

INCORPORATING SOUND & MUSIC INTO SELF-CARE WORKSHOPS

REGISTER ON BOOKING <https://bkk.cfmws.com/winnipegpub/courses/index.asp>

WORKSHOP 1 THE TRANSFORMATIVE POWER OF MUSIC

This interactive workshop explores the foundations of music therapy, blending theory with hands-on experience. Participants will explore the principles behind how music can be used as therapy and who may benefit from this modality, while engaging in experiential exercises to feel the impact of music firsthand. Ideal for therapists, community members, and anyone interested in the healing power of music, this workshop provides both academic insight and personal connection to the transformative potential of music therapy.



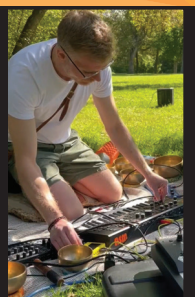
JESSICA HEISE – Board-certified music therapist and psychotherapist dedicated to supporting individuals across the lifespan in their healing journeys. As the founder of Transformative Music Therapy, Jessica specializes in working with those navigating childhood disconnect, trauma and psycho-emotional challenges. Jessica's work is grounded in attachment theory and trauma-informed practice and integrates the power of music with deep therapeutic insight to foster connection, resilience and self-discovery.

WORKSHOP 2 EQUANIM SOUND HEALING

This workshop will introduce how sound can be used to enhance well-being. Participants will learn about how sounds are created, layered and how different frequencies can affect people. They will also explore how to practically incorporate breathing/vocal resonance techniques into daily self-care routines by being led through a simple guided meditation accompanied by a sound bath created with synthesizers, Tibetan singing bowls and other effects.



STEPHEN BOYD – Licensed & Registered Hypnotherapist, University of Winnipeg B.A. Psychology, 15 years social service experience including being an Elder's assistant to Jules Lavellee, NLP practitioner, certified EFT practitioner, lifetime musician classically and jazz trained, music producer over 30 years, sound healer.



INCORPORATING **SOUND & MUSIC** INTO **SELF-CARE WORKSHOPS**

BROUGHT TO YOU BY 17 Wing Helping Professionals Committee

FRIDAY
FEBRUARY 28TH

HANGAR 17

1230-1500 hrs

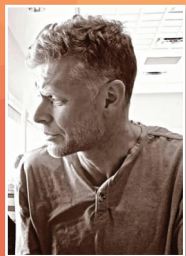
PRESENTERS



JESSICA HEISE

Board-certified
music therapist &
psychotherapist

Full biography on next page



STEPHEN BOYD

Licensed &
registered
hypnotherapist

Full biography on next page

**REGISTER
ON BOOKING**



EVENT SCHEDULE

1230-1300 hrs

HELPING PROFESSIONALS SHOWCASE
with coffee & refreshments at **THE WOBBLY PROP**

Details of workshops available on next page.

1300-1345 hrs

WORKSHOP 1 OR WORKSHOP 2

**THE TRANSFORMATIVE
POWER OF MUSIC**

Jessica Heise

VAN RUITEN LOUNGE

**EQUANIM SOUND
HEALING**

Stephen Boyd

HOLLAND LOUNGE

1400-1445 hrs

WORKSHOP 1 OR WORKSHOP 2

**THE TRANSFORMATIVE
POWER OF MUSIC**

Jessica Heise

VAN RUITEN LOUNGE

**EQUANIM SOUND
HEALING**

Stephen Boyd

HOLLAND LOUNGE

PARTICIPANTS ARE WELCOME TO ATTEND BOTH WORKSHOPS.

INTÉGRER LES SONS ET LA MUSIQUE

DANS LES **ATELIERS** D'AUTOGESTION DE LA SANTÉ

INSCRIPTION SUR BOOKING <https://bkk.cfmws.com/winnipegpub/courses/index.asp>

ATELIER 1 LE POUVOIR TRANSFORMATEUR DE LA MUSIQUE

Cet atelier interactif explore les fondements de la musicothérapie en alliant la théorie à l'expérience pratique. Les participants découvriront quels sont les principes qui sous-tendent l'utilisation de la musique en thérapie et qui sont les personnes susceptibles d'en bénéficier. Ils prendront aussi part à des exercices expérientiels pour ressentir directement les effets de la musique. Cet atelier est idéal pour les thérapeutes, les membres de la communauté et toute personne intéressée par le pouvoir de guérison de la musique, et il donne aux participants l'occasion d'avoir à la fois un aperçu théorique et une expérience personnelle du potentiel transformateur de la musicothérapie.



