

FRAUENGESUNDHEITZENTRUM

beräten, begleiten, bewegen

Meine Stimme, meine Sprache = ich

Ziele

Die eigene Stimme, Sprache und Persönlichkeit erkunden und mit dem Ergebnis von anderen besser gehört und verstanden werden.

Durch Übungen aus dem Stimm- und Persönlichkeitstraining zu einem positiven Ausdruck und positiver Grundhaltung gelangen. Die mentale Kraft entdecken, „anzapfen“ und gezielt einsetzen.

Inhalte

„Meine Stimme wirkt!“

„Move your body – move your Voice“

„Schönreden-nein danke!“

„Stimmungsmacherin“

Form und Methoden

Workshop mit theoretischem Input (+ Unterlagen)

praktischen Übungen

Einzel- und Gruppenarbeiten

Zielgruppe

Jugendliche 13-17 / 18-23 , Frauen ab 24 , Frauen ab 50

(unterschiedliche Workshop-Termine)

Maximale Gruppengröße

8 Personen

Dauer

4 Stunden

Gesamtkosten (inklusive Mehrwertsteuer, Fahrtkosten ...)

€ 180,- (Entfernung > 60 km) Pro Person: € 22,50

€ 230,- (Entfernung < 60 km) Pro Person: € 29,-

Ich biete mein Angebot

Jugendzentren, soziale Einrichtungen, Schulen, Vereine, selbstorganisierte Gruppen

Das Frauengesundheitszentrum wird gefördert von



Bezirke: Graz, Graz Umgebung, Deutschlandsberg, Leibnitz, Leoben, Bruck an der Mur

Qualifikationen

(Ausbildung(en) und Weiterbildung(en):

Fachlehrgang Diplom Lebens- und Sozialberaterin (systemische Familienberatung)

Diplomlehrgang berufs- und sozialpädagogische Trainerin (Schwerpunkt Jugendarbeit)

Stimm- und Sprachtraining bei Monika Ballwein, Ingrid Amon und in mehrjährigem Selbststudium

Berufserfahrungen

Selbstständige Sängerin und Sprecherin

Trainerin und Beraterin - zam Steiermark, bfi Steiermark, Mentor Gmbh & Co OG

TV Moderatorin/Redakteurin – Privatfernsehen Hochsteiermark

Cutterin/Medien-Produktionsassistentin – PIWImedia Bruck an der Mur

Erfahrungen in der Arbeit mit Mädchen

Mehrjährige Mitarbeit in der Freizeitanimation für Das Erlebnismangement und bei Kinderfreunde Steiermark,

Persönlichkeitsbildende Trainings für Jugendliche in versch. AMS Maßnahmen, Einzelcoachings für Casting-Teilnehmerinnen (z.B. Die große Chance)

Erfahrungen in der Arbeit mit Gruppen und im Abhalten von Workshops

Als Trainerin und Beraterin arbeite ich seit mehreren Jahren in Gruppen und mit Einzelpersonen jeden Alters.

Nebenberuflich biete ich meine Seminare z.B. bei der Volkshochschule und dem Lfi-Ländlichen Fortbildungsinstitut an.

Laufende Auftritte und Konzerte als Sängerin.

Veröffentlichungen

Album Produktionen bei iTunes und You Tube

Kontakt Daten

Name: Jasmin Holzmann-Kiefer
Adresse: Oberlatein 8, 8552 Eibiswald
Telefon: 0699 18170222
E-Mail: holzmann-kiefer@gmx.at
Website: www.jasminlouis.com
www.meineberatung