



FORMADORA
ANDREIA
SILVA ROSA
TERAPEUTA DA
FALA

COMO CUIDAR E UTILIZAR BEM A SUA VOZ?

23 JUNHO 2015

14.00h-18.00h

Escola Secundária Júlio Dantas - Lagos

A voz humana é uma característica intrínseca da espécie. O seu desenvolvimento acompanha o próprio desenvolvimento do ser humano, variando de acordo com a idade, aspectos biológicos, psicológicos e sociais, e por isso, a voz pode ser considerada um factor de identidade individual e uma importante ferramenta de **Comunicação**.

A voz é um elemento de fundamental importância, porque por meio dela observamos as emoções, sensações e intenções.

No desempenho da sua actividade, cada vez mais profissionais dependem da voz como instrumento de trabalho. Os professores são um grupo profissional que apresenta um elevado risco vocal em virtude do tempo e condições de utilização a que diariamente expõem a sua voz.

É, portanto, fundamental que apostem na prevenção do uso da voz, conhecendo os sinais de alerta indicativos de uma possível alteração e adoptando comportamentos de saúde vocal.

OBJECTIVOS

- Conhecer e potencializar o aparelho fonador;
- Conhecer algumas patologias associadas ao abuso e mau uso vocal;
- Prevenir as consequências de abuso e mau uso vocal.

CONTEÚDOS

- O aparelho fonador.
- Cuidados a ter com a voz.
- Exercícios de relaxamento, respiração e projecção vocal.



INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

INSCRIÇÕES ON-LINE até 22 de Junho de 2015 no link: <http://goo.gl/forms/ud0nJDWktB>

INFORMAÇÕES: Centro de Formação Dr. Rui Grácio ■ Sede: Escola Secundária Júlio Dantas, Largo Prof. Egas Moniz, 8600-904 Lagos Tel. +351 282 77 09 97 ■ Fax. Tel. +351 282 77 09 98 ■ e-mail: centroruigracio@esjd.pt ■ URL: <http://centroruigracio.esjd.pt/> ■ Facebook: <https://www.facebook.com/CFAERuiGracio>