



**ADELINE BOICHÉ-DESPLANTES,
ACCOMPAGNEMENTS INDIVIDUELS & COLLECTIFS**

Accompagnement psycho-émotionnel et énergétique

FORMATION SONOTHÉRAPIE
Pour praticien-nes bien-être / thérapeutes

Jeudi 5 et Vendredi 6 novembre 2026 - en Ardèche (07)



Le son est un outil à la fois simple, direct et profondément efficace.

Dès les tout premiers instants de la vie, nous sommes baignés dans un univers de vibrations. **In utero**, le corps perçoit, ressent, s'organise déjà au contact du son. Cette mémoire sensorielle reste présente : **le son peut ainsi venir toucher des espaces très profonds, souvent associés à des sensations de sécurité, de relâchement et de retour à quelque chose de plus essentiel.**

Il agit **au-delà du mental**, en venant toucher le corps et le système nerveux de manière immédiate. Là où certains accompagnements passent par la parole ou l'analyse, le son permet d'**accéder plus directement au ressenti, aux mémoires cellulaires**.

La voix et les diapasons offrent des possibilités concrètes pour :

- apaiser le système nerveux
- favoriser rapidement un état modifié de conscience
- soutenir la libération émotionnelle et de mémoires traumatiques, en douceur
- relancer la circulation énergétique

C'est une approche particulièrement adaptée aux personnes qui ont du mal à lâcher prise, qui sont très dans le mental, ainsi qu'aux enfants ou aux publics sensibles.

Quoi ?

Un week-end pour découvrir et intégrer les bases de la **sonothérapie par la voix et les diapasons** dans votre pratique.

L'approche est à la fois **expérientielle et concrète** : vous apprendrez en pratiquant, en ressentant et en comprenant ce qui se joue dans le corps.



À l'issue de la formation, vous saurez :

- utiliser les diapasons de manière simple et adaptée
- mobiliser votre voix comme outil de soin (ou simplement commencer à oser chanter / utiliser les sons par la voix)
- intégrer le son dans vos séances habituelles
- construire une séance complète autour du son

Pendant ces 2 jours :

- exploration du ressenti du son dans le corps
- compréhension des effets des différents outils
- apprentissage de techniques directement applicables
- temps de pratique guidée

Applications concrètes :

Le son peut venir enrichir vos accompagnements pour :

- réguler le système nerveux
- accompagner les libérations émotionnelles
- faciliter le lâcher-prise
- proposer une alternative ou un complément à d'autres outils (comme les aiguilles)



Pour qui ?

Praticiennes bien-être ou thérapeutes qui souhaitent compléter leur pratique par l'utilisation des diapasons thérapeutiques et / ou de la voix lors de leurs soins.

Praticien-nes en : acupuncture, massage, psychologues, réflexologie, hypnose, kinésiologie, ostéopathie... ou toute approche d'accompagnement du corps et de l'humain.

Inutile d'être musicien-ne, il suffit de sentir l'appel !

Quand et où ?

Judi 5 et Vendredi 6 novembre 2026

Durée 2 jours – horaires : 9h30 – 18h le jeudi ; 9h30 – 17h le vendredi

A Villeneuve de Berg (Ardèche - 07) – l'adresse précise vous sera communiquée lors de votre inscription

Tarif

250 € pour l'enseignement

Hors frais d'hébergement potentiel (25€ / nuit sur place)

Repas partagés avec les contributions de chacun-e

Demande d'inscription auprès d'Adeline au 06 06 62 62 27 ou par mail

boiche.adeline@hotmail.fr

Pour s'inscrire : règlement de 50€ d'arrhes (par chèque ou virement) ; aucun remboursement ne pourra avoir lieu pour toute annulation qui surviendrait moins de 15 jours avant la date du stage, soit à partir du 22 octobre 2026.

Règlement du solde sur place, par chèque / espèces ou virement.

Matériel : les diapasons sont fournis durant la formation (merci d'apporter les vôtres si vous en avez). Vous pouvez assister à la formation sans rien acheter au préalable, venir « tester » si la pratique vous séduit. Ensuite, vous pourrez utiliser votre voix (toujours présente et gratuite), ou bien acquérir les diapasons. Minimum requis : 2 diapasons lestés 128 Hz et 64 Hz (coût à prévoir = 183€ neuf, il existe aussi régulièrement des possibilités d'achat d'occasion)

La formatrice – Adeline Boiché-Desplantes

Adeline aime se décrire comme une créatrice de lien(s), avec soi-même, avec les autres, avec le vivant.

D'abord musicienne (flûte traversière et direction d'orchestres), Adeline a travaillé 10 ans dans la gestion de projets culturels en lien avec la musique classique, avant de se reconvertir dans la médecine chinoise. Elle exerce en tant qu'acupuntrice et énergéticienne spécialisée en libération émotionnelle depuis 2018.

C'est tout naturellement que le jeu des vibrations et son passé de musicienne l'ont "rattrapée", à la fois dans les soins individuels et lors des accompagnements collectifs. Créatrice dans l'âme, elle a créé le cycle de formations "La Voix du Ventre" (d'inspiration *Chi Nei Tsang*), avec toujours ce même fil conducteur de connexion profonde à soi-même, pour écouter sa Voix intérieure, et suivre sa Voie en conscience. Elle intervient régulièrement au sein de l'école d'acupuncture Qi Ming en Ardèche.

Adeline a été formée aux arts vibratoires de la sonothérapie par Emmanuel Comte (*Medson*) et par transmission orale avec sa Maître taoïste Sifu Kar Fung Wu. Elle utilise les diapasons thérapeutiques à chacune de ses séances en présentiel.

Elle intervient chaque année pour animer une séance de supervision collective lors du séminaire de sonothérapeutes en Vendée « les sonothérapeutes ».

En savoir plus sur [mon parcours ici](#)

Adeline – 06 06 62 62 27 – www.adeline-boiche-desplantes.com