

## FRAIS D'HEBERGEMENT ET RESTAURATION

Les frais d'hébergement et de repas sont à la charge du stagiaire. Possibilité d'être hébergé aux Résidences de l'abbaye (3 gammes d'hébergement possibles) et de prendre les repas à l'abbaye.

- **Hôtellerie de l'Abbaye de Sylvanès**  
capacité de 20 lits en dortoir et 15 chambres (1, 2 ou 3 lits)
- **La Maison de Blanche située à Sylvanès**  
composée de 9 chambres confortables
- **Le Château de Gissac (et Orangerie)**  
résidence de tourisme, 21 chambres à 4,5 km de l'abbaye  
Tél. : 05 65 49 08 29 - residences@sylvanes.com

Forfait pour 4 jours en pension complète à partir du dîner du lundi jusqu'au déjeuner du vendredi.

Prix par personne en € (sauf tarif couple E) hors boissons.

A	Chambre indiv. (WC, Douche) Maison de Blanche	360 €
B	Chambre à 2 lits (WC, Douche) Maison de Blanche	252 €
C	Chambre indiv. (Lavabo) Hôtellerie de l'Abbaye	232 €
D	Chambre à 2 ou 3 lits (Lavabo) Hôtellerie de l'Abbaye	220 €
E	Chambre de couple (Lavabo) Hôtellerie de l'Abbaye	440 €
F	Dortoir mixte (sanitaire communs) Hôtellerie de l'Abbaye	192 €
G	Chambre indiv. (WC, Douche) Orangerie de Gissac	372 €
H	Chambre double (WC, Douche) Orangerie de Gissac	264 €
I	Chambre indiv. (WC, Douche) Château de Gissac	412 €
J	Chambre double (WC, Douche) Château de Gissac	316 €

NB : Pour les formules G, H, I, J ( Gissac ) le petit déjeuner est servi au château et le déjeuner et le dîner à l'Abbaye. **Ces tarifs incluent pour le séjour le linge de toilette et la literie.**

Pour ce stage, ajouter taxe de séjour de 0,35 €/jour/pers.

Attention :

- Les prix ci-dessus sont forfaitaires et ne souffrent d'aucune réduction, même en cas de repas non-pris ou de départ anticipé
- nous vous signalons que notre service de restauration n'assure pas de régime alimentaire spécifique..

## ABBAYE DE SYLVANÈS

CENTRE CULTUREL DE RENCONTRE  
AVEYRON OCCITANIE

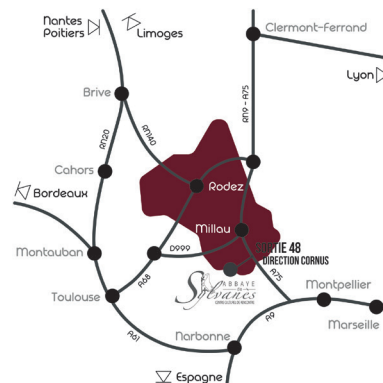
Nichée dans une vallée au cœur de la forêt, dans un cadre naturel et patrimonial d'exception, l'ancienne abbaye de Sylvanès est aujourd'hui un haut lieu de Culture, d'Art et de Spiritualité.

Labellisée Centre culturel de rencontre, la musique et le dialogue des cultures sont au cœur de son projet.

Avec pour objectifs majeurs « **Expérimenter, partager, transmettre** », il se décline autour de cinq axes principaux :

- un pôle patrimoine, découverte et interprétation du site
- un pôle de diffusion, création et production musicale dans le cadre du Festival international de Musiques Sacrées - Musiques du Monde (42<sup>e</sup> édition en juillet-août 2019).
- un pôle de formation et de pédagogie du chant pour amateurs et professionnels avec l'organisation de nombreux stages (chant choral, lyrique, sacré, technique vocale, académie de chant baroque, classes de maîtres...)
- un pôle d'éducation et pratiques artistiques des jeunes, par des actions de médiation et de sensibilisation.
- un pôle de rencontre par des colloques sur le dialogue interculturel et interreligieux, des rencontres « du film musical », des voyages culturels...

Point fort du tourisme culturel en Aveyron, l'Abbaye de Sylvanès est labellisée Grands Sites Occitanie.



CENTRE CULTUREL DE RENCONTRE

Abbaye de Sylvanès - 12360 SYLVANÈS

Tél. : 05.65.98.20.20 / abbaye@sylvanes.com / www.sylvanes.com



## POLYPHONIES BULGARES

sous la direction de

Milena Jeliakova & Milena Roudeva  
du QUATUOR BALKANES



Du 22 > 26 juillet

19

## PROGRAMME ET DÉROULEMENT

Les chants polyphoniques bulgares, profanes et sacrés, ont traversé les siècles en sauvegardant leur originalité. Largement diffusés en France depuis une trentaine d'années, ils restent cependant énigmatiques pour les oreilles occidentales tout en continuant de toucher tous les publics grâce à leur forte charge émotive.

Vouloir s'initier à l'art polyphonique, quel qu'il soit, implique déjà la conscience d'un travail de groupe à accomplir, la notion même de « polyphonie » invitant à une plus grande écoute de l'Autre, mais également à une prise de conscience de soi au sein d'un ensemble de personnes chantantes. Cette prise de conscience sera accompagnée, pendant le travail sur les polyphonies bulgares, d'outils techniques précis permettant l'interprétation vocale et scénique de ce type de musique complexe et exigeante. Ainsi, chanter des polyphonies devient synonyme à la fois d'introspection et de travail d'équipe – travail qui appelle le plaisir sonore, le plaisir d'être ensemble, de créer du son ensemble, de faire sens ensemble. Accepter sa propre voix (voie) au sein du groupe, l'harmoniser avec celles des autres, créer ainsi une unité à partir des différences de chacun, et ceci – à travers le chant millénaire bulgare.

