



## Musizieren im Alter – Grundlagen, Projekte und Perspektiven

Referent: Prof. Dr. Theo Hartogh

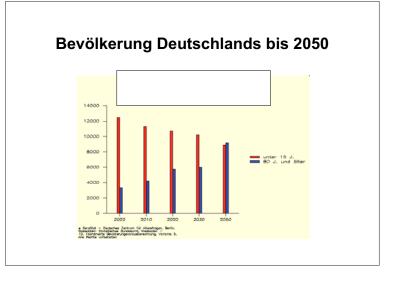
AG 9, Freitag, 26. April 2013

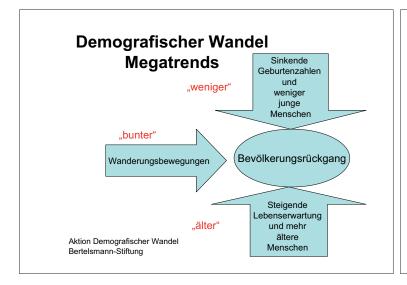
© VdM, Bonn

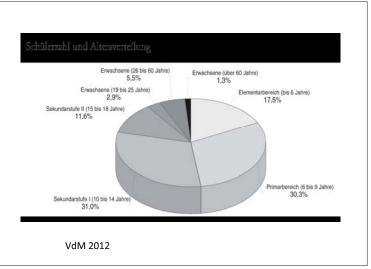




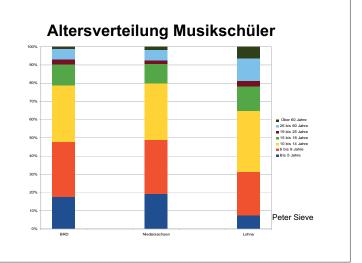
# Demografie und Altersbild Musizieren im Alter







## 





Big Band 30+, Ltg.: Fritz Winkler



- seit 12 Jahren Erwachsenenvorspiele
- · ca. 100 Musiker/innen aktiv bei Vorspielen
- Angebote:
  - Seniorenchor
  - Veeh-Harfen-Ensemble
  - Blasorchester
  - Big Band 30+
  - Band "Gnadenbrot"



"Gnadenbrot", Ltg.: Thorsten Käsekamp

#### Ab wann ist man alt?

- Jean Améry: Essay 1968: "Über das Altern. Revolte und Resignation"
  - Ab Mitte 40 geht es für die Menschen deutlich bergab.
- Brent Roberts (Entwicklungspsychologe):
  - Die Persönlichkeit des Menschen Mitte 40 gleicht "einem stehenden Gewässer" (Süddeutsche Zeitung).



#### Die gerontologische Sichtweise

- Die nachberufliche Phase gilt als Beginn der Lebensphase »Alter«
- 60-75 Jahre: Drittes Lebensalter (junge Alte)
- relativ guter Gesundheitszustand
- hohe Mobilität
- hohe Kaufkraft ("Silversurfer", "Best Ager")
- ab 75 Jahre: Viertes Lebensalter (Hochaltrige)
  - erhöhtes Risiko für chronische und dementielle Erkrankungen
  - verstärktes Auftreten mehrerer Krankheiten (Multimorbidität)
  - Abnahme der Mobilität

#### Das Altersbild

#### Selbstbild

ab ca. 75 Jahre



Fremdbild

ab ca. 60 Jahre

Bis Mitte des 20. Jahrhunderts war Alter gleichbedeutend mit Invalidität und dem Abbau biologischer Funktionen (Defizitmodell)

Heute: Kompetenzmodell, Aktives Altern, Erfolgreiches Altern (SOK-Modell) ...

