



# Voix et méditation

## Atelier mensuel

Voix et méditation, deux chemins pour entrer en amitié avec soi-même, "rentrer à la maison" et découvrir la joie de l'instant présent. Une mise en voix corporelle, des chants du monde et explorations vocales en alternance avec des périodes de méditation, pour apprivoiser ce que nous avons de plus précieux, notre être le plus profond, et le laisser s'exprimer avec joie.

**Lieu : Cabinet Envol en Voix, 6 boulevard de la Tour, 1205 Genève**

# Voix et méditation

## Atelier mensuel

Cet atelier de trois heures est ouvert à toute personne désireuse de se familiariser avec sa voix et son esprit.

Il sera animé conjointement par Anne Bolli, musicothérapeute pour l'aspect vocal et par Véronique Portenier, instructrice de méditation, pour l'aspect méditation.

3 personnes minimum, 5 personnes maximum.

Aucun pré-requis musical ou méditatif demandé.

**Horaire:** un vendredi par mois de 10h à 13h

**Dates:** 20.11/18.12.2020 //29.01/19.02/26.03.2021

**Tarif :** CHF 450.- pour les 5 sessions

**Lieu :** Cabinet Envol en Voix, Boulevard de la Tour 6, 1205 Genève

## Renseignements et inscription

**associationenvolenvoix@gmail.com**

**+41 (0)76 348 68 14 ( Anne Bolli, voix)**

**+41 (0)76 345 22 27 (Véronique Portenier, méditation)**

## Association Envol en Voix

Siège : 140 route de Suisse

1290 Versoix

+41 (0)76 348 68 14

[www.associationenvolenvoix.ch](http://www.associationenvolenvoix.ch)