

Termin:

Mo – Di, 1. – 2. Juli 2019

Titel:**„Stimmig“ im Beratungsalltag**

Name, Vorname	<input type="checkbox"/> weiblich	<input type="checkbox"/> männlich
Telefon		
E-Mail		
Name und Anschrift der Einrichtung		

- Mit Übernachtung im Einzelzimmer
 Ohne Übernachtung
 Vegetarisches Essen

Besonderheiten: _____

Die unter www.lwl.org/fortbildung aufgeführten „Teilnahmebedingungen“ werden mit der Anmeldung anerkannt. Eine kostenfreie Abmeldung ist nur bis zum Anmeldeschluss möglich. Personenbezogene Daten werden elektronisch erfasst.

Unterschrift**Zielgruppe:**

Mitarbeiter/innen der Sucht- und Jugendhilfe in beratenden oder therapeutischen Kontexten

Datum: Mo – Di, 1. – 2. Juli 2019**Veranstaltungsort:**

Tagungshaus Karneol
 Sellen 2, 8565 Steinfurt
 Tel.: 02551 80572
www.tagungshaus-karneol.de

Beginn: 01. Juli 2019, 10.00 Uhr**Ende:** 02. Juli 2019, 16.30 Uhr**Anmeldung:**

Nutzen Sie die Vorteile der Online-Anmeldung unter: www.lwl.org/fortbildung Eine Anmeldung per Post oder Fax mit nebenstehendem Formular ist ebenfalls möglich.

Anmeldeschluss: 06. Mai 2019**Teilnahmezusage:**

Der Eingang Ihrer Anmeldung ist verbindlich. Bei Überschreitung der Teilnehmenden-Zahl behalten wir uns vor, max. einen Platz pro Einrichtung zu vergeben. Eine Zusage (bzw. Absage) erhalten Sie nach dem Anmeldeschluss.

Teilnehmendenzahl: 12 Teilnehmende**Referentin:** Andrea Bremer**Fragen zur Organisation:**

Susanne Kübel
 Tel.: 0251 591-5383
 Fax: 0251 591-3245
susanne.kuebel@lwl.org

Fragen zum Inhalt:

Barbara Harbecke
 Tel.: 0251 591-5508
barbara.harbecke@lwl.org

Kosten:

207,00 Euro Teilnahmeentgelt
 zzgl.

118,00 Euro Verpflegung und Übernachtung im Einzelzimmer
 inkl. gesetzliche Umsatzsteuer

FORTBILDUNG**„Stimmig“ im
Beratungsalltag**

„Stimme fordert Mut und den
 ganzen Menschen.“

1. – 2. Juli 2019
 Tagungshaus Karneol
 Steinfurt

Sehr geehrte Damen und Herren!

„Stimme fordert Mut und den ganzen Menschen.“

Im Beratungsalltag treten Berater/innen und Therapeuten/innen ständig in Kontakt mit anderen Menschen. Wie dieser Kontakt gelingt, hängt dabei zum großen Teil von unserer Stimme ab. Sie ist Vermittlerin und Ausdruck unserer Persönlichkeit. Wir können mit klarer, klangvoller Stimme unser Gegenüber für uns gewinnen, oder leise, verhaucht und angestrengt einen unsicheren oder gestressten Eindruck hinterlassen. Sich die Wirkung seiner eigenen Stimme bewusst zu machen, heißt auch herauszufinden wie ich meine berufliche Rolle und den Kontakt zu Klienten, Mitarbeitern, Kollegen ... durch eine klangvolle Stimme unterstützen kann.

Durch eine hohe Stimmbelastung und andere ungünstige Faktoren, wie z.B. Stress können Beschwerden wie Räusperzwang, Heiserkeit oder Anfälligkeit für Erkältungen den Alltag mühsam machen. Ein Ressourcen-schonender Umgang mit der eigenen Stimme ist daher wichtig, um die Stimmgesundheit zu erhalten.

In unserem Seminar möchten wir die Teilnehmer sensibilisieren mit ihrem „Handwerkszeug“ Stimme ökonomisch und bewusster umzugehen und ihnen mit Hilfe von Körper-, Atem- und Stimmübungen die Möglichkeit geben, ihre Stimmgesundheit zu erhalten.

Ziel dabei ist es, stimmliche Ressourcen (wieder) zu entdecken und die eigene Stimme tragfähig und belastbar einzusetzen. Außerdem werden sich die Teilnehmer der Wirkung Ihrer eigenen Stimme bewusst. Das Seminar bietet gleichzeitig die Möglichkeit einmal „durchzuatmen“ und den Herausforderungen des Arbeitsalltags wieder gestärkt entgegenzutreten.

Dies alles geschieht in einem sehr wertschätzenden Rahmen. Der Spaß an der eigenen Stimme steht dabei immer im Vordergrund.

Wir freuen uns sehr über Ihre Teilnahme.

Barbara Harbecke
LWL- Koordinationsstelle Sucht

Fortbildungsinhalte

- Stimmphysiologie: Wie entsteht Stimme, welche Faktoren beeinflussen sie?
- Stimmhygiene: Was kann ich im Alltag tun, um meine Stimme zu entlasten und sie zu pflegen?
- Stimmliches „warmup“: Übungen, um die Stimme vor Sprechbelastungen aufzuwärmen und zu lockern.
- Praktische Körper-, Atem- und Stimmübungen zu folgenden Themen: Körperlockerung und -entspannung; Stimmresonanz statt Lautkraft; nicht „außer Atem“ kommen; flexibel und leicht artikulieren; Stimme – Emotion
- Feedback zur Wirkung der eigenen Stimmung eines Lehr-Lern-Kontrakts

Programm

1.Tag
09:30 Uhr Anreise/ Stehkafee
10:00 Uhr Beginn
17:00 Uhr Ende

2. Tag
09:00 Uhr Beginn
16:30 Uhr Ende