#### Komponisten und Musiker der ernsten Musik

- J. S. Bach (1685-1750): Kunst der Fuge
- Josef Haydn (1732-1809): Die Jahreszeiten
- Anton Bruckner (1824-1896): Sinfonisches Spätwerk
- Artur Rubinstein (1887-1982) konzertierte bis ins hohe Alter
- Günter Wand (1912-2002) dirigierte bis kurz vor seinem Tode









#### Tendenzen in der demographischen Entwicklung

- · Verjüngung des Alters,
- · relativ frühe Entberuflichung,
- ein starker Anteil von Frauen.
- das Alleinleben (Singularisierung) vieler alter Menschen,
- · ansteigende Hochaltrigkeit
- Pluralisierung von Lebensstilen
  - Aufbrechen alter Rollenbilder ("Enttraditionalisierung") und neue Lebensformen ("Scherf: Grau ist bunt")

#### 6. Altenbericht (2010): Altersbilder in der Gesellschaft







Mick Jagger (\*1943)

Udo Lindenberg \*1946

Tina Turner (\*1939)

... Impulse für Veränderungen von Altersbildern und Altersrollen die Alters-Ikonen der Massen- und Popular-Kultur: Rockmusiker und Rockmusikerinnen wie Tina Turner (\*1939), Mick Jagger (\*1943), Udo Lindenberg (\*1946). ... Solche Alters-Pioniere stellen gewissermaßen in ganzer Person Musterbeispiele für noch nie da gewesene Altersbilder dar ..."

#### Pluralisierung von Lebensstilen



Demografie und Altersbild

Musizieren im Alter

Kulturpolitische Grundlagen

Friedrich Karl Wächter

#### Verbände und Kommissionen



Schlussbericht der Enquetekommission des Deutschen Bundestages "Kultur in Deutschland" (2007)



- Wiesbadener Erklärung (2007)
- Musikalische Bildung für alle (2012)



Städtetag

Die Musikschulen – Leitlinien und Hinweise (2010): "Musikschulen müssen … auf den demografischen Wandel reagieren."

s. auch Gutachten "Musikschule" der Kommunalen Gemeinschaftsstelle für Verwaltungsmanagement (KGSt) (2012)





# Musikalische Bildung in Deutschland (2012)

- Vision: "Kulturelle Teilhabe für alle" (S. 7)
- Es fehlen Ausbildungen und Ressourcen für das Musizieren mit älteren Menschen (S. 11)
- Forderungen des Landesmusikrats Berlin (S. 36):
  - Situationsanalyse der Nachfrage und Angebote nach musikalischer Betätigung und Bildung für Ältere in Berlin
  - Einsteigerangebote für Senioren an Musikschulen ...
- www.lmrnds.de/attachments/article/73/DMR\_Grundsatzpapier\_Musikalische\_Bildung \_2012\_Web.pdf

## Schlussbericht der Enquetekommission "Kultur in Deutschland" (Dezember 2007)

- besondere Würdigung der Arbeit der Musikschulen
  - Hinweis auf die vorbildlichen Kooperationsvereinbarungen der Musikschulen (S. 377)
  - Kulturelle Bildung (z. B. Musikschulen) sollen nicht länger "freiwillige Angebote" der Kommunen sein, die bei Finanzknappheit nicht mehr gefördert werden, sondern als Pflichtaufgabe eingeordnet werden (S. 381).
  - Musikschulen bieten die Möglichkeit, besondere Zielgruppen (Menschen mit Behinderungen, soziale Benachteiligte, Personen mit Migrationshintergrund) durch gemeinsames Musizieren besser in die Mehrheitsgesellschaft zu integrieren (S. 389).
- http://dip21.bundestag.de/dip21/btd/16/070/1607000.pdf



- 90er Jahre: Musikalische Erwachsenenbildung an Musikschulen (Wucher)
- 2006: Leitbild des VdM: "Wir setzen Schwerpunkte in der musikalischen Bildung … bis hin zur Entwicklung geeigneter Angebote für den dritten Lebensabschnitt."
- 2007: Mitgliederbefragung zu Konzepten für Schüler über 50 Jahre (siehe "Musik – ein Leben lang")
- 2009: Strukturplan des Verbandes deutscher Musikschulen
   Die öffentliche Musikschule: Konzept, Aufbau und Struktur



