

Modul B vom 20.–22. November 2020 in Wien

Singen - innerer Tanz des Atems Atem, Stimme, vegetative Harmonisierung für Menschen mit Atemwegserkrankungen

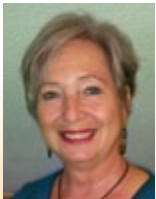
Leitung: Vera Kimmig und Robert Sawilla

Der unmittelbare Zusammenhang zwischen Singen, Tönen und Atmung kann hier sehr wirkungsvoll eingesetzt werden, um die Lebensqualität zu erhöhen: Singen verlängert den Prozess des Ausatmens und verhilft zu einer gleichmäßig strömenden Ausatmung. Stärkt und löst die Atemmuskulatur und kann so positiv auf Spannungen, Verschleimungen und Verkrampfungen Einfluss nehmen. Die vertiefte Atmung beeinflusst die „Chemie“ des Gehirns und bewirkt so eine vegetative Harmonisierung und eine bessere Energieversorgung des Körpers. Vergleichbar mit einem sanften Herz- und Kreislauftraining.

Gesunde wie im Atem beeinträchtigte Menschen können über das Singen von einfachen Liedern zu einer Vollatmung geführt werden. Im Gegensatz zu eher funktionellen Verfahren ist Singen hoch effektiv und weist auch spielerische und sinnstiftende Momente auf. Regelmäßiges Singen in Gruppen stärkt die Selbstwirksamkeit und vermittelt selbstregulierende Strategien zur Atmungstiefung und Angstreduzierung. Es ermöglicht, Austausch, Solidarität und Verbundenheit in einer Gruppe zu erleben und „facht“ über das tönende Atmen den „Funken des Lebens“ in uns an.

Dieses Seminar richtet sich an alle Singbegeisterten und kann AtemtrainerInnen, LogopädInnen, KörpertherapeutInnen und sonstigen Fachkräften des Gesundheitssystems einen neuen Zugang zu vegetativer Harmonisierung eröffnen.

Seminarleitung:



Vera Kimmig ist freiberufliche Sängerin, 3. Vorstand von Singende Krankenhäuser e.V. und Gesangspädagogin aus Malsch, Chorcoach, Singleiterin von Canto-Gruppen, Senioren-Singkreisen, Patientensingkreisen im psychotherapeutischen Rahmen, sowie VHS-Dozentin, und Weiterbildungsseminare für Erzieher und Pädagogen und in Firmen. www.sing-und-klang-wirkstatt.de



Robert Sawilla, Logopäde, Sänger, zertifizierter funktionaler Stimmtherapeut, Singleiter für heilsames Singen für Jugendliche und Erwachsene, freiberuflich in eigener Praxis tätig, Vortrags- und Workshopstätigkeit. „Mein Herzensanliegen ist es, dass Singen wieder ganz „einfach“ sein darf – dann entfaltet es seine universelle Kraft!“ www.phylog.at

Anmeldung

für die Weiterbildungsmodule A und B in Wien

Hiermit melde ich mich verbindlich für folgende Module an (bitte ankreuzen!).

- Modul A: „Singen als Dialog“**
Ort: Zeitraum, Bandgasse 34/29c, 1070 Wien
- Modul B: „Singen - innerer Tanz des Atems“**
Ort: Zeitraum, Bandgasse 34/29c, 1070 Wien

Die Seminare sind Wochenendmodule in der Zeit von Freitagabend 19:00 Uhr bis Sonntagmittag ca. 13.00 Uhr. Die Seminargebühr beträgt 280 Euro. Mitglieder von Singende Krankenhäuser e.V. erhalten 10 % Ermäßigung.

Bis zu 6 Wochen vor Kursbeginn schriftlicher Rücktritt von der Anmeldung möglich. Danach ist die Gesamtkursgebühr fällig (oder bei schwerwiegenden Gründen 70 % der Gebühr).

Name, Vorname

Strasse, Haus-Nr.

PLZ, Ort

E-Mail

Tel.

Beruf

Bitte überweisen Sie die Teilnahmegebühr unter Angabe des Moduls auf das Konto bei der BAWAG PSK,
IBAN: AT911400005010286273, BIC-Code: BAWAATWW
lautend auf: SingDichGesund, Verein zur Förderung der Lebensfreude,
3001 Mauerbach

Mit der Anzahlung von 50 % ist Ihr Platz reserviert. Sie erhalten nach Zahlungseingang eine Anmeldebestätigung.

Bei der Suche nach einer Übernachtungsmöglichkeit sind wir gern behilflich.

