Programme de l'intervention

ATELIER : Voix et bruit, prévenir les troubles de la voix en milieu professionnel bruyant

Organisation

Durée : 1 heure

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique

Public visé

Tout public

Description

Cet atelier d'une heure offre des clés essentielles pour protéger sa voix dans un environnement bruyant. Il combine théorie concise et exercices pratiques pour un impact durable.

Objectifs de l'atelier :

- Comprendre l'impact du bruit sur la voix et la santé
- Acquérir des techniques de prévention des troubles vocaux
- Expérimenter des outils pratiques pour une meilleure hygiène vocale

Déroulé de l'atelier :

- Accueil et brise-glace : "Ma voix au quotidien"
- Comprendre l'enjeu : Bruit, voix et santé (rappel des connaissances)
- Quizz interactif : "Vrai ou Faux sur ma voix et le bruit"
- Atelier pratique : Techniques de protection vocale (respiration, posture, échauffement)
- Découverte d'outils : Applications et ressources pour la voix
- Échanges et questions : Partage d'expériences et conseils personnalisés
- Synthèse et plan d'action individuel

À la fin de cet atelier, vos agents sauront identifier les risques vocaux liés au bruit, adopter des comportements protecteurs et utiliser des techniques simples pour préserver leur voix.

Modalités pédagogiques

Format d'animation : Présentiel