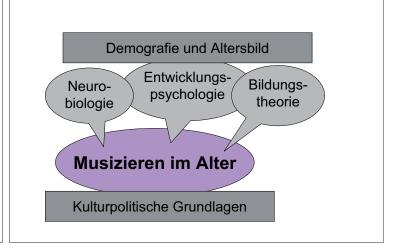
 2012: Presidium Meeting EMU in Bonn: Music geragogics. Musical learning in old age



#### Wiesbadener Erklärung 2007: 12 Forderungen an Politik und Gesellschaft

- 3) Die Musik muss in der Altenpflege, der sozialen Altenarbeit, der Rehabilitation und der Therapie verstärkt eingesetzt werden. Dazu bedarf es einer qualifizierten Aus- und Fortbildung in der Musikgeragogik (Musik mit alten Menschen).
- 4) Die Hochschulen und Universitäten müssen die Studierenden gezielt auch für die fachspezifischen Anforderungen der Arbeit mit älteren Menschen qualifizieren. Die Fachdidaktik bedarf einer verstärkten Forschung.
- 6) Die Musikschulen müssen strukturell und finanziell in die Lage versetzt werden, Angebote für ältere Menschen bedarfsgerecht bereitstellen zu können. Dazu gehört eine Erweiterung des Angebotes, um auch bei denen die Motivation zum Musizieren zu wecken, denen bisher musikalische Erfahrungen vorenthalten wurden.

Internet: www.musikrat.de/musikpolitik/musizieren-50/wiesbadener-erklaerung.html?Musikrat\_Web\_Session=3393ef4365d5b2459ac2a3947196e842



#### Zentrale Forschungsfragen

- Neurobiologie
  - Welche Hirnaktivitäten sind beim Musizieren, Musik hören und Musik lernen zu beobachten?
  - Welche Schlüsse sind für die Pädagogik zu ziehen?
- Entwicklungspsychologie
  - Wie sehen musikalische Entwicklungsverläufe (Gewinne und Verluste) im Alter aus?
  - Welche Determinanten beeinflussen die Entwicklung?
- · Bildungstheorie
  - Was ist das Spezifische musikalischer Bildung?
  - Welche musikalischen Lern- und Bildungsmöglichkeiten gibt es im Alter?

Zeitschrift: Aging and Mental Health 2007

Individualized piano instruction enhances executive functioning and working memory in older adults

J. A. BUGOS¹, W. M. PERLSTEIN², C. S. MCCRAE², T. S. BROPHY², & P. H. BEDENBAUGH¹

#### Methode:

31 "Nicht-Musiker - Senioren" (60-85 Jahre alt) nahmen an der Studie teil

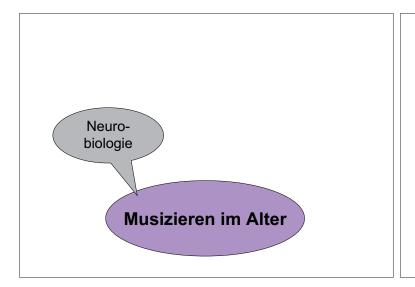
16 erhielten über 6 Monate Klavierunterricht

15 erhielten keinen Unterricht

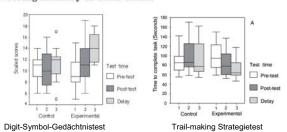
#### Messungen:

Vor dem Unterricht Direkt nach dem Unterricht 3 Monate nach dem Unterricht

Prof. Dr. Eckart Altenmüller



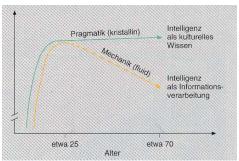
Individualized piano instruction enhances executive functioning and working memory in older adults



#### Ergebnisse:

Die "Klaviersenioren" hatten im Vergleich zur Kontrollgruppe Verbesserte Gedächtnisfunktion, Verbesserte Strategiebildung" Prof. Dr. Eckart Altenmüller

#### Der Abbau "fluider" Intelligenzanteile kann in weiten Teilen durch Lebenspragmatik ausgeglichen werden



Prof. Dr. Eckart Altenmüller

#### Neurobiologische Erkenntnisse zur Lernfähigkeit im Alter

- hohe Lernfähigkeit, wenn keine biologischen Einschränkungen vorliegen
- · Plastizität des Gehirns
  - Beim Instrumentalspiel im Erwachsenenalter organisieren sich neuronale Verbindungen neu.
  - Hirnareale, die für die Fingermotorik zuständig sind, zeigen eine deutlichere Ausprägung.
  - Es gilt als sehr wahrscheinlich, dass sich sogar neue Nervenzellen ausbilden können.

