

# «Entdecke deine Stimme»

Workshop mit Marie Louise Werth



## Training & Tipps zur Stimmpflege

Samstag, 29. April 2023

14.30 - 17.30 Uhr

Dachstock Gemeindehaus  
Sachseln

KULTURKOMMISSION

SACHSELN



**Die menschliche Stimme** ist unsere klingende Visitenkarte und das Spiegelbild unserer Seele, denn Reden ist äusseres Denken – und Denken ist innere Sprache! Auch vergessen wir, welche Kraft, welches Potenzial und welche Präsenz unsere Stimme eigentlich hat, wie sehr sie unser Leben bestimmt – ich berichte über unser Wahnsinnsorgan «die menschliche Stimme», durchleuchte sie gemeinsam mit dir, um uns ihrer Wichtigkeit bewusst zu werden.

**Die Kraft deiner Stimme** verschafft Gehör. Im Nu kann sie Sympathien erwecken, verzaubern, verärgern, überzeugen oder begeistern. Sie ist unser akustisches Ich, drückt unsere Stimmung aus und verrät uns ebenso die Befindlichkeit unseres Gegenübers. Unsere Stimme ist Werkzeug des Erfolgs und daher auch unser wichtigstes Kommunikationsinstrument – Sprechen ist viel mehr als nur den Mund aufmachen!

**Deine Stimme bewusst einsetzen** Für einen Stimmaufbau ist jetzt die richtige Zeit! Gezielte Übungen zur Stimmbeweglichkeit und zum Training der Muskulatur können wahre Wunder bewirken. Wir erreichen unser Ziel auch ohne Singen. Mit amüsanten und teils gar kniffligen Aufgaben setzen wir uns intensiv mit der Stimme auseinander. Wir hören bewusst auch anderen zu und interpretieren deren Stimme und Gestik. Wir fragen uns: Wie klinge ich? Wie anders klingen die anderen? Was mache ich aus meinem, was machen die anderen aus ihrem Stimmpotenzial? Es geht hier um ein genaues Wahrnehmen, ein differenziertes Hören und um die Feinabstimmung. Dabei wirst du in Kürze viel Neues und Interessantes entdecken und erleben – Reden lernt man nur, indem man redet!

**10 Tipps zur Stimmpflege** Bei dieser Gelegenheit verrate ich dir die zehn Tipps der Stimmpflege. Bist du neugierig? Sei herzlich willkommen mit purer Freude und Spass am gemeinsamen Tun und Sein. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Die Teilnahme ist kostenlos.

**Anmeldung bis 24.04.2023:** Per Mail an [info@marielouisewerth.ch](mailto:info@marielouisewerth.ch) oder telefonisch: 041 660 72 30 (Name, E-Mail, Telefonnummer)

Ein Beitrag der Kulturkommission Sachseln