



## STAAP aktuell

### Gastkurs mit Gottfried Hoffmann

Unter dem Titel «So bauen Sie eine Brücke zum Publikum» wurden Aspekte einer guten Rede sowohl theoretisch wie praktisch erarbeitet und ausprobiert. Zuletzt wurde das Gelernte bei einer freien Rede mit Videoaufzeichnung angewendet. Ein erfolgreicher und spannender Tag in einer vertrauensvollen Atmosphäre.



*Gottfried Hoffmann*



*und seine Veröffentlichungen*



*Sprechen vor laufender Videokamera*

# Agenda

15. März 2024	Individuelle Einführungskurse	S. 2
16. März 2024	Singen nach Herzenslust	S. 5
23. März 2024	AAP-Trainertreffen	S. 3
27. März 2024	Starke Stimme- starker Auftritt	S. 6
13. April 2024	Stimmarbeit als Weg zur Körperregulation	S. 5
17. April 2024	Wirkungsvoll sprechen 2	S. 3
17. Mai 2024	Fachrunde AAP online	S. 5
25. Mai 2024	Übungstagung STAAP	S. 2
15. Juli 2024	Singwoche am Bielersee	S. 6
06. Sept. 2024	CAS Stimme und Sprechen	S. 3
21. Sept. 2024	Gastkurs mit Barbara Maria Bernhard	S. 4

## Infos zu den einzelnen Veranstaltungen

### AAP Einführungskurse

#### Individuelle Einführungskurse (max. 3 Teilnehmende)

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 individuellen Kurse finden jeweils an verschiedenen Orten in der Schweiz statt und garantieren eine für Sie zugeschnittene persönliche Arbeit in der Kleingruppe (max. 3 Personen).

**Chur:** Mittwoch, 06. März 2024

**Zeit:** jeweils 14:00 – 17:00 Uhr

**Info und Anmeldung:** Christian Sprecher; [christian.sprecher@bluemail.ch](mailto:christian.sprecher@bluemail.ch)

**Degersheim:** Freitag, 15. März, 12. Juni 2024

**Zeit:** jeweils 08:30 – 11:30 Uhr

**Info und Anmeldung:** Catrina Gaudenz; [catrinagaudenz@yahoo.de](mailto:catrinagaudenz@yahoo.de)

**Dübendorf:** Samstag, 13. April, 22. Juni 2024

**Zeit:** jeweils 14:00 – 17:00 Uhr

**Info und Anmeldung:** Miriam Fahrni; [info@personare.ch](mailto:info@personare.ch)

**Luzern:** Mittwoch, 24. April, 22. Mai 2024 oder nach Vereinbarung

**Zeit:** jeweils 14:00 – 17:00 Uhr

**Info und Anmeldung:** Caroline Steffen; [caroline.steffen@phlu.ch](mailto:caroline.steffen@phlu.ch)

### Sprechen – Stimme – Ausdruck

#### Übungstagung STAAP

Die öffentliche Übungstagung von STAAP dient einerseits dazu, Interessierten die physiologische Art der Stimmgebung beim Sprechen und Singen theoretisch und praktisch näher zu bringen und lädt andererseits erfahrene Fachleute dazu ein, ihr Wissen rund um die Atemrhythmisch Angepasste



Phonation nach Coblenzer/Muhar zu teilen, zu reflektieren und mit gezielten Fragen weiterzuentwickeln.

**Leitung:** Lukas Sarasin und Caroline Steffen

**Ort:** noch offen

**Datum:** Samstag, 25. Mai 2024

**Zeit:** 10:00 – 16:00 Uhr

**Anmeldung:** [info@staap.ch](mailto:info@staap.ch)

## AAP Vertiefungskurse

### Wirkungsvoll sprechen 2

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

**Leitende:** Caroline Steffen und Esther Bucher

**Ort:** PH Luzern

**Datum:** 17. April 2024

**Zeit:** 13:30 – 17:30 Uhr

**Anmeldung und weitere Informationen:** Caroline Steffen; [caroline.steffen@phlu.ch](mailto:caroline.steffen@phlu.ch) oder Esther Bucher; [bucher.esther@bluewin.ch](mailto:bucher.esther@bluewin.ch)

Oder <https://www.phlu.ch/weiterbildung/kurse/wirkungsvoll-sprechen-2-vertiefungskurs.html>

### Trainer\*innen-Treffen STAAP

Dieser Kurs richtet sich an ausgebildete AAP-Trainer\*innen.

