

*Trockener Mund und Heiserkeit, aber gleich beginnt dein Referat?
Mit diesen Tipps und Tricks strahlst du mit deiner Stimme!*

Trockener
Mund?

ZITRONE!

Vermeide zu
lautes, aber
auch zu leises
Sprechen!

Wasser ohne
Kohlensäure!

Tee wirkt
Wunder!

Aber kein
Schwarztee!

...auch Bonbons
können helfen...

**Dein wichtigstes Instrument?
Deine Stimme!**



STIMMBOOSTER

- *Bewege dich:* Geh ein paar Schritte und schüttele deinen Körper aus!
- *Artikulierte:* Sprich z.B. einen Zungenbrecher oder mit einem Stift im Mund!
- *Atme:* ein paar Mal tief ein- und ausatmen kann auch deiner Stimme nicht schaden!