- Zentrale Erkenntnis der Neurobiologie:
  - Das Gehirn weist auch bei älteren Menschen noch eine hohe Plastizität auf.
- Wichtige Grenzen der Neurobiologie
  - Sie sagt nur etwas über Hirnfunktionen aus: Nervenzellen machen nicht Musik!
- Naturalistischer (Humescher) Fehlschluss

Neurobiologie ≠ Neurodidaktik

Neurologisches Ist ≠ pädagogisches Sollen

#### Entwicklungspsychologie

- Neue Perspektiven: Erforschung musikalischer Fähigkeiten im Säuglingsalter und im (späten) Erwachsenenalter
- Untersuchung musikalischer Entwicklungsverläufe
  - Professionelle Musiker
  - Klassik
  - · Pop- und Rockbereich
  - Amateurmusiker
- · Erkenntnisse:
  - Die Entwicklung des Menschen ist nicht mit dem Jugendalter abgeschlossen.
  - Nachhaltiger Einfluss generationsspezifischer, zeittypischer Einflüsse auf musikalische Präferenzen (z.B. Jugendbewegung, Nationalsozialismus, Rock- und Popkultur der 60er)

Gembris 1995 und 2012

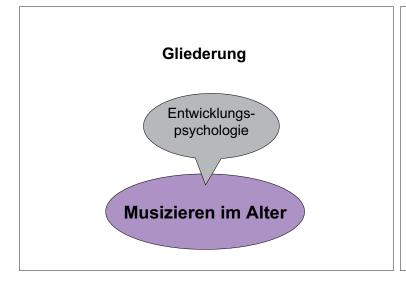
#### Musikpädagogen können zeigen, dass

- · der Mensch mehr ist als sein Gehirn.
- es nicht das Gehirn, sondern der lebendige Mensch ist, der fühlt, denkt und handelt.
- das Gehirn ein "Vermittlungs- und Beziehungsorgan"
  ist, das seine Struktur nur durch das Gewordensein im
  Austausch mit anderen Menschen erhielt.
- die Neurobiologie schnell an ihre Grenzen stößt, wenn es um die Erklärung musikalischer Phänomene bzw. musikpädagogische Empfehlungen geht.
- der Beziehung zwischen Musikpädagogen und älterem Schüler eine entscheidende Bedeutung zukommt.

<sup>1</sup>Thomas Fuchs (2012): Das Gehirn - ein Beziehungsorgan. Eine phänomenologisch-ökologische Konzeption. Stuttgart: Kohlhammer

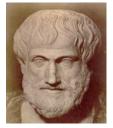
#### Beeinträchtigungen im Alter

- 90 % der über 70-Jährigen leiden an mindestens einer Krankheit; 30 % an fünf oder mehr Krankheiten
- Die häufigsten Störungen im Alter sind Depressionen und dementielle Syndrome.
- · Sehstörungen und Altersschwerhörigkeit
- feinmotorische Einschränkungen
- Der Stimmbildungsapparat (Lunge Kehlkopf – Rachen) wird durch Altereinflüsse vielfach beeinflusst.





- "Von der Musik behaupten wir aber alle, dass sie zu den Dingen gehört, die am meisten Lust bereiten, sowohl die rein instrumentale wie auch die mit Gesang.
- "Daher ist klar, dass man ... in Musse (schole) gewisse Dinge lernen und sich dafür bilden muss und dass diese Bildungsgüter und ihre Kenntnisse um ihrer selbst willen da sind ... Das ist der Grund, warum unsere Vorfahren auch die Musik zur Erziehung rechneten, und nicht, weil sie notwendig ist und auch nicht, weil sie nützlich ist (wie Schreiben, Zeichnen ... ).



