT DU STAGE

210,00 €

Informations auprès de Céline au 06 08 01 22 89

Pour confirmer votre participation :

- régler 210,00 Euros sur le site  
[www.keamusic.com](http://www.keamusic.com) au KEA Shop
- envoyer votre Bulletin d'inscription sur le mail  
[celinepeltier516@gmail.com](mailto:celinepeltier516@gmail.com)

Aucune option ne peut être garantie, seule la réception du bulletin d'inscription et du règlement confirme votre venue.

1 - En cas d'annulation de la part du participant :

- Moins de 15 jours avant le début du stage : 150 euros sont conservés,
- Moins de 7 jours avant le début du stage : l'intégralité du montant du stage sera réclamée, Sauf événements exceptionnels, décès, accidents, hospitalisation...Remboursement intégral sur justificatifs.

2 - En cas d'annulation de la part de l'organisateur :

- En cas de mauvaises conditions météorologiques, de maladie ou autre événement exceptionnel, une annulation du stage peut arriver jusqu'à 72h avant le début du stage, le montant du stage vous est remboursé intégralement
- Le participant ne pourra prétendre à aucun remboursement du transport, il est de sa responsabilité de se prémunir avec une assurance annulation pour ses moyens de transport

# BULLETIN D'INSCRIPTION

Stage animé par Céline Peltier et Jean René Lourtet

Du 16 au 18 Septembre 2022

ATELIER BIVOUAC

« LIBEREZ VOTRE VOIX, CELLE QUI OUVRE LA VOIE DU COEUR »

du Vendredi 15h00 au Dimanche 17h00 Au Lac de Saint Agnan

Adresse Mail pour renvoyer votre bulletin d'inscription

[celinepeltier516@gmail.com](mailto:celinepeltier516@gmail.com)

Nom : .....

Prénom : .....

email : .....

Tél : .....

Adresse : .....

Code postal : .....

Ville : .....

- Je m'inscris au Stage « LIBEREZ VOTRE VOIX, CELLE QUI OUVRE LA VOIE DU COEUR » du 16 au 18 Septembre 2022  
au tarif de 210 Euros que j'ai réglé sur le site [www.keamusic.com](http://www.keamusic.com) au KEA Shop,

- J'ai pris connaissance des conditions d'annulation,

- Je souhaite être informé pour un éventuel co-voiturage.

Oui Non

Date : ..... Signature : .....