

STIMME UND BALANCE IM BERUFLICHEN ALLTAG

EIN STIMM- UND SPRECHTRAINING FÜR MENSCHEN IN SPRECHBERUFEN

In Ihrem Beruf ist Ihre Stimme nicht nur ein wichtiges Arbeitskapital, sondern auch in besonderer Weise gefordert. Faktoren wie Lautstärke, raum-atmosphärische und akustische Bedingungen sowie Ihre individuellen beruflichen Sprechbelastungen stellen hohe Anforderungen an die Leistungsfähigkeit, Klarheit und Präsenz Ihrer Stimme. Nicht selten entwickelt sich im Zuge einer fehlerhaften Belastung der Stimme, im Sinne einer zu lauten oder zu leisen, einer zu hektischen oder einer zu gepressten Sprechweise ein unökonomischer Stimmgebrauch. Dieser kann die Stimme dauerhaft schädigen. In diesem Seminar wenden sich die TeilnehmerInnen daher ganz der eigenen Stimme zu und erfahren gemeinsam, wie sie mithilfe einer ökonomischen Atem- und Stimmtechnik mehr Kraft, Ausdruck, Wohlklang, Weichheit und Fülle in ihre Stimme bringen. Dann hat Ihre Stimme nicht nur den optimalen Sound, um etwas stimmig zu präsentieren und souverän aufzutreten, sondern auch die nötige Ausdauer, um Ihren ganzen Sprechalltag durchzuhalten.

Trainingsinhalte:

- Grundlagen der Stimmphysiologie in Theorie und Praxis
- Die Stimme trainieren – effektiv und ohne Reibungsverluste
- Den eigenen Sound finden – klar, resonanzreich und tragfähig
- Rhetorik-Crash-Kurs: souverän, präsent und durchsetzungsfähig auftreten
- Raum schaffen für ein befreites Ein-, Aus- und Durchatmen
- Ganz gelassen: Den Körper und die Stimme entspannen
- Stimm-Warm-Up: optimal vorbereitet für Beratung, Gespräche und Konferenzen
- Stimmgesundheit und Prävention

Methoden:

- Theorie
- Praktische Übungen und Selbsterfahrung
- Übungen im Gruppensetting
- Erfahrungsaustausch/ Feedback durch die Stimmtrainer



Weitere Infos

[www.markus-miltrup.de/
stimmseminare-2024](http://www.markus-miltrup.de/stimmseminare-2024)



Ort: Praxis Kontext, Koblenzer Str. 20a, 32584 Löhne
Seminarkosten: 99,00 Euro (inkl. Stimmhygiene- und Übungsequipment)
Seminarstruktur: Tagesseminar mit 8 UE jeweils von 10:00 - 17:00 Uhr
Termine 2024: Samstag, 20.04.2024
Samstag, 08.06.2024
Samstag, 28.09.2024
Samstag, 09.11.2024
Anmeldungen: Gerne an kontakt@markus-miltrup.de oder mobil an 0171 8380953

Earlybird-Rabatt:
Die ersten fünf Workshop-AnmelderInnen erhalten 10 % Rabatt.

Seminarleitung

Markus Miltrup

- Jahrgang 1967, staatl. anerk. Logopäde, Stimmbildner
- Von 2001 – 2012 Logopäde im Stimm- und Sprachheilzentrum Bad Oeynhausen
- Berufliche Schwerpunkte: Therapie von Stimm- und Atemstörungen, Stimmarbeit mit Menschen in Sprechberufen
- 1992 - 1999 privates Gesangsstudium
- 1997 – 2006 Fortbildung Funktionale Stimmbildung bei Gisela Rohmert nach der Lichtenberger® Methode, Lichtenberger® Institut für angewandte Stimmphysiologie
- Funktionale Stimmarbeit nach der Rabine-Methode
- Funktionale Stimmarbeit nach der Heptner-Methode



Deborah Henkel

- Jahrgang 1987, klinische Linguistin M. Sc.
- Von 2013 – 2020 klinische Linguistin in der Praxis Kontext Bad Oeynhausen
- Von 2015 – 2020 Praxisleitung und fachliche Leitung der Sprachtherapie
- Von 2020 – 2023 Mitaufbau des interdisziplinären Zentrums für ambulante Rehabilitation – Kontext
- Berufliche Schwerpunkte: Therapie von neurogenen Dysphagien, Dysarthrien und Aphasien, Therapie von funktionellen und organischen Stimmstörungen
- Fortbildungen in den Bereichen: Funktionale Stimmtherapie, manuelle Schlucktherapie, Neuromuskuläre Kontrolle nach Brondo, manuelle und osteopathische Techniken bei CMD

