

# HOLSTEINISCHER COURIER

## Gute Gefühle, Momente der Klarheit: Chorsingen hilft bei Demenzerkrankung

Beim DRK-getragenen Chor „Die Herbstzeitlosen“ singen Betroffene und Angehörige zusammen

Mittlerweile gilt sie als Volkskrankheit, dennoch löst die Diagnose, an Demenz erkrankt zu sein, sowohl bei den Betroffenen als auch bei den Angehörigen starke Gefühle aus. Angst vor der Zukunft, große Sorgen in der Gestaltung des Alltags sowie die Frage, wo der dementiell Erkrankte künftig wohnen wird, sind häufig mit der Diagnose einer Demenz verbunden. Die gute Nachricht: Jeder Verlauf ist individuell, und nicht zwingend muss der erkrankte Mensch sein vertrautes Zuhause verlassen. Oft kann die häusliche Pflege des DRK Neumünster zuhause ausreichend unterstützen und Lösungen für den persönlichen Bedarf in der Familie finden. Mitunter reicht aber eine ambulante Hilfe nicht aus, aber auch

dann steht das Team des DRK den Betroffenen und ihren Angehörigen zur Seite. In der DRK-Fachklinik Hahnkühl gibt es einen eigenen Wohnbereich für Patienten mit Demenz. Dort kümmert sich ein qualifiziertes Team von Ärzten, Pflegern, Krankenschwestern und Therapeuten, das Leben mit Demenz lebenswert zu gestalten.

Um die Qualität des Lebens zu erhöhen sind gute, beglückende Gefühle wichtig. Dafür eignet sich die soziale und kulturelle Teilhabe. Als besonders positiv wirkt sich das Singen auf das Wohlbefinden von demenziell Erkrankten aus.

„Singen ist eine Fähigkeit, die auch bei einer Demenzerkrankung lange erhalten bleibt. Die Erfahrung zeigt, dass Betroffene nach dem



Sie stützen den Chor: Ulrike Vogt (Chorleitung), Elke Klisic, Gisela Rummey, Dr. Renate Richter, Eva Färber, Andrea Osbahr (Projektleitung), Gisela Schaale und Gabriele Klaenhammer.

Foto: DRK Neumünster

Singen zugänglicher, entspannter und gleichzeitig konzentrierter sind, was dann einen gemeinsamen Austausch ermöglicht“, schildert Andrea Osbahr. Die Diplom Sozialpädagogin

ist Leiterin des Chorprojekts „Die Herbstzeitlosen“, einem Angebot der Zentralen Kontaktstelle für Selbsthilfe im DRK Neumünster. Zurzeit treffen sich wöchentlich etwa 30 Betroffene

und ihre Angehörigen im Caspar-von-Saldern-Haus zum gemeinsamen Singen. Angeleitet wird der Chor „Die Herbstzeitlosen“ von einer Musikpädagogin und bekommt Unterstützung von sechs ehrenamtlichen Helfern. Seit sieben Jahren ist das Chorprojekt in der Trägerschaft des DRK, und die Plätze sind begehrt.

„Für die Betroffenen ist das Singen sehr wertvoll, aber auch die Angehörigen profitieren von den Treffen.

Sie haben die Möglichkeit, sich mit anderen Angehörigen auszutauschen, das kann entlastend wirken. Denn für die Angehörigen ist es auch eine neue Erfahrung, ihren Partner, ihr Elternteil oder ihren Freund ganz anders und außerhalb der vertrauten Rolle zu erleben“, beschreibt Andrea Osbahr. Sie

erlebt die Stimmung im Chor als wunderbar: „Der Umgang der ehrenamtlichen Helfer, die zum Teil mit medizinischem Hintergrundwissen ausgestattet sind, ist sehr liebvoll und wertschätzend mit den Betroffenen.“

Gesungen wird deutsches Liedgut, aber auch englischsprachige Stücke. Notenkenntnisse sind nicht nötig, lediglich die Freude am Singen. Textbücher werden verteilt.

Die Treffen finden jeden Montag, außer in den Schulferien, von 10 bis 12 Uhr in der Musikschule Neumünster im Caspar-von-Saldern-Haus am Haart 32 statt. bry

► Das Angebot ist kostenfrei, eine Anmeldung wird erbeten unter: 04321 - 419119 oder per E-Mail an [zks@drk-nms.de](mailto:zks@drk-nms.de)