Diesmal zu den Themen Rollenverständnis, Textgestaltung und Textinterpretation.

**Leitende:** Miriam Fahrni, Christian Sprecher, Caroline Steffen

**Ort:** perSonare, Wilstrasse 70, 8600 Dübendorf

**Datum:** 23. März 2024

**Zeit:** 10:00-16:00 Uhr

**Anmeldung:** [info@staap.ch](mailto:info@staap.ch)

## AAP Weiterbildung

### CAS Zertifikatsstudiengang Stimme und Sprechen; PH Luzern

Der *CAS Stimme und Sprechen* richtet sich an Menschen, die beruflich viel und gut sprechen müssen und die ihren persönlichen Auftritt optimieren wollen oder an alle, deren Interesse an der persönlichen Weiterentwicklung ihrer Stimme liegt.

Der Studiengang besteht aus 2 Modulen (aufeinander aufbauend). Es kann auch nur das Modul 1 belegt werden.



## **Start: 06./07. Sept. 2024**

*Modul 1: «Auftrittskompetenz – Grundlagen und Training»*

4 Präsenzveranstaltungen à 12 Stunden.

08./09. Sept.; 18./19. Okt.; 15./16. Nov.; 06./07. Dez. 2024

*Modul 2: «Transfer in den persönlichen Alltag»*

3 Präsenzveranstaltungen à 12 Stunden.

14./15. Feb.; 04./05. April und 16./17. Mai 2025.

*Dauer der Präsenzveranstaltungen*

Freitag von 13:30 – 18:30 Uhr; Samstag von 09:00 – 17:30 Uhr.

Dazu kommen die Arbeit in Lerngruppen sowie das selbständige Training, das Literaturstudium und gegenseitige Hospitationen.

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.

Bei ausschliesslichem Besuch des Modul 1 wird eine Kursbestätigung und 5 ECTS-Punkte vergeben.

**Leitung des Lehrgangs:** Caroline Steffen, Dozentin PH Luzern

**Durchführungsort:** PH Luzern

*Weitere Dozierende*

Kathrin Brühlhart Corbat: Theaterpädagogin, Schauspielerin

Miriam Fahrni: Logopädin, AAP-Trainerin

Ueli Kilchhofer: Psychologe, Trainer für angewandte Kommunikation, AAP-Lehrtrainer

Emanuel Nay: Sekundarlehrer, Gebärdensprachlehrer

Christian Sprecher: Schauspieler, Stimm- und Sprechtrainer

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

**Anmeldung und weitere Informationen:**

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

## **AAP Gastkurs**

**«Achtsam sprechen. Aus der Ruhe in die Kraft.»**

**Leitung:** Barbara Maria Bernhard

**Ort:** Raum Zürich

**Datum:** Samstag, 21. September 2024, 09:30 – 17:00 Uhr

**Anmeldung und weitere Informationen:** [info@staap.ch](mailto:info@staap.ch)

*Weitere Informationen zum Kurs folgen.*



## Fachrunde AAP online

Die *Fachrunde AAP online* bildet eine Form, an der STAAP-Mitglieder und alle an Stimme und Sprechen interessierte Menschen kostenlos teilnehmen können, um einem Fachthema zuzuhören und sich darüber auszutauschen.

Die Runde trifft sich in regelmässigen Abständen per zoom. Die Veranstaltung dauert 60 Minuten. Dabei wird zum Auftakt während 20 bis 30 Minuten zu einem ausgewählten Thema ein Kurzvortrag gehört. In der verbleibenden Zeit gibt es Gelegenheit für Fragen und Diskussion. Christian Sprecher, STAAP-Mitglied, moderiert den Anlass und freut sich auf einen regen Austausch.

