

DEINE STIMME - AUSDRUCK UND LEITINSTRUMENT

Anti-Aging - gesunde Stimme in jedem Lebensalter

Seminar in Wien mit
Vera Kimmig und Sybille Mikula

30.8. - 1.9.2024



Singende
Krankenhäuser e.V.

internationales Netzwerk
www.singende-krankenhaeuser.de

Info und Anmeldung

sybille.mikula@singende-krankenhaeuser.at

www.singende-krankenhaeuser.at

*Einzelne sind wir Töne
gemeinsam sind wir ein Lied
(Ya' Beppo)*



Ziele des Seminars

Wer aus seinem Herzen singt, spürt neue Kraft in sich. Das gilt für jedes Alter. Wir wollen diese Herzens-Kraft in uns weiterentwickeln und lernen, wie wir die Freude am Singen und am gemeinsamen Klang in einer Singgruppe mit älteren und/oder beeinträchtigten Menschen weitergeben können. Ebenso das Summen, die intimste und vor allem schnellste Form, mit dem eigenen Körper in seiner eigenen Sprache zu sprechen, da es keinen zeitlichen Abstand zwischen Berührung und Antwort erforderlich macht. Die unmittelbare und situative Umsetzung und Verbindung von Singen und Bewegung ist das spielerische Erfolgsgeheimnis der Rhythmik bei älteren Menschen, weil dies Geist, Körper und Ausdruckskraft aktiviert und stärkt.

Theorie und praktisches Erleben, Erfahrungsaustausch und sich selbst als SingleiterIn versuchen zu können, runden die gemeinsame Zeit ab.

Inhalte und Anwendungsbezug

- "Anti-Aging" - Praktisches Wissen und Selbsterfahrung zur Stärkung der eigenen Stimme und für eine gesunde Stimme auch im Alter
- freudvolle Stimm-, Atem- und Körperübungen
- rhythmische Bewegungselemente
- SUMMEN - besondere Form vibrierender Massage
- Grundlagen für die Gestaltung einer Singgruppe

Gemeinsam singen ist mehr als die Summe aller Stimmen. Wer aus seinem Herzen singt, spürt neue Kraft in sich, das gilt für jedes Alter. Wir wollen diese Herzens-Kraft in uns weiterentwickeln und lernen, wie wir die Freude am Singen und am gemeinsamen Klang in einer Singgruppe mit älteren und/oder beeinträchtigten Menschen weitergeben können. Einfache Bewegungen und Rhythmen erleichtern den Zugang und stärken unsere Ausdruckskraft.

Zielgruppe

- Therapeutisch-pflegerisches Personal oder freiberuflich Tätige aus dem Gesundheitswesen (z.B. Musiktherapeuten, Ergotherapeuten, Kranken- und Altenpflegepersonal, Ärzte, Psychotherapeuten, Heilpraktiker, Seelsorger)
- Betreuungskräfte in Seniorenheimen und in Demenzgruppen sowie interessierte Laien

Modulgebühr

320 Euro; Mitglieder von Singende Krankenhäuser e.V. erhalten 15 % Ermäßigung (= 272 Euro)

Seminarort

Zeitraum, Bandgasse 34/29c, 1070 Wien