



Animé par
Hélène Palardy

La Formatrice

C'est d'abord en tant que chanteuse rock qu'Hélène Palardy monte sur scène. Elle dit sa rage de vivre dans ses concerts et les chansons qu'elle compose. Pendant ses études de Lettres, elle suit des conteurs à l'hôpital, croise des histoires qui l'emmènent au coeur d'un autre imaginaire, d'une autre parole.

Son spectacle Ô Janis ! a été plébiscité à Avignon en 2023, et dans de nombreux festivals des Arts du Récit et de musique en France et en Europe. Hélène raconte avec la même énergie pour les publics familiaux et la petite enfance.

Dès 2004, elle se forme à l'Art de la Parole au Conservatoire Paul Dukas (Paris 12ème) tout en poursuivant son apprentissage théâtral. En 2008, elle reçoit le Prix du public au Grand Prix des Conteurs de La Maison du Conte (94), puis entre au Labo de la Maison du Conte.

Elle travaille le chant avec David Feron, spécialiste de la voix saturée en France. L'exploration vocale et vibratoire est le moteur rugissant de ses spectacles et l'axe de recherche qu'elle aime transmettre lors de ses ateliers et formations.

La musicalité de la parole

**Du dimanche 17 janvier au
dimanche 21 mars 2027**

📍 La Maison du Conte

6 demies - journées
de 14h à 18h
24h

“La voix et ses multiples textures est un terrain de jeu , que l'on raconte ou que l'on chante.

Jouer avec sa voix est un acte vibratoire. C'est l'écouter, la ressentir, savoir où et comment la placer pour être juste, trouver ses résonances, la libérer pour transmettre avec sincérité une émotion. Chanter avec ses tripes, mais sans fatigue. Nous explorerons différentes techniques du chant pour travailler une musicalité de la parole qui soit propre à chaque participant.e, chaque singularité, et ses besoins. Trouver vos voix au service d'une histoire, d'une chanson, et de la prise de parole en public”

Hélène Palardy

Objectifs de l'atelier

- Identifier les mécanismes vocaux limitants.
- Aborder le travail de la voix comme un matériau de jeu pour chercher sa propre identité vocale (parlée et chantée).
- Harmoniser la voix parlée et chantée.

Compétences visées

- Prendre confiance en en s'amusant
- Ressentir et entendre les trajectoires de la voix dans son corps et dans l'espace
- Trouver différentes textures de voix
- Transmettre différentes émotions à travers la voix

Méthodologie

- Exercices d'échauffement et «accordage » de l'instrument vocal
- Apprentissage du placement vocal
- Exploration des sonorités, des textures vocales par des jeux, des chansons et des histoires en groupe et individuellement

Publics concernés

Formation adulte – à destination de toutes et tous (débutant-es et confirmé-es).

Pas de pré-requis

Il n'est pas nécessaire de savoir chanter.

Dimanche 17 janvier

- 14h à 14h30 : présentations
- - 14h30 à 15h30 : échauffement corporel + exercice ostéovox + respiration
- 15h30 à 16h : échauffement vocal
- 16h-18h : projection de la voix parlée et chantée : exercices collectif et individuel
- Sur le support de 2 chants : exploration des vibrations et différents placements de la voix : voix de tête, poitrine, gutturale, nasale, "la ligne", ; une voix sera explorée par séance en particulier - Début de voyellisation avec BOB
- Travail lâcher prise et sur phrase parlée que l'on chante sur différentes tonalités

Dimanche 31 janvier

- 14h-14h15 : point sur dernière séance
- 14h15-14h45 : échauffement corporel + respiration
- 14h45-15h30 : échauffement vocal avec révision de séance précédente + voix de tête
- 15h30-16h15 : chant polyphonique : projection de la voix + voyellisation avec BOB
- 16h15-16h30 : Jeu des proverbes
- 16h30-18h : passages individuels sur histoires ou chanson : voire si distribution d'histoire individuelle est nécessaire

Dimanche 7 février

- 14h - 14h30 : échauffement corporel + respiration + échauffement vocal
- 14h30 -15h45 : Chant polyphonique / choral : révision de projection de la voix, voyellisation avec BOB, placement vocal
- 15h45- 16h : Pause
- 16h-18h : passages individuels sur histoires ou chanson

