



Das Schweizer Netzwerk für Stimme und Kommunikation

Jahresprogramm

2010

stimmt!

Wenn die Stimme stimmt, stimmt's
„Sprich, damit ich dich sehe.“
Platz für die Stimme
Singwoche am Bielersee
Freie Stimme - ein Gesangsworkshop

„Ob wir wollen oder nicht, in unseren Tagen liegt die Macht beim Wort - die Macht gehört denen, die reden können!“

Lord Salisbury, 1830-1903, Politiker

Wozu sich mit der Stimme beschäftigen?

Beim Reden oder Sprechen kommt es nicht nur darauf an, „WAS“ wir sagen, sondern auch auf das „WIE“. Neben Wortwahl, Betonung, Gestik und Mimik ist die Stimme von grösster Bedeutung. Wenn wir von Stimme sprechen, meinen wir aber immer mehr als nur Worte und Klang. Wir meinen damit die ganze Person. Unsere Stimme entscheidet auch darüber, wie wir bei Präsentationen, im Verkaufsgespräch, im Unterricht, an Teamsitzungen, im Sprechenden und singenden Vortrag aber auch in der privaten Kommunikation im Familien- und Freundeskreis wirken.

Zu den etabliertesten und umfassendsten Arbeitsansätzen in der Sprech- und gesangspädagogischen wie auch stimm- und sprechtherapeutischen Arbeit gehört das AAP® Stimm- und Sprechtraining.

Was ist AAP®?

AAP® heißt Atemrhythmisch Angepasste Phonation; d.h. die Phonation (Sprechen oder Singen) soll sich unserem Atemrhythmus anpassen. Die Atmung aber ist abhängig von unserem körperlichen, geistigen und seelischen Zustand. Das AAP® Stimm- und Sprechtraining ist ein wissenschaftlich begründetes und pädagogisch umsetzbares Konzept für die Arbeit mit Atem und Stimme, entwickelt von Prof. Dr. Horst Coblenzer (Schauspieler und Sprech-erzieher) und Prof. Dr. Franz Muhar (Lungenfacharzt).

Mit AAP® trainieren Sie nicht nur die Stimme, sondern den ganzen Menschen als kommunizierende Persönlichkeit. Dieses Training dient Ihnen zu einer aufrechten und balancierten Körperhaltung, einem freien, natürlichen Atemfluss, einer dynamischen Körpersprache, einer klaren und klangvollen Stimme, einer präzisen und lockeren Artikulation - und dies alles eingebunden in eine respektvolle und offene Zuwendung zu Ihren Zuhörerinnen und Zuhörern.

Das Schweizer Netzwerk für Stimme und Kommunikation

Das Netzwerk wurde 2009 von drei Personen gegründet (siehe S. 8). Wir orientieren uns stark an der AAP® und ermöglichen dank unserer unterschiedlicher Grundausbildungen (Gesangspädagogik, Logopädie, Psychologie) differenzierte und individuelle Zugänge zur Stimme und zur Kommunikation.



Sie trainieren, wie die Stimme auch bei längerem Vortrag klangvoll bleibt, wie Sie sich in lauter Umgebung stimmlich durchsetzen können ohne heiser zu werden oder wie Sie in der Chorprobe gut für Ihre Stimme sorgen können, wie plastische Artikulation zu besserer Verständlichkeit führt, wie Sie Ihrer Rede Ausdruck verleihen und dabei Eindruck machen, kurz: wie Sie Ihren Körper als Instrument für einen überzeugenden Auftritt einsetzen können.

Dieses Training dient der Burnoutprophylaxe und Selbstfürsorglichkeit durch Körperwahrnehmung. Die Atemrhythmisch Angepasste Phonation AAP wird eingeführt oder vertieft, in Verbindung mit Funktioneller Entspannung nach Marianne Fuchs.

**Wenn die
Stimme
stimmt,
stimmt's**

stimmt!

- Datum 27.02.2010 09.00 - 17.00
- Ort Praxis für Logopädie, Sempacherstrasse 16
6003 Luzern, 6.Stock
- Leitung Irene Bucheli-Zemp
- Kosten CHF 180.00
- Anmeldung bis 15. Feb. bei Irene Bucheli (siehe S. 8)
- Weitere Info direkt bei der Kursleitung oder www.buchelly.ch



Platz für die Stimme

Die Stimme ist Ihre ganz persönliche Visitenkarte. Menschen mit Stimme finden Anklang. Menschen mit gepflegter Sprache hinterlassen hörbar stärkeren Eindruck. Mittels praktischer Übungen an Ihrer Haltung, der Atmung und an der Erweiterung Ihrer Resonanzräume schaffen Sie Platz für Ihre Stimme und optimieren so Ihren Stimmklang (sprechend oder auch singend) und Ihre Ausdruckskraft. Für Menschen in Sprech- und Stimmberufen und alle Interessierte, die ihre Stimme weiter entwickeln möchten.