**Nächstes Online Treffen:** Freitag 17. Mai 2024, 17.45 – 18.45

<https://us06web.zoom.us/j/85350438051?pwd=6WRNHLYAa3PpLUUiB6QYWrtbOf5C8q.1>

*Bitte überlegt euch schon jetzt mögliche weitere Themen zu Beiträgen.*

*Nur so kann die Fachrunde AAP online weitergeführt werden. Merci!*

## Angebote von STAAP Mitgliedern

### Stimmarbeit als Weg zur Körperregulation

Stimmarbeit ist ein Zugang zu höherer Belastbarkeit im Alltag. Sie stärkt das Selbstwertgefühl und beflügelt Körper Seele und Geist. Wir trainieren den gesunden Stimmgebrauch im Sitzen, Stehen und Gehen beim Sprechen und Singen - die plastische Artikulation, verbunden mit Körperresonanz - die Muskulatur der Stimme rund um 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.

Die Angebote richten sich an alle Menschen, die merken, dass ihre Stimme im Beruf extrem belastet wird sowie an Chorsängerinnen und Chorsänger.

**Leitung:** Irène Bucheli-Zemp

**Ort:** Gemeinschaftspraxis Bucheli, Emmenbrücke

**Daten:** 13. April 2024, weitere Daten auf Anfrage

**Zeit:** jeweils 09:30 – 17:00

**Anmeldung und weitere Informationen:** [www.buchelly.ch](http://www.buchelly.ch), 041 280 66 65

[Neue Stimmtage 24.doc](#)

### 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:** 16. März, 20. April und 01. Juni 2024

**Zeit:** 14:00 – 16:00 Uhr

**Anmeldung und weitere Informationen:** [csteffen@gmx.ch](mailto:csteffen@gmx.ch) / 041 310 19 91

## Starke Stimme – starker Auftritt!

Die Stimme ist Ihre persönliche Visitenkarte. Menschen mit Stimme finden Anklang. Menschen mit gepflegter Sprache hinterlassen hörbar stärkeren Eindruck. Die Stimme gehört zu unserer Persönlichkeit und spielt eine grosse Rolle dabei, wie wir von anderen wahrgenommen werden.

In diesem praxisorientierten Impulsreferat erfahren Sie mehr über eine wohlklingende Stimme, eine verständliche Sprechweise und Sie wissen, was einen wirkungsvollen Auftritt ausmacht.

**Datum:** 27. März 2024; 16:00 – 18:00 Uhr

**Ort:** Seminarinsel (Coachingzentrum Olten), Konradstrasse 30, 4600 Olten

**Leitung:** Caroline Steffen

**Kosten:** CHF 79.00

**Anmeldung:** bis 13. März an [caroline.steffen@phlu.ch](mailto:caroline.steffen@phlu.ch) / bis 15. März an [info@swiss-trainers-coaches.ch](mailto:info@swiss-trainers-coaches.ch)

## Singwoche am Bielersee

Einfach singen, einfach geniessen und entstehen lassen, was entsteht. Wir üben und singen einfache und mittelschwere, drei- bis fünfstimmige Lieder aus verschiedenen Zeiten und in unterschiedlichen Stilrichtungen. Ausführliches Einsingen, integrierte Stimmübungen und freie Zeit am, im und auf dem See gehören ebenso zum Programm. Das idyllisch gelegene Ligerz am Bielersee ist ein idealer Ort für Aktivurlab und «das klingende Haus», wie sich das Aarbergerhus auch nennt, ist optimal für musikalische Tätigkeiten konzipiert.

**Leitung:** Ueli Kilchofer

**Ort:** Aarbergerhus in Ligerz

**Datum:** 15. – 20. Juli 2024

**Anmeldung und weitere Informationen:** [www.kilchofer.com](http://www.kilchofer.com) / 079 278 04 42

