

Weiterbildung und Workshop

Damit die Stimme stimmt

9. November 2011, 18.30 Uhr, PROGR, Bern

Mittwoch, 9. November 2011, 18.30 Uhr
PROGR, Zentrum für Kulturproduktion
Waisenhausplatz 30, 3001 Bern.

Weiterbildung und Workshop:

Damit die Stimme stimmt

Liebe Kolleginnen und Kollegen

Deutlich artikulieren? Wohl klingen? Souverän sprechen?
Wer seine Stimme gekonnt einsetzt, überzeugt.
Erfahren Sie, was eine gute Stimm-, Sprech- und Atem-
technik auszeichnet und wie Sie sie trainieren können.
Denn beim Sprechen ist Ihre Stimme der Ton, der die
Musik macht.

Mit Brigitt Walser, Schauspielerin, Trainerin und
Coach für Auftritte (www.speak.ch). Im Anschluss
Apéro und Networking.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.

Für den BPRG-Vorstand
Cla Martin Cafilisch, Vizepräsident



pr suisse

BPRG Berner
Public Relations Gesellschaft

Buchzeichen zur Erinnerung
< abtrennen und einstecken

Mittwoch, 9. November 2011, 18.30 Uhr

Weiterbildung und Workshop: Damit die Stimme stimmt

Ort

PROGR, Zentrum für Kulturproduktion
Waisenhausplatz 30, 3001 Bern

Anmeldung

bis am 2.11.2011 unter www.bprg.ch oder
E-Mail an info@bprg.ch

Fragen

Cla Martin Caflisch, Vizepräsident BPRG,
cmc@cmcaflis.ch

Nächster Anlass

BPRG-Weihnachtsessen im Hotel Bellevue Palace,
2. Dezember 2011

In 5 Schritten zur guten Stimme

1. **Stimmbänder befeuchten:**
Trinken Sie ein Glas Wasser.
2. **Stimmbänder ins Vibrieren bringen:**
Klopfen Sie sich die Brust und geben Sie einen Ton (mhm) von sich mit geschlossenem Mund.
3. **Stimme anwärmen:**
Klopfen Sie weiter und öffnen Sie den Mund – lassen Sie den Ton ganz entspannt klingen (aaaahh).
4. **Sprechmuskulatur schärfen:**
Lockern und bewegen Sie Ihren Kiefer, kauen Sie einen imaginären Kaugummi.
5. **Stimmung machen:**
Denken Sie an etwas, was Sie freut – man wird es an Ihrer Stimme hören!