Dimanche 28 février

- 14h - 14h30 : échauffement corporel + respiration + échauffement vocal
- 14h30- 16h : Révision du chant choral + intervention contée/parlée : écoute de groupe et modulation - projection de la voix avec musicalité portée par le groupe.
- 16h-18h : passages individuels sur histoires ou chanson

Dimanche 7 mars

- 14h - 14h30 : échauffement corporel + respiration + échauffement vocal
- 14h30-16h : exploration vocal individuelle et collective sur Chant + Improvisation : intégration d'intervention contée : comment moduler la voix sur le chœur
- 16h - 18h : passages individuels sur histoires ou chanson

Dimanche 21 mars

- 14h - 14h30 : échauffement corporel + respiration + échauffement vocal
- 14h30-16h : explorations vocale sur chant choral déjà vu
- 16h-17h15 : Passages individuels
- 17h15-18h : Bilan de fin de formation

Moyens Pédagogique et Techniques

Ressources Pédagogiques

La bibliothèque de La Maison du Conte sera en accès libre pendant toute la durée de la formation. Par ailleurs, La Maison du Conte dispose de diverses ressources disponibles sur son site internet.

Ces ressources recensent des articles, des vidéos, des documents sonores mettant en perspective le paysage du conte et son histoire.

Elles donnent également à rencontrer des artistes et à découvrir les projets menés tout au long de nos saisons :

lamaisonduconte.com → ressources → le-fonds-conte

lamaisonduconte.com → ressources → a-lire

lamaisonduconte.com → ressources → a-voir

lamaisonduconte.com → ressources → a-ecouter

Locaux

La Maison du Conte dispose d'une salle adaptée au travail en collectif et en petits groupes et d'une bibliothèque avec un fond conte de 1400 ouvrages.

Modalités d'évaluation

Les modalités d'évaluation de cet atelier comprennent :

- Une évaluation des participant-es par des mises en situation pratiques collectives et individuelles tout au long de la formation.
- Un bilan collectif oral en fin de formation avec les participant-es et le formateur.
- Une évaluation à chaud sera réalisée au moyen d'un questionnaire remis aux participant-es à l'issue de la formation.
- Une évaluation à froid sera réalisée au moyen d'un questionnaire adressé à chaque participant-e plusieurs mois après la fin de la formation.

Modalités d'inscription

Les inscriptions seront traitées trois mois avant le début de chaque formation.

- Pré-inscription par téléphone ou par mail.
- Un bulletin d'inscription vous sera envoyé afin de comprendre vos attentes et d'adapter la formation à vos besoins.
- Une fois le bulletin d'inscription renvoyé avec le paiement vous recevrez une confirmation de votre inscription et l'ensemble des documents nécessaires pour la finaliser.

Modalités pratiques

Dates : **Dimanches 17 janvier, 31 janvier, 7 février, 28 février,**

7 mars et 21 mars 2027

Durée de l'atelier : **24h**

Horaires : **14h – 18h**

Effectif maximum : **12 personnes**

Modalités de financement

Nous vous aidons à établir votre dossier de demande de prise en charge (AFDAS, France Travail...).

Formation non éligible au CPF.

Nous contacter pour plus d'informations.

Lieux de formation

La Maison du Conte

8 rue Albert Thuret, 94550 Chevilly-Larue

Restauration / hébergement

Non compris dans la formation.

Possibilité de déjeuner sur place.

Tarifs

Financement individuel : **330€ TTC**

Tarif réduit : **290 € TTC**

étudiant-es, demandeur-euses d'emploi, minima sociaux, personnes en situation de handicap et Chevillais-es.

Financement professionnel : **790€ TTC**

OPCO, employeur ou France Travail

Toutes les informations d'inscription sont disponibles sur le site internet de La Maison du Conte, onglet FORMATION.

📍 La Maison du Conte



Renseignements et inscriptions

Sonia Berqia

Chargée des formations tout-public

sonia.berqia@laimaisondconte.com

01 49 08 08 54

Accessibilité

Si vous avez des besoins spécifiques ou si vous êtes en situation de handicap, contactez notre référente handicap Marion Regard pour préparer au mieux votre venue : marion.regard@laimaisondconte.com

Nos locaux sont accessibles aux personnes à mobilité réduite.