- Datum 26. Juni 2010 09:00 - 17:00
- Ort Luzern
- Leitung Caroline Steffen und Irene Bucheli-Zemp
- Kosten CHF 240.-
- Anmeldung bis 4. Juni bei Irene Bucheli (siehe S. 8)
- Weitere Info direkt bei der Kursleitung



Auf der Basis der AAP erarbeiten wir ein abwechslungsreiches Trainingsprogramm zur Verbesserung der eigenen Sprech- und Stimmqualität.

Nach diesem Seminar können Sie ihre Stimme wirkungsvoll und dennoch schonend einsetzen. Sie erproben Ihren Auftritt / Ihre Präsentation auf spielerische Art und Weise. Sie verschaffen sich Gehör und setzen sich durch. Sie wissen, wie Sie sich vor Heiserkeit schützen können und verfeinern Ihre Körperwahrnehmung. Durch Ihren Ausdruck machen Sie Eindruck.

**„Sprich,
damit ich
dich sehe!“**

stim

- Datum 29./30. Mai 2010 Sa 10:30 - So 15:30
- Ort Stella Matutina Hertenstein am Vierwaldstättersee
- Leitung Irene Bucheli-Zemp und Ueli Kilchhofer
- Kosten Kursgeld CHF 410.-
Vollpension CHF 140:- bis CHF 158.-
- Anmeldung bis 25. April bei Irene Bucheli (siehe S. 8)
Maximal 14 Teilnehmende
- Weitere Info direkt bei der Kursleitung
oder www.buchelly.ch / www.kilchhofer.com

Singwoche am Bielersee

Wir üben und singen einfache bis mittelschwere Lieder aus verschiedenen Zeiten und in unterschiedlichen Stilrichtungen. Ausführliches Einsingen und integrierte Stimmübungen unterstützen das gemeinsame Klangerlebnis. Locker, konzentriert und druckfrei geniessen wir den gemeinsamen Klang und lassen entstehen, was entsteht. Kein Auftritt am Ende der Woche.

Und zu dieser Singwoche gehört auch die Freizeit - am See, im See, auf dem See, auf den vielen Rad- und Wanderwegen und in den Winzerstuben.

- Datum Mo - Sa, 5. - 10. Juli (Mo 10:30 - Sa Morgenessen)
- Ort Aarbergerhus (das klingende Haus) in Ligerz
- Leitung Ueli Kilchhofer
- Kosten Kursgeld und Halbpension CHF 780.-
Für Einzelzimmer Zuschlag von CHF 85.- / Woche
- Anmeldung bis 31. Mai bei Ueli Kilchhofer (siehe S. 8)
- Weitere Info direkt bei der Kursleitung oder www.kilchhofer.com

Singen betrifft den ganzen Menschen. Jeder Mensch besitzt seine eigene, unverwechselbare Stimme. In diesem Seminar haben Sie die Möglichkeit, sich in Kleingruppen Ihrer Gesangsstimme zu widmen. Ganzkörperliche Bewegungen und innere Bilder unterstützen das Zusammenspiel von Atmung, Artikulation und Resonanz. Gemeinsam singen wir mehrstimmige, einfache Lieder.

Freie Stimme - ein Gesangs- workshop

stimmt

- Datum Sa/So, 23./24. Oktober (Sa 10:00 - So 16:00)
- Ort Evang. Tagungs- und Studienzentrum Boldern
Männedorf am Zürichsee
- Leitung Caroline Steffen und Ueli Kilchhofer
- Kosten Kursgeld CHF 410.-
Vollpension: CHF 177 (Einzelzimmer)
CHF 152 (Doppelzimmer)
- Anmeldung bis 30. Sept bei Ueli Kilchhofer (siehe S. 8)
Maximal 14 Teilnehmende
- Weitere Info direkt bei der Kursleitung oder www.kilchhofer.com



stimmt!

Das Schweizer Netzwerk für Stimme und Kommunikation

Das Schweizer Netzwerk



Irene Bucheli-Zemp

Dipl. Logopädin, Lehrtrainerin AAP, FE-Körpertherapeutin, Padovan-Therapeutin
 Eschenbachstrasse 13, 6023 Rothenburg
 041 280 66 65 / 079 261 47 84
 irene@buchelly.ch / www.buchelly.ch



Ueli Kilchhofer

Psychologe, Lehrtrainer AAP, Dozent und Trainer für angewandte Kommunikation, Chorleiter
 Forsthausweg 16, 3008 Bern
 031 371 04 10 / 079 278 04 42
 info@kilchhofer.com / www.kilchhofer.com



Caroline Steffen

Gesangspädagogin, Lehrtrainerin AAP, Schulmusikerin, Chor- und Ensembleleiterin
 Reckenbühlstrasse 11, 6005 Luzern
 041 310 19 91 / 079 359 36 23
 csteffen@gmx.ch