



L'EXPERIENCE REGENERANTE DU COCON VIBRATOIRE

Les prestations individuelles **Bain de Son**  
boostent instantanément votre dynamisme,  
accroissent votre motivation et votre bien-être au travail.

**Centre de Formation Agréé**  
*Notice à destination des Entreprises*



## VOS BESOINS

Vous avez besoin d'outils pour faire face à :

- . l'incertitude et la volatilité des marchés ?
- . la pression des résultats et des objectifs ?
- . la multiplication de vos responsabilités et de vos engagements ?
- . l'hyper connexion et la sur exposition aux écrans ?

## NOTRE PROPOSITION

Nous vous proposons l'expérience **Bain de Son** pour :

- . Libérer votre trop plein émotionnel
- . Booster votre vitalité et votre motivation
- . Élever votre charisme et votre leadership
- . Renforcer l'engagement de vos équipes



## NATURE DE LA PRESTATION

Bain de Son c'est un accélérateur de récupération

Bain de Son c'est un **cocon énergétique et vibratoire** bienfaisant qui vous reconnecte à vous-même.

Bain de Son, c'est un « **reset émotionnel** » qui permet le **rééquilibrage** du système nerveux.

## 2 PRESTATIONS A DECOUVRIR :

### 1 L'EXPERIENCE REGENERANTE DU COCON VIBRATOIRE

La voix d'une artiste lyrique renommée à deux mètres de vous qui chante un air d'opéra comme sur une scène, en tête-à-tête, avec un accompagnement orchestral.

Véritable « **saut à l'élastique** » **émotionnel**, c'est d'abord une vague d'énergie qui vous submerge pour former autour de vous un **cocon énergétique et vibratoire**.

Vous profitez des vertus des vibrations physiques qui se propagent via le squelette et des vibrations émotionnelles qui les accompagnent.

L'onde sonore générée par la voix stimule le système nerveux sympathique, met en lumière les blocages émotionnels, **stimule les potentiels et accroît la motivation**.

## Programme PRESTATION COCON :

- Accueil autour d'une boisson chaude.
- Mise en état réceptif par la respiration abdominale dans un fauteuil ergonomique.
- Bain de Son : Carole Chabry, artiste lyrique, chante pour vous en face à face un air d'Opéra avec un accompagnement orchestral. 2 min de pause
- Échange sur les émotions ressenties et explication de l'effet sur le corps et le mental de la tonalité de l'air chanté pour vous. Éclairage émotionnel grâce à la Psychophonie.
- Remise de la *carte d'intention* offerte (clé USB qui réunit l'air chanté pour vous en format MP3, les exercices respiratoires afin que vous puissiez les pratiquer chez vous et les fondements de la Psychophonie)

## L'intervenante :

**Carole Chabry**, Premier Prix de Chant du Conservatoire National Supérieur de Musique et de Danse de Paris 1996 : Carrière lyrique à la Scala de Milan, Théâtre des Champs-Élysées, Capitole de Toulouse, Palais des Congrès de Paris, Opéras français et étrangers...

Carole mène des séances de coaching et de formation via sa société Espace Vocal et est reconnue experte de la Voix et de ses mécanismes depuis 2009.

Principaux clients : Saint-Gobain, BNP Paribas, Véolia, Vivendi, Allianz, Groupama, Bouygues Telecom, Alstom, Thales, Metro, Tupperware, Metro, Europcar...

Tarifs prestation **COCON** : Une parenthèse de bien-être haut de gamme

Prestation individuelle de 45 min à destination de l'Entreprise dans ses locaux : 900 € HT

Prestation individuelle de 45 min à destination de l'Entreprise dans nos locaux : 750 € HT

Pour 2 à 3 prestations sur la même demi-journée : - 20% / prestation

## 2 LE CHANT LIBRE VOS EMOTIONS,

### LA SOPHROLOGIE LES CANALISE ET LES TRANSFORME EN MOTEUR DE VIE

Vivez l'**expérience du lâcher-prise** face à une **Diva renommée** à l'occasion d'une prestation vocale en tête-à-tête au cours de laquelle vous plongerez dans un bain sonore et vibratoire.