Ich bin mir bewusst, dass diese Seminare keine Therapie sind. Für meine psychische und physische Eignung übernehme ich selbst die Verantwortung. Mit der Unterzeichnung dieser Anmeldung bestätige ich deshalb, dass ich die volle Verantwortung für mich und mein Handeln für die gesamte Dauer des Seminars übernehme. Der Verein, Kursleiter und Vermieter des Seminarortes werden meinerseits von allen Haftungs- und Schadensersatzansprüchen freigestellt, soweit dies gesetzlich möglich ist.

Ort/Datum/Unterschrift:

Bitte per Mail an office@singdichgesund.at oder per Post an:
SingDichGesund, Claudia Wenty, Königswinkelgasse 5, 3001 Mauerbach

Impressum



Verein zur Förderung der Lebensfreude,
Königswinkelgasse 5, 3001 Mauerbach, www.singdichgesund.at
ZVR 096791588
Grafische Gestaltung: Wandelburg Ganzheitliche Gestaltung, wandelburg.de
Fotos: © Hildegard Grooterhorst, © Sabine Braun, © Michael Röhrig



Aus- und Weiterbildung 2020

Heilende Kraft des Singens und
Singleiterin und Singleiter für
Gesundheitseinrichtungen und Krankenhäuser

Österreich Wien/Graz



In Zusammenarbeit mit:



Über die Aus- und Weiterbildung

Diese Weiterbildung wurde von Katharina und Wolfgang Bossinger (Begründer von Singende Krankenhäuser e.V.) und dem Verein Singende Krankenhäuser – internationales Netzwerk zur Förderung des Singens in Gesundheitseinrichtungen e.V. – entwickelt.

Sie dient dazu, SingleleiterInnen für die Leitung und Durchführung von Singgruppen und Singangeboten in Gesundheitseinrichtungen und Krankenhäusern zu qualifizieren. Die Weiterbildung wird fortlaufend durch aktuelle Forschungen in Kooperation mit internationalen WissenschaftlerInnen und ExpertInnen optimiert.

Auch in Österreich besteht nun die Möglichkeit, sich zur Singleleiterin bzw. zum Singleleiter für Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen zu qualifizieren und zertifizieren zu lassen.

Voraussetzung für die Zertifizierung ist:

- Teilnahme an der Grundausbildung Heilende Kraft des Singens mit Katharina und Wolfgang Bossinger, Akademie für Singen und Gesundheit. Diese Weiterbildung vermittelt heilsames und gesundheitsförderndes Singen mit dem Schwerpunkt Prävention und findet in zwei Blöcken in Graz statt.
- Teilnahme an den zwei Weiterbildungs-Modulen A und B (angeboten durch den Verein SingDichGesund in Kooperation mit der Akademie für Singen und Gesundheit sowie Singende Krankenhäuser e.V.). Diese Module finden in Wien statt.

Nach Abschluss der Weiterbildung Heilende Kraft des Singens und zweier Module (eines davon muss das Modul „Singen als Dialog – Theorie und Methodik heilsamen Singens“ sein), haben die TeilnehmerInnen die Möglichkeit, sich auf Antrag beim Verein Singende Krankenhäuser e.V. das Zertifikat zum/zur SingleleiterIn für Gesundheitseinrichtungen und Krankenhäuser ausstellen zu lassen. Voraussetzung hierfür ist die Mitgliedschaft bei Singende Krankenhäuser e.V.

Weitere Informationen

Akademie für Singen und Gesundheit
www.healingsongs.de

Singende Krankenhäuser e.V.
www.singende-krankenhaeuser.de

SingDichGesund
Verein zur Förderung der Lebensfreude
www.singdichgesund.at



Grundausbildung vom 30. April bis 3. Mai 2020 und 19. bis 23. Juni 2020 in Graz

Heilende Kraft des Singens – Heilsames und gesundheitsförderndes Singen

Leitung: Katharina und Wolfgang Bossinger

Diese Grundausbildung bietet vielfältige Möglichkeiten, um körperliche und seelische Gesundheit zu fördern und die Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Gesang und Bewegung in Gruppen kann darüber hinaus Erfahrungen tiefer Gemeinschaft und sozialer Verbundenheit ermöglichen. Die Entfaltung der eigenen Stimme ermöglicht eine Stärkung der eigenen Identität und des Selbstbewusstseins („ich werde mehr gehört“), da wir über unsere Stimme in Kontakt zu unseren sozialen Lebenswelten treten.

