

STAAP aktuell

STAAP Kurs mit Annalena Schmidt: Präsentierst du noch, oder lebst du schon?!

Der Kurs war mit zwanzig Teilnehmenden gut besucht. Anhand von Videobeispielen und eigenen Präsentationen wurde hör- und spürbar gemacht, worauf es ankommt, um glaubwürdig zu wirken. Wichtig sind eine natürliche Präsenz und einmal mehr die Beziehung zum Publikum.



CAS Stimme und Sprechen

Der CAS Stimme und Sprechen konnte im September 2021 zum fünften Mal mit sieben Teilnehmenden starten. Die Gruppe setzt sich intensiv mit den Übungen von Coblenzer/Muhar auseinander. Das Buch «Erfolgreich sprechen» ist die Grundlektüre dazu.

Weitere Informationen: <https://www.phlu.ch/weiterbildung/studiengaenge/cas-stimme-und-sprechen.html>

DAS Stimm- und Sprechtrainer/in

Ebenfalls – und auch an der PH Luzern – hat im September 2021 mit der ersten Präsenzveranstaltung das Aufbaustudium DAS Stimm- und Sprechtrainer/-in begonnen. Der CAS Stimme und Sprechen oder das AAP-Anwender-Zertifikat ist Voraussetzung dazu.

In den bisher drei Präsenzveranstaltungen lernten die Studierenden u.a. die «Zehn Merkmale guten Unterrichts» nach H. Meyer kennen, bezogen auf die Arbeit als AAP Trainer/-in bedeutet das, wie eine Übung sinnvoll aufgebaut und angeleitet wird und was ein gutes Warmup beinhaltet. Und natürlich kam das eigene Üben nicht zu kurz. Die bisherigen Veranstaltungen waren ebenso lustvoll wie lehrreich. Entsprechend gespannt werden die kommenden Wochenenden erwartet.

Die berufsbegleitende Ausbildung beinhaltet einen grossen Teil an Selbststudium. So müssen sich die Studierenden mit Trainingsstunden bei erfahrenen AAP-Trainerinnen und -trainern selbst fit halten.

An dieser Stelle herzlichen Dank allen AAP-Trainer/-innen, die sich für diese Coachings und auch Hospitationen zur Verfügung stellen!

Weitere Informationen: <https://www.phlu.ch/weiterbildung/studiengaenge/das-stimm-und-sprechtrainer-in.html>

Agenda

| | | |
|-------------------------|--|------|
| ab 14. Januar 2022 | AAP-Einführungskurse | S. 2 |
| ab 15. Januar 2022 | Wenn die Stimme stimmt, stimmt´s | S. 3 |
| 22. Januar 2022 | Mitgliederversammlung STAAP | S. 3 |
| 29. Jan., 16. Feb. 2022 | Wirkungsvoll sprechen 1, PH Luzern | S. 3 |
| 6. April 2022 | Wirkungsvoll sprechen 2, Vertiefungskurs PH Luzern | S. 3 |
| 7. Mai 2022 | Singen nach Herzenslust | S. 4 |
| ab 2. September 2022 | CAS Zertifikationsstudiengang Stimme und Sprechen | S. 4 |
| 17. September 2022 | Gastkurs mit Uwe Schürmann (D, Dortmund) | |

Infos zu den einzelnen Veranstaltungen

AAP Einführungskurse

Nach diesem dreistündigen Basis-Einführungskurs wissen Sie, was das Konzept der AAP (Atemrhythmisch Angepasste Phonation) beinhaltet und haben erste grundlegende Zusammenhänge für ein erfolgreiches Sprechen erkannt und erlebt. Diese Einführungskurse finden jeweils an verschiedenen Orten in der Schweiz statt und garantieren eine individuelle Arbeit in der Kleingruppe (max. 3 Personen).

- **Dicken:** Freitag, 14. Jan., Donnerstag, 17. Feb., Freitag,, 11. März, 2022, jeweils 08:30-11:30 Uhr.
Info und Anmeldung: Catrina Gaudenz; catrinagaudenz@yahoo.de
- **Dübendorf:** Samstag, 29. Jan., 12. Feb., 26. März 2022, jeweils 09:00-12:00 Uhr.
Info und Anmeldung: Miriam Fahrni; info@personare.ch
- **Luzern:** Mittwoch 9. Feb., 16. März, jeweils 14.00 – 17.00 Uhr oder nach Vereinbarung.
Info und Anmeldung: Caroline Steffen; csteffen@gmx.ch

Wenn die Stimme stimmt, stimmt´s

Stimmarbeit ist ein Zugang zu höherer Belastbarkeit im Alltag. Sie stärkt das Selbstwertgefühl und beflügelt Körper Seele und Geist.

Was wird trainiert: der gesunde Stimmgebrauch im Sitzen, Stehen und Gehen beim Sprechen und Singen - die plastische Artikulation, verbunden mit Körperresonanz - die Muskulatur der Stimme rundum den Kehlkopf in Bezug zur Wirbelsäule - die stimmliche Selbstfürsorge mit feinem Tönen durch Knochen, Gelenke und Körperräume als Selbstberuhigung - das spielerische Bewegen, Balancieren, Schaukeln sowie Lachen und Jauchzen, um das übermüdete Zwerchfell aus der Reserve zu locken und wieder in Schwingung, in den Eigenrhythmus zu bringen.

