

Da bleibt mir glatt die Stimme weg

Ein anderer Umgang mit Stimme und Stress

Bei der Arbeit in der Kita ist die Stimme unverzichtbar, doch leider wird sie immer häufiger und stärker belastet. Viele Erziehende klagen über Heiserkeit, Halskratzen oder sogar den Verlust der Stimme. Dies muss nicht als unabänderlicher Begleitumstand des Berufs hingenommen werden. Gezielte Arbeit mit der Stimme und ihren Rahmenbedingungen kann helfen.

Lernen Sie auf lockere Weise, anders mit der Stimme umzugehen. Nutzen Sie Ihre Stimme effektiver und strengen Sie sich weniger an. Bleiben Sie auch in schwierigen Situationen entspannt und halten Sie sich so Ihre Stimme als wichtiges Arbeitsmittel gesund.

Neben Übungen für den Körper gibt es konkrete Hilfen zum Stimmgebrauch, Sprechübungen und das ein oder andere Lied.

Nummer

24723-138

Datum

20.11.2023

21.11.2023

Zeit

09:00 - 16:00 Uhr

Ort

Bonner Verein für Pflege- und

Gesundheitsberufe e.V.

Fraunhoferstraße 4

53121 Bonn

Zielgruppen

Mitarbeitende in Kitas und Familienzentren

Referent/in

Henry Prediger

Musikpädagoge

Stimmtrainer

Chorleiter

Teilnehmende (max.)

15

Reduzierter Preis für Mitgliedsorganisationen

140.00 €

Normaler Preis für Externe

180.00 €

Bildungspunkte (ECTS)

1.10

Verpflegung

Getränke und Snacks

Unterrichtsstunden

16

Material

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Matte oder Decke mit.