

Alten- und Pflegeheim St. Anna

„Singen isch insre Freid...“

Nach zwei Jahren coronabedingter Pause steht seit Oktober 2022 wieder „Singen in der Gruppe“ als Freizeitangebot für die Seniorinnen und Senioren auf dem Programm.

Am 6. Oktober startete die Gruppe von Sängerinnen wieder in unterhaltsame Nachmittage voll mit bekannten Volksliedern.

Alle 14 Tage, immer donnerstags, trifft sich die Singgruppe und lädt Heimbewohnerinnen und -bewohner zu einem gemütlichen Nachmittag voll bunter Lieder ein.

Emotionen

„Musik ist mehr als nur ein schöner Zeitvertreib. Musik kann Balsam für die Seele sein. Bei Erwachsenen mobilisiert Musik das Gehirn und produziert Glückshormone“ behauptet der Journalist des WDR Salim Butt – Interessierte finden den Artikel zum Weiterlesen unter https://www.planet-wissen.de/kultur/musik/macht_der_musik/index.html.

Auf jeden Fall werden Gefühle angeregt, Emotionen ausgelöst. Beim Singen alter Lieder verbinden sich diese manchmal mit persönlichen Ereignissen, mit Erinnerungen an erlebte Situationen und erwecken Gefühle aus der Vergangenheit. Denken wir nur an die Weihnachtslieder aus unserer Kindheit!

Als ein wunderbarer Trainings- und Stimulierungseffekt für das Gedächtnis von Seniorinnen und Senioren zeigt sich jede Beschäftigung mit Musik: wirkt sie doch dem Abbau von Nervenzellen im Gehirn des alternden Menschen entgegen.

Wirkung

Für viele Senioren ist die Musik ein wichtiger Teil ihrer Biografie: zeitlebens vermittelte sie Stimmungen, Orientierung und Halt – das bestimmende Gefühl bleibt die Freude. Auch die Medizin hat die Musik für therapeutische Dienste entdeckt, besonders in der Schmerztherapie und in der Rehabilitation von Schlaganfallpatienten. Sanfte, ruhige Klänge können Schmerzen dämpfen, denn sanfte Musik verändert den Herzschlag, den Blutdruck, die Atemfrequenz und vermindert die Muskelspannung.

Wunsch/Dank

Einen herzlichen Dank der Freiwilligen-Sing-



Alle mit Begeisterung dabei trotz Maskenpflicht für die freiwilligen Mitarbeiterinnen.

gruppe um Frau Elisabeth Gamper: Isolde Rorner, Monika Weissensteiner, Christl Andergassen, Cilli Cassar, Traudl Bologna und Thekla Kröss. Mögen die Singnachmittage

allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern weiterhin so viel Kurzweil und Freude bereiten wie beim ersten Singnachmittag im Oktober!

DESPAR  **OBERHOFER**

Hans-Feur-Straße 9 · Tel. 0471 860 166

Mittwoch bis Freitag
frischen Fisch

**UNSER ANGEBOT VOM
19. OKTOBER BIS 2. NOVEMBER 2022**

Mozzarella S. Lucia 3x125 gr d. St.	2,99 €	Feigenkaffee Tomasi 500 gr d. St.	2,99 €
Nudel Bariilla 500 gr d. St.	0,89 €	Toilettenpapier Despar 4 Ro d. St.	1,99 €
Nudel Despar Premium 500 gr d. St.	1,29 €	Katzenfutter Felix 4x85 gr d. St.	1,69 €
Olivenöl extrav. Monini 1 lt	4,99 €	Frischreiniger Unyrain 1 lt	2,99 €
Maisöl Maya 1 lt	3,99 €	Spülmaschinentaps Pril x26 d. St.	3,49 €
Grillgewürz Kotanyi 80 gr d. St.	1,39 €		
Frühstückskaffee Meinl 500 gr d. St.	5,49 €		