Cette **expérience révélatrice** est ressentie comme un véritable « saut à l'élastique »

Puis **explorez vos mécanismes émotionnels** grâce à la **Sophrologue certifiée** qui vous guidera pour exprimer vos sensations, les décoder et mémoriser les bienfaits de l'expérience afin de les réactiver dans votre quotidien. Une **expérience révélatrice** menée par 2 **talents complémentaires**

### Programme PRESTATION EMOTION :

#### Etape 1. **Éveil sensoriel**

Exploration des ressources sensorielles avec Géraldine Marillet, sophrologue certifiée.

#### Etape 2 : **Bain de Son**

Air d'Opéra chanté en live par Carole Chabry, artiste lyrique renommée avec son accompagnement orchestral.

#### Etape 3 : **Pratique sophronique**

Plongée intérieure à travers vos sensations et vos émotions avec Géraldine Marillet, sophrologue certifiée.

#### Etape 4 : **Partage d'expérience**

Décodage des messages émotionnels, intégration des bienfaits et ancrage de l'expérience avec Géraldine Marillet & Carole Chabry

#### Etape 5 : **Restitution**

Remise de la *carte d'intention* offerte : (clé USB qui contient l'air chanté pour vous en format MP3, les fondements de la Psychophonie ainsi que la restitution de la sophrologue.

Audio & Livret de pratiques d'aide au lâcher prise issue de la sophrologie en option.

## Les intervenantes :

**Carole Chabry**, Premier Prix de Chant du Conservatoire National Supérieur de Musique et de Danse de Paris. Carrière lyrique (Scala de Milan, Théâtre des Champs-Élysées, Capitole de Toulouse...)

**Géraldine Marillet**, Sophrologue certifiée, accompagne les managers et les dirigeants qui souhaitent performer en renforçant santé & équilibre familial. Elle est aussi partenaire des Entreprises innovantes développant des solutions d'accompagnement pour le Bien-être et la Qualité de Vie de leurs équipes.

**Leurs Références** : Saint-Gobain, Vivendi, Allianz, Groupama, Bouygues Telecom, Alstom, BNP Paribas, Thales, Metro, Tupperware, Areva, GDF Suez, Publicis, M6, Kimberly-Clark, Aviva, Continental, Metro, Air Liquide, Europcar, Établissement Français du sang, Stade Rochelais, Renault, Europe 1, Ici La Terre, Continental, Medtronic, Essity, Sopra Steria, Chateaufort, Sephora, Guerlain, Aviva ...

### Tarifs prestation **EMOTION** :

- Prestation Individuelle de 90 min **avec Diva et Sophrologue, en présentiel**  
A destination de l'Entreprise dans ses locaux : 1900 € HT
- Prestation Individuelle de 90 min **avec Diva en présentiel et Sophrologue en distanciel**  
A destination de l'Entreprise dans ses locaux : 1500 € HT
- Prestation Individuelle de 90 min **avec Diva en présentiel et Sophrologue en distanciel**  
A destination de l'Entreprise dans nos locaux à Blaru (78270) : 1300 € HT
- *Option : Audio & Livret de pratiques d'aide au lâcher-prise issue de la sophrologie : 250€ HT*

**Pour 2 prestations sur 1/2journée ou 4 prestations sur 1 journée : - 20% / prestation**





Ils en parlent :

« un saut à l'élastique émotionnel ! » E. Scotto CEO AKUO ENERGY

« J'ai touché le Beau » H.C DAF VEOLIA EAU

« cette prestation m'a permis d'accéder à mes charges émotionnelles profondes »  
M-C S DAF VINCI Construction

« une agréable sensation de liberté et de légèreté » D.D DSI Épargne Entreprise AXA

Pour toute demande d'informations sur les prestations :

+ 33 6 63 24 39 56

de 9h à 18 h du lundi au vendredi.

[contact.espacevocal@gmail.com](mailto:contact.espacevocal@gmail.com)

[www.espacevocal.fr](http://www.espacevocal.fr)



**ESPACE VOCAL**  
*Carole Chabry*

Bain de Son® - Espace Vocal Carole Chabry - SIRET: 534 185 806 000 21

Bain de Son® is a Registered brand of Espace Vocal, referring to its exclusive Sound Cleanse approach, combining opera & sophrology.