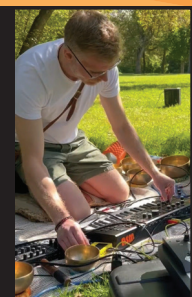
JESSICA HEISE – Détentrice d'un permis d'exercice de psychothérapeute et de musicothérapeute, Jessica s'emploie à aider les gens de tout âge dans leur parcours de guérison. En tant que fondatrice de Transformative Music Therapy, elle se spécialise dans le travail auprès des personnes aux prises avec des problèmes psycho-émotionnels, des traumatismes et des blessures de l'enfance. Le travail de Jessica se fonde sur la théorie de l'attachement et la pratique tenant compte des traumatismes. Il allie le pouvoir de la musique à une connaissance approfondie de la thérapie pour favoriser l'établissement de liens, la résilience et la découverte de soi.

ATELIER 2 BAIN SONORE ET MÉDITATION DE « EQUANIM SOUND HEALING »

Cet atelier porte sur les façons d'utiliser les sons pour améliorer le bien-être. Les participants apprendront comment les sons sont créés et superposés, et comment différentes fréquences peuvent avoir des effets sur les gens. Ils exploreront également comment intégrer concrètement des techniques de respiration/résonance vocale dans les activités quotidiennes d'autogestion de la santé grâce à une simple méditation guidée accompagnée d'un bain sonore créé par des synthétiseurs, des bols chantants tibétains et d'autres effets.



STEVE BOYD – Hypnothérapeute licencié et enregistré, Université de Winnipeg, B.A. en psychologie, 15 années d'expérience en travail social, notamment en tant qu'assistant de l'aîné Jules Lavellee, praticien en PNL, praticien EFT certifié, musicien de longue date formée à la musique classique et au jazz, producteur musical depuis plus de 30 ans et guérisseur par les sons.



INTÉGRER LES SONS ET LA MUSIQUE

DANS LES **ATELIERS** D'AUTOGESTION DE LA SANTÉ

ORGANISÉ PAR LE
Comité des professionnels aidants de la 17^e Escadre

VENREDI
28 FÉVRIER

HANGAR 17

12 h 30 à 15 h

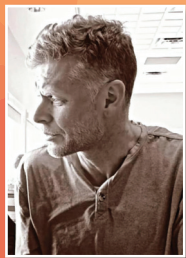
PRÉSENTATEURS



JESSICA HEISE

Détentrice d'un permis d'exercice de psychothérapeute et de musicothérapeute

Biographie complète à la page suivante



STEVE BOYD

Hypnothérapeute autorisé et enregistré

Biographie complète à la page suivante

INSCRIPTION
SUR BOOKING



PROGRAMME DES ATELIERS

12 h 30 à 13 h

PRÉSENTATION DES PROFESSIONNELS AIDANTS
Café et rafraîchissements servis au WOBBLYPROP

Voir les détails des ateliers à la page suivante.

13 h à 13 h 45

ATELIER 1

**LE POUVOIR
TRANSFORMATEUR
DE LA MUSIQUE**

Jessica Heise

SALON VAN RUITEN

OU

ATELIER 2

**BAIN SONORE ET
MÉDITATION DE**

« EQUANIM SOUND HEALING »

Steve Boyd

SALON HOLLAND

14 h à 14 h 45

ATELIER 1

**LE POUVOIR
TRANSFORMATEUR
DE LA MUSIQUE**

Jessica Heise

SALON VAN RUITEN

OU

ATELIER 2

**BAIN SONORE ET
MÉDITATION DE**

« EQUANIM SOUND HEALING »

Steve Boyd

SALON HOLLAND

LES PARTICIPANTS PEUVENT PRENDRE PART AUX DEUX ATELIERS.