

Halsschmerzen

Beitrag von „DePaelzerBu“ vom 7. September 2016 14:00

Neben den schon genannten Mittelchen und Sprachtraining (m.E. sehr zu empfehlen, man lernt Dinge wie "laut sein ohne zu schreien") möchte ich noch - auch wenn oben davon abgeraten wird - einen abendlichen Ingwertee in den Ring werfen. Schmeckt total besch..., aber hilft mir auch nach den 9-20-Uhr-Tagen.

Achja, und zum oben etwas scherhaft empfohlene Schweigen: Versuch Deinen Unterricht methodisch anzulegen, dass Deine Stimme genügend Auszeiten hat. Geht nicht immer, aber wohl doch bei den meisten Themen.

Gruß,
DpB