Zwei Konzepte kommen dabei zur Anwendung: Die Atemrhythmisch Angepasste Phonation (AAP) nach Coblenzer / Muhar und die Funktionelle Entspannung (FE) nach Marianne Fuchs.

Leitung: Irene Bucheli - Zemp

Ort: Eschenbachstrasse 13, 6023 Rothenburg

Datum und Zeit: Samstag, 15. Jan., 12. Feb., 19. März, 9. April und 28. Mai 2022, jeweils 09:30 - 17:00 Uhr.

Anmeldung und weitere Informationen: www.buchelly.ch oder 041 280 66 65.

STAAP Mitgliederversammlung

Wie im vergangenen Jahr wird auch im 2022 die Mitgliederversammlung über Zoom durchgeführt. Sie steht unter dem Motto Lehren und Lernen.

Datum und Zeit: Samstag, 22. Januar 2022, 10:00 - 11:30 Uhr.

Anmeldung bis 15. Januar 2022 an: info@staap.ch

Wirkungsvoll sprechen 1

(ausgebucht / Warteliste ist vorhanden)

Dieser Kurs macht Sie mit dem Konzept der AAP (Atemrhythmisch Angepassten Phonation) bekannt und lässt Sie praxisorientiert AAP erleben. Die Kurseinheit ist der erste Baustein des CAS Stimme und Sprechen und wird bei einem allfälligen Besuch angerechnet.

Leitung: Caroline Steffen und Ueli Kilchhofer

Ort: Luzern

Datum: Samstag, 29. Januar 2022 (08:30 – 17:30) und Mittwoch, 16. Februar 2022 (13:30-18:30)

Anmeldung und weitere Informationen: Caroline Steffen; csteffen@gmx.ch oder Ueli Kilchhofer; info@kilchhofer.com oder <https://www.phlu.ch/weiterbildung/kurse/wirkungsvoll-sprechen-1.html>

Wirkungsvoll sprechen 2 (Vertiefungskurs)

Dieser Kurs ist für all jene offen, die AAP bereits kennen (z.B. durch den Einführungskurs «Wirkungsvoll sprechen 1» oder über irgend ein anderes Angebot) und das Gelernte vertiefen möchten.

Leitung: Caroline Steffen und Ueli Kilchhofer

Ort: Luzern

Datum: Mittwoch, 06. April 2022, 14:00 - 17:00

Anmeldung und weitere Informationen: Caroline Steffen; csteffen@gmx.ch oder Ueli Kilchhofer; info@kilchhofer.com oder <https://www.phlu.ch/weiterbildung/kurse/wirkungsvoll-sprechen-2-vertiefungskurs.html>

Singen nach Herzenslust

Singen betrifft den ganzen Menschen. Singen ist gesund. Mit gezielten Übungen entdecken Sie spielerisch den Reichtum Ihrer Singstimme. Sie gewinnt an Kraft und Ausdauer; Atem- und Körperarbeit fördern Ihre Gesamtkonstitution. Mit dem gemeinsamen Singen von Liedern aus aller Welt und verschiedenen Epochen wecken wir die Lust am Singen und erweitern unsere künstlerische Ausdrucksfähigkeit.

Leitung: Caroline Steffen

Ort: Luzern, «Spitalmühle» am Pilatusplatz

Datum: Samstag, 07. Mai 022, 14:00 - 16:00. Anmeldung und weitere Informationen: csteffen@gmx.ch; 041 310 19 91

CAS Zertifikatsstudiengang Stimme und Sprechen

Auch im 2022 steht der CAS Stimme und Sprechen wieder im Weiterbildungsprogramm der PH Luzern. Der Studiengang dauert zwei Semester und richtet sich an Personen, die beruflich viel und gut sprechen müssen und die ihren persönlichen Auftritt optimieren wollen. Bei erfolgreichem Abschluss des CAS Stimme und Sprechen wird das Zertifikat mit dem Titel «Certificate of Advanced Studies Pädagogische Hochschule Luzern in Stimme und Sprechen» mit 10 CP nach ECTS verliehen. Der CAS Stimme und Sprechen ist der Grundbaustein und somit Voraussetzung für den DAS Stimm- und Sprechtrainer/-in.

Durchführung an 7 Wochenenden: 02./03. Sept.; 21./22. Okt.; 11./12. Nov.; 02./03. Dez. 2022 und 24./25. Feb. 17./18. März; 12./13. Mai 2023. Die Präsenzveranstaltungen finden jeweils am Freitag von 13.30 - 18:30 und am Samstag von 09:00 - 12:30 und 14:00 - 17:30 statt. Dazu kommen die Arbeit in Lerngruppen und das selbständige Training und Lernen.

Durchführungsort: Pädagogische Hochschule PH Luzern

Leitung des Lehrgangs: Caroline Steffen

Weitere Dozentinnen und Dozenten:

Kathrin Brühlhart Corbat: Theaterpädagogin, Schauspielerin

Ueli Kilchhofer: Psychologe, Trainer für angewandte Kommunikation

Emanuel Nay: Gebärdensprachlehrer

Marcella Reinertshofer-Beck: Logopädin, Sprecherzieherin

Salome Zwicky: Spezialärztin FMH für Ohren-Nasen-Halskrankheiten, speziell Phoniatrie

Weitere Informationen und Anmeldung: <https://www.phlu.ch/weiterbildung/studiengaenge/das-stimm-und-sprechtrainer-in.html>