



Dr hab. **Elżbieta Krzemińska** prof. UMCS – pracuje w Instytucie Muzyki Wydziału Artystycznego Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, gdzie prowadzi klasę dyrygentury chóralnej. Od 1987 roku kieruje Akademickim Chórem Politechniki Lubelskiej. Bierze udział w pracach jury konkursów i festiwalu chóralnych. Od 2013 roku jest dyrygentem Chóru Filharmonii im. H. Wieniawskiego Lutnia Lubelska. Aktywnie współpracuje z Klasztorem oo. Dominikanów i Fundacją Restaurare Basilicam, gdzie od 2003 roku realizuje projekt dominikański – *Festiwal Wielkopostne Śpiewanie*, którego jest dyrektorem artystycznym. Jej zainteresowania naukowe i publikacje dotyczą przede wszystkim chóralistyki, ale również emisji głosu w śpiewie i w mowie zawodowej.

W swoim wystąpieniu *Oddech podstawą życia, mowy i śpiewu* przybliży nam znaczenie – zdawałoby się – dość prozaicznej czynności wegetatywnej, jaką jest oddychanie, oraz przedstawi możliwości jego obserwowania, kontrolowania i usprawniania. Dowiemy się też, jak poprzez opanowanie oddechu, prawidłowe, uważne oddychanie możemy bezpośrednio wpływać na nasz stan psychiczny, relacje międzyludzkie oraz zdrowie ciała, poznamy również ćwiczenia oddechowe prowadzące do rozluźnienia i relaksu, czyli stanów niezbędnych w fonacji mowy i śpiewu.