### Répertoire travaillé

POLYPHONIES BULGARES : chants traditionnels profanes et sacrés orthodoxes.

### Méthode

- **Echauffement corporel** : Mise en accord, préparation du corps pour trouver les résonances, gestion du souffle à travers d'exercices adaptés.
- **Le rôle du corps** – conscience, posture, mouvement - en tant qu'élément essentiel pour la maîtrise vocale.
- **Exploration des timbres et travail sur la langue chantée** : Placement de la voix (spécificités selon les hauteurs), gestion du son, travail sur les voyelles et les consonnes bulgares, articulation.
- **Approche polyphonique** : travail sur les intervalles et accords modaux
- **Initiation aux rythmes impairs** en chant, à l'**ornementation**, à l'**interprétation**, la **mise en espace**.

Le stage débutera le lundi 22 juillet à 15 h et se terminera le vendredi 26 juillet à 17 h après l'audition de fin de stage. L'accueil des stagiaires se fera le lundi 22 juillet dès 14 h.

## PUBLIC

Cet atelier de chant est ouvert à des adultes, tous niveaux, aucune connaissance préalable n'est exigée.

## ENCADREMENT PÉDAGOGIQUE

Milena Jeliaskova et Milena Roudeva sont toutes les deux bulgares, venues en France à l'âge adulte. Depuis 1997 elles font partie du quatuor Balkanes qui crée un répertoire original à partir des chants traditionnels et liturgiques bulgares. Lauréat de plusieurs prix d'interprétation (concours des JMF, Tremplin des polyphonies de Laas, etc...), BALKANES se produit en France, en Europe et au-delà depuis plus de 20 ans, et est le seul quatuor vocal féminin à avoir été programmé à la fois à une des Nuits de l'Improvisation de Jean-François Zygel, à un de ses Concerts de l'Improbable au Théâtre du Châtelet, à ses émissions « La Boîte à Musique » sur France 2 et « La preuve par Z » sur France Inter. Milena Jeliaskova et Milena Roudeva animent des stages de polyphonies bulgares depuis plus de 14 ans à la demande de Festivals en France et à l'étranger, de Centres Vocaux, de CRR et CNR, et sont toutes les deux intervenantes-pédagogues à l'Institut International des Musiques du Monde d'Aubagne (iimm.fr).

[www.balkanes.com](http://www.balkanes.com)

**TARIF : 260 € / 200 €** (jeunes de moins de 26 ans)

## MODALITÉS D'INSCRIPTION

• Dans l'optique d'une formation qualitative et individualisée, ce stage est limité à 20 participant(e)s. Les places sont attribuées par ordre chronologique de réception du bulletin d'inscription.

• En cas de désistement moins de 15 jours avant le stage, l'adhésion et les acomptes seront retenus.

• L'Abbaye se réserve le droit d'annuler le stage si celui-ci est insuffisamment rempli.

• Retourner le bulletin d'inscription ci-contre accompagné des acomptes suivants : (chèques séparés obligatoires)

### Adhésion nominative obligatoire à l'association

(chèque à l'ordre de l'Abbaye de Sylvanès)

- Membre sympathisant : de 16 à 49 € / an
- Membre actif individuel : à partir de 50 € / an
- Membres actifs couple : à partir de 80 € / an

### Acompte pour le stage : 80 € / pers

(chèque à l'ordre de l'Abbaye de Sylvanès)

### Acompte pour l'hébergement : 80 € / pers

(chèque à l'ordre de Les Résidences de l'Abbaye)

## BULLETIN D'INSCRIPTION

Nom : .....  
Prénom : .....  
Adresse : .....  
.....  
Code postal : .....  
Ville : .....  
Tél. : .....  
Tel Portable : .....  
Courriel : .....  
Profession : .....  
Age : .....

Je m'inscris à l'Atelier de **POLYPHONIES BULGARES** du 22 au 26 juillet

Je joins un chèque de 80 € d'acompte par personne pour les frais de stage (chèque à l'ordre de l'Abbaye de Sylvanès).

Je joins un chèque de .....€ (à partir de 16 €) d'adhésion à l'Association des Amis de l'Abbaye de Sylvanès. (merci de bien établir un chèque séparé de l'acompte à l'ordre de l'Abbaye de Sylvanès)

Pour mon **hébergement**, je choisis la formule :

A  B  C  D  E  F  G  H  I  J

Je joins un chèque d'acompte de 80 € par personne pour les frais d'hébergement (chèque à l'ordre de Les Résidences de l'Abbaye)

J'arriverai le ..... à ..... h.

Moyen de transport : .....

J'accepte que l'on communique mes coordonnées à d'autres stagiaires pour un éventuel co-voiturage : je dispose de ..... places dans ma voiture au départ de .....

Comment avez-vous connu l'abbaye : bouche à oreille, site internet, presse, autre ? Précisez

.....  
.....

### AUTORISATION / DROIT À L'IMAGE :

J'autorise l'Abbaye de Sylvanès à me photographier ou me filmer dans le cadre de ce stage. Ces images pourront être utilisées, diffusées et reproduites par l'Abbaye de Sylvanès uniquement à des fins de communication.