



Christine HUBER

Professeure de Chant
Art-Thérapeute

Formation

- Cours particuliers avec Mme Lucie Rauh
- Conservatoire de l'Europe (Mr Le Marc'Hadour)
- Conservatoire de Charenton (P. Dupont - H. Denis)
- Concours Leopold Belland : Chant niveau supérieur - 1ere mention à l'unanimité
- CFEM : Mention très bien avec Félicitations
- Stage au conservatoire de St Petersburg
- Atelier Jazz vocal (L. Montet - M. Contente)
- Institut Cassiopée : Relation d'aide et Art-Thérapie
- Certificat d'Art-Thérapie Dynamique

Expérience

- Cours particuliers de chant depuis 2007
- Enseignement du chant pour l'association La Portée
- TAB Saint Maurice: cours de pose de voix pour comédiens et membre de la troupe théâtrale (comédienne, écriture)
- Membre fondateur de la troupe théâtrale D'Buttik 80 (comédienne, assistante de mise en scène)
- Interventions en maison de retraite et collège
- Chanteuse lyrique : Récitals - concerts
- Chanteuse du groupe de rock TOG

TARIFS

Prestation	Durée	Prix
Cours de Chant		
Individuel	1h00	45€
Forfait 10 cours	10h00	400€
Groupe (maxi 3)	1h30	35€
Collectif	à définir	à définir
Atelier Chant		
Séance	2h00	25€
Thérapie par le Chant		
Séance individuelle	1h00	48€
Séance collective	à définir	à définir

**Devis sur demande
pour les entreprises et les institutions**



+ 33 6 22 37 44 13



christinhub@hotmail.fr



www.sijechantais.fr



Saint-Maur-des-Fossés (94)



*Si tu sais parler,
tu sais chanter
Si je chantais...*

Chant **Adolescents** **Thérapie**
Adultes **INSTITUTIONS**
Cours **Atelier** **Cours**
formation **entreprise**
créativité **Enfants** **Séance individuelle**
interprétation **Thérapie** **Chant**
TECHNIQUE **Séance collective**
RESPIRATOIRE **VOIX**
Expérience **plaisir**
EMOTION

Le chant est présent dans toutes les cultures. Hymnes, sérénades ou berceuses, l'homme a toujours chanté, de tout temps, partout dans le monde. Avant il y avait des chants pour semer et moissonner, les chants des marins, des lavandières, des écoliers. Aujourd'hui, même si l'on chante moins, l'envie de chanter reste intacte, nous fredonnons tous sous la douche, en voiture, sur un air de musique...

Chanter pour se sentir bien Chanter fait du bien

Chanter c'est **respirer mieux**, nos cellules sont mieux oxygénées.

Chanter permet d'améliorer notre posture, fait baisser notre tension artérielle et notre rythme cardiaque.

Chanter **booste notre système immunitaire**.

Chanter **favorise la sécrétion de dopamine** anticipant le plaisir de la musique et d'ocytocine qui provoque le sentiment de lien social et de sécurité.

Chanter permet de **conserver la jeunesse de ses traits**. Chanter diminue le ronflement et permet de réduire l'apnée du sommeil.

Chanter permet de travailler notre **mémoire auditive**.

Chanter pour se sentir mieux Chanter rend heureux

Chanter apporte du **plaisir**.

Chanter nous aide à **révéler nos émotions, à évacuer tensions et blocages**.

Chanter permet de nous épanouir en laissant libre cours à notre **créativité**.

Chanter donne de **l'assurance** à la façon de parler et renforce **l'estime de soi**.



Les cours de Chant

Les cours de chant s'adressent à tout le monde, sans limite d'âge ou de niveau, dans une ambiance agréable et détendue. L'enseignement porte sur :

- la technique respiratoire,
- la maîtrise du souffle
- la technique vocale,
- la pose de la voix,
- la recherche du timbre,
- l'expression,
- l'interprétation.

Selon les désirs de chacun, le répertoire des cours de chant est composé d'airs, duos, trios, extraits d'opéras, d'opérettes ou de comédies musicales mais également de chansons modernes de tous styles (variété, pop, rock, ...).

L'atelier de Chant

Ouvert à tous comme les cours de chant, l'atelier propose aux chanteurs amateurs et aux élèves du cours de chant (même débutant) la possibilité de travailler l'expression scénique par un travail simultané du chant, de l'interprétation et du mouvement.



Thérapie par le Chant

La thérapie par le chant renoue avec les traditions ancestrales de guérison par les sons, elle contribue à la restauration de l'équilibre et à une **meilleure connaissance de soi**.

La thérapie par le chant est une aide aux personnes souffrant de troubles de l'expression, de la relation, de la communication. Elle est un **soutien efficace dans les moments difficiles de la vie** : deuil, séparation, perte d'emploi...



À qui s'adresse la thérapie par le chant ?

- à **toute personne** souhaitant **améliorer sa voix**, parlée ou chantée, ou dont le métier suppose un usage important de la voix ;
- aux personnes souhaitant améliorer leur potentiel artistique et personnel
- aux personnes souhaitant **améliorer la gestion du stress et des émotions** ;
- aux enfants présentant un manque de confiance en eux, des difficultés scolaires, aux **enfants précoces ou hyperactifs**