Mit dieser Weiterbildung wenden wir uns an Menschen, die in unterschiedlichen sozialen Feldern mit heilsamen und gesundheitsfördernden Formen des Singens arbeiten möchten (Leitung von Singgruppen in Gemeindezentren, Praxen, Kindergärten, Schulen, betriebliche Gesundheitsförderung, etc.).

Die Teilnehmer erlernen grundlegende Fertigkeiten für die eigenständige Leitung von Singgruppen. Neben einer Vielzahl heilsamer Lieder, die sich besonders für Singamateure eignen, werden Bewegungschoreografien, Tänze, Begegnungsformen sowie Stimm- und Lockerungsübungen vermittelt. Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf dem kompetenten Anleiten von Liedern, der Leitung und Steuerung von Singgruppen und der Vernetzung der Teilnehmenden untereinander. Darüber hinaus werden wissenschaftliche Hintergründe aus der Sing- und Gesundheitsforschung, Musiktherapie, Neurobiologie sowie weiteren Wissenschaftsdisziplinen vermittelt, die für die Arbeit mit Gesang und Stimme relevant sind.

Anmeldung: Bildungsforum Mariatrost, Bürgergasse 2, 3. Stock, A-8010 Graz, Tel. +43 (316) 39 11 31, E-Mail: office@mariatrost.at
Veranstaltungsort und Zimmerbuchung: Bildungshaus Schloss St. Martin, Kehlbergstr.35, 8054 Graz, Tel.: +43 316 28 36 55, E-Mail: st.martin@stmk.gv.at

Modul A vom 9.–11. Oktober 2020 in Wien

Singen als Dialog – Theorie und Methodik des heilsamen Singens – Rolle der Singleitung

Leitung: Elke Wünnenberg und Kordula Voss

Eine Singgruppe anzuleiten ist ein dialogisches Geschehen zwischen Singleiter und Teilnehmenden und der Musik. In diesem Seminar geht es darum, unser Bewusstsein und unsere Ressourcen für diesen spielerischen Dialog zu stärken, uns über das Potential und die Grenzen des heilsamen Singens auszutauschen und dabei zu klären wie das heilsame Singen von Freizeit- und Therapieangebot zu unterscheiden ist.

Hier möchten wir die Aufgabe des Anleitenden, seine/ihre innere Haltung und Verständnis des Heilsamen in den Fokus rücken und in dieser Weise unsere Vision und Leitlinien von Singende Krankenhäuser e.V. praktisch verdeutlichen.

Wir werden in Lieder eintauchen und dabei theoretische Grundlagen zur Selbstregulation und Gruppendynamik reflektieren und methodische Hinweise zur Singleitung diskutieren. Dabei geht es auch um die Frage möglicher Nebenwirkungen und Kontraindikationen des heilsamen Singens und um Vermittlung von Handwerkszeug für kritische Situationen.

Das Seminar bietet viele Gelegenheiten, eigene Erfahrungen und Fragen einzubringen und persönliche Rückmeldungen zu bekommen. Denn die eigentlichen Fragen entstehen im eigenen Tun und Erleben...

Seminarleitung:



Elke Wünnenberg, Elke Wünnenberg (Psycholog. Psychotherapeutin, Dipl.-Musikerzieherin für Violine/Elementare Musikpädagogik, Weiterbildung in körperorientierter Traumatherapie (Neuroaffektives Beziehungsmodell - NARM™). Klinische Tätigkeit von 2004 bis 2018 in der onkologischen Rehabilitation und Psychosomatik. Seit 2009 Mitglied der Singenden Krankenhäuser e.V., seit 2012 Vorstandsmitglied, seit 2016 Vorstandsvorsitzende. Preisträgerin der Hilde-Ulrichs-Stiftung für Parkinsonforschung 2018. Elke Wünnenberg integriert seit 2004 das Singen in ihre klinische Arbeit und entwickelte eine theoretisch-methodische Fundierung des »heilsamen« Singens, das sie seit 2007 in Fort- und Weiterbildungen sowie auf Fachkongressen weitergibt.
www.elkewuennenberg.de



Kordula Voss Dipl.-Musiktherapeutin (FH Heidelberg), Heilpraktikerin für Psychotherapie, Yogalehrerin, zertifizierte Singleiterin. Seit über 10 Jahren freiberuflich und in psychiatrischen und psychosomatischen Kliniken tätig, z.B. in der Kinder- und Jugendpsychiatrie der Charité Berlin. Singgruppen und Bandprojekte in unterschiedlichen Bereichen.
www.klang-hafen.de