Aristoteles (384-322)

Aristoteles: Politik 8. Buch "Über Erziehung" (1338a)

#### Ästhetische Erfahrung ist der Ausgangspunkt ästhetischer Bildung

- · Ästhetische Erfahrung ist ein nicht durch andere Erfahrungsmodi ersetzbarer Modus der Welterfahrung. (vgl. PISA-Studie)
- Ästhetische Erfahrungen führen aus der Alltagswelt heraus und sind durch das Moment des Genießens geprägt, das von der ganzen Person ausgeht und nicht nur von der rationalen Dimension des Menschen.
- Das Heraustreten aus der alltäglichen Routine hat für den Menschen eine mittelbare lebenswichtige Funktion, da er in der ästhetischen Welt Kräfte sammeln kann, die für das Bestehen in der Realität hilfreich sind.



Immanuel Kant (1724-1804)

- § 17 "Schönheit ist Form der Zweckmäßigkeit eines Gegenstandes, sofern sie, ohne Vorstellung eines Zwecks an ihm wahrgenommen wird."
- § 6 Schön ist, was ohne Begriff allgemein gefällt. ... Das Schöne löst ein Wohlgefallen ... ohne alles Interesse" aus.
- Kritik der Urteilskraft 1790

Romano Guardini (1885-



- Kunst hat Sinn, aber keinen Zweck. ... ist weder um eines technischen Nutzens noch eines ökonomischen Vorteils noch einer didaktischpädagogischen Unterweisung und Besserung, sondern um der offenbarenden Gestalt willen dar.
- zit. nach Reiner Kunze: Wo Freiheit ist . Gespräche 1977-1993, Frankfurt/M.

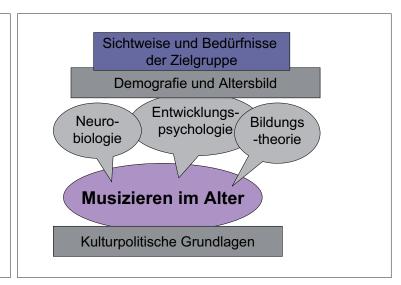
#### Musikalische Bildung ist mehr als musikalisches Wissen und Lernen

Musizieren ist "Bildungsarbeit an sich selbst".

- Kompetenzen in Musik erwerben und ausbauen
  - Singen
  - ein Instrument spielen
  - Improvisieren
  - Musik hören
  - Bewegen zur Musik Musiktheoretische und -wissenschaftliche Kenntnisse erwerben ...
- - Neue (musikalische) Sinnbezüge entdecken Modifizieren der eigenen Einstellung und Haltung zur Musik (Selbst- und Weltverständnis)
  - Die musikalische Aufnahmefähigkeit erweitern
  - Sich von Musik treffen lassen
  - Fortschreiben der eigenen musikalischen Biografie (im Austausch mit anderen)

### Bildung ist

- · ... in modernen Wissensgesellschaften die zentrale Voraussetzung sowohl für wirtschaftliches Wachstum und Wohlstand als auch für die Bewältigung von neuen Anforderungen in einer sich Mach Waalsn (La Della Stanges) (Nationaler Bildungspanel, Längsschnittstudie)
- ... in vibelleum Pistolikas tivoanseurbuign dileirbt, wenn wir Veröffentlierungen war Eiusbeschrähkt auf berufliche Weiterbildung und Lernbiografien bis zur Verrentung.



# Zusammenschau von empirischen Untersuchungen zur Bedeutung von Musik



- Gembris, H. (2008). Musik im Erwachsenenalter.
   Entwicklungspsychologische Befunde und praktische Perspektiven. In:
   Verband deutscher Musikschulen (Hrsg.), Musik ein Leben lang!
   Grundlagen und Praxisbeispiele (S. 11-34). Frankfurt/M.: Lang, S. 22-25
- Hartogh, Th. (2005). Musikgeragogik ein bildungstheoretischer Entwurf. Musikalische Altenbildung im Schnittfeld von Musikpädagogik und Geragogik. Augsburg: Wißner, S. 167f.

Ergebnisse einer repräsentativen Bevölkerungsumfrage:

# Das Kulturbarometer 50+ "Zwischen Bach und Blues…"

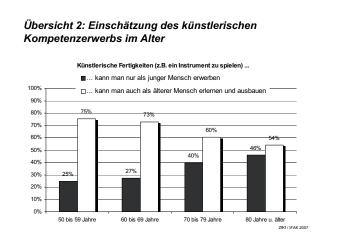
Susanne Keuchel und Andreas Johannes Wiesand (Zentrum für Kulturforschung) (2008). Bonn: ARCult Media

Zusammenfassung unter: www.kulturforschung.de

Herausforderung

Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr?

Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans anders!



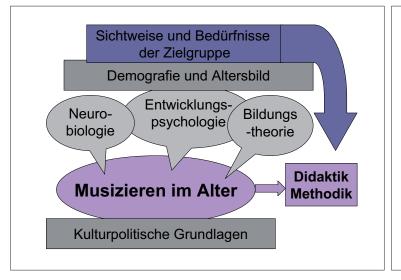
#### ... die Schülersicht:

- Interview mit Ernst Nisius (77)
  - begann mit 66 Jahren Geige zu spielen
  - spielt heute 2. Geige in einem Amateurorchester
  - plädiert auch im Namen seiner gleichaltrigen Mitspieler im Orchester - dafür, nicht auf altersbedingte nachlassende Kräfte Rücksicht zu nehmen
  - beklagt fehlende p\u00e4dagogische Konzepte
  - "Nach meinem sehr anstrengenden Beruf, den ich immerhin über 45 Jahre lang ausgeübt habe, hilft mir nun das aktive Musizieren mit der Geige, die neu gewonnene Freizeit befriedigend und glückbringend auszufüllen."

Zimmerschied, D. (2007). Fragen zum Instrumentalunterricht 50 plus. Dieter Zimmerschied im exemplarischen Interview mit einem Spätstarter an der Geige. In: Neue Musikzeitung 4, 6

#### Prognosen zur Bildungsnachfrage

- Bei älteren Menschen gibt es ein zunehmendes Interesse an künstlerischkreativer Eigenaktivität.
- Das Interesse der Generation 50+ für künstlerische Tätigkeiten könnte auf mittlere Sicht dazu führen, dass kulturelle Bildungseinrichtungen trotz des demographischen Wandels optimal auszulasten sind.



#### Institutionen

- Musikschulen
  - Strukturplan VdM
- Universitäten und Akademien
  - Europäisches Zentrum für universitäre Studien der Senioren Ostwestfalen-Lippe (EZUS)
  - Musikakademie für Senioren, Hamburg

- Volkshochschulen
- Alteneinrichtungen
  - Singkreis
  - Musikgruppe
  - Senioren-Sitztanz
  - Kaffeehausmusik
  - Tanztee
- Kirchengemeinden
- Mehrgenerationenhäuser ...

## Didaktische Konsequenzen für den Instrumentalunterricht

- · langsamere Lerngeschwindigkeit berücksichtigen
- Anzahl der vermittelten Informationen reduzieren
- ausreichende Wiederholungen einplanen
- Personenorientierung statt Konzeptorientierung:
  - Ziele und Wünsche der Schüler bestimmen inhaltliche und methodische Entscheidungen
  - biografische Orientierung
- · keine Infantilisierung ("musikalische Späterziehung")
- Präferenzen berücksichtigen:
  - Musik aus der Jugendzeit ist auch bevorzugte Musik im Alter. (Die heute 60-Jährigen wurden mit Popmusik sozialisiert.)
  - Aber auch: Je älter Menschen sind, umso größer ist die Affinität zu klassischer Musik.

