



AHOTSAREN ESKOLA ESCUELA DE LA VOZ



AHOTSAREN ESKOLA

Ahotsaren zaintza sustatzeko, eskola honek honako helburu hauek ditu:

- Ahotsa erabiltzearekin lotutako **gaixotasun profesionalak** prebenitzeko ahozko teknika egokia ikastea.
- **Fonazio-mekanismoa** ezagutzea.
- **Disfonia** bihur daitezkeen arrisku-faktoreez ohartzea.
- Ahotsaren **erresonantziaren eta proiektzioaren** teknika ikastea.
- **Ahots-higieneko pauta** batzuez jabetzea.

ESKOLAREN EDUKIA:

- Ahots-organoen anatomia eta fisiologia.
- Ahotsaren ezaugarriak eta alderdiak.
- Arrisku-faktoreak.
- Ahotsaren erresonantzia.
- Ahots-higieneko pantak.
- Ahots-teknika.



Eskola bakoitzak 6 orduko iraupena du. Bina orduko hiru saio izaten dira. Talde txikiei zuzenduta daude, eta ikuspegi praktikoa eta partaidetzazkoa izaten dute. Doakoak dira Mutuialiako enpresa elkartuetako langileentzat.

Eskolaren hurrengo edizioei buruzko informazioa, gure web-orrialdean. Edo galdetu hona idatzita: prevencion@mutualia.es.

Mutuialiaren Prebentzio Aholkularitza

ESCUELA DE LA VOZ

Con el objeto de impulsar **el cuidado de la voz**, esta escuela tiene como objetivos:

- Aprendizaje de una técnica vocal adecuada para la prevención de **enfermedades profesionales** asociadas al uso de la voz.
- Conocimiento del **mecanismo de la fonación**.
- Tomar consciencia de los factores de riesgo que desencadenan una **disfonía**.
- Aprendizaje de la técnica de **proyección y resonancia** vocal.
- Adquirir unas pautas de **Higiene vocal**.

CONTENIDO DE LA ESCUELA:

- Anatomía y fisiología de los órganos de la voz.
- Cualidades y aspectos de la voz.
- Factores de riesgo.
- Resonancia de la voz.
- Pautas de Higiene Vocal.
- Técnica vocal.

Cada escuela tiene una duración de 6 horas. Consta de 3 sesiones de 2 horas cada una. Dirigidas a grupos reducidos, con un carácter práctico y participativo. Gratuitas para personas trabajadoras de empresas asociadas a Mutualia.

Próximias ediciones de la escuela en nuestra web. O pregunta en prevencion@mutualia.es.

Asesoría de Prevención de Mutualia

