

Atelier Musique et bien-être
« **une chanson douce** »
avec Flore Michelat
chez
Sophie Lacoste

Atelier **une chanson douce**

Chant prénatal et bien-être

le mercredi : 1x par mois (1h15)

le samedi : 1x par mois (1h15)

Quel que soit le stade de votre grossesse,
venez découvrir des exercices de détente, de respiration, des jeux vocaux
où la voix est utilisée en douceur pour nourrir le lien avec le bébé
et se préparer en conscience.

Vous découvrirez votre voix et bienvenues à celles qui doutent de leurs capacités vocales !!
(les futurs papas sont les bienvenus aussi)

Horaires :

Tarif : 25€/séance

possibilités de suivre des séances à distance (zoom) le vendredi entre 15h et 20h

Atelier **une chanson douce**

Chant Maman -Bébé (0-1 ans) ...Maman et/ou Papa:)

le samedi : 1x par mois (1h)

Un atelier d'éveil sensoriel et musical,
dans la continuité du chant prénatal,
venez chanter pour vous et votre bébé,
apprendre des chansons douces à lui fredonner à l'oreille,
découvrir ou redécouvrir le répertoire de jeux de nourrices et de chants d'éveil du tout-petit
un temps privilégié pour prendre soin de vous et de votre bébé
une respiration à deux, pour plus de bien-être.

Horaires :

Tarif : Un adulte/1enfant : 12€

Deux adultes /un enfant ou Un adulte/ 2 enfants : 15€

Planning 2022/23 : ...

**Pour tout renseignement complémentaire et pour vous inscrire à l'avance
tel au 06 06 72 04 66 Flore Michelat
mail : floremichelat@gmail.com**