

# La voix : tout un geste

les SA VOIX la connaître

résonance vibrations  
 savoir en prendre soin!  
 respiration posture émotions  
 Parler implique le corps

**RISQUES**  
Si ...

- Problèmes posture
- Tensions cervicales, laryngées
- Respiration thoracique supérieure exclusive

troubles  
 Aïe  
 mauvaise utilisation  
 forçage  
 Surmenage vocal  
 dysphonie, \*aphonie...

bien manger  
 hydratation des muscles  
 boire de l'eau  
 bons gestes  
 se ménager  
 bien respirer  
 expérimenter

**Communiquer ...**  
 pas que Parler  
 prosodie  
 NON!! Non et non!  
 intonation  
 posture  
 gestes  
 message  
 utiliser ma voix ?  
 se taire  
 la bonne voix pour la bonne situation  
 FORTE  
 bla bla bla bla  
 échanges en petits groupes  
 Paroles d'élèves  
 autonomie  
 Repos

Ma voix est à mon image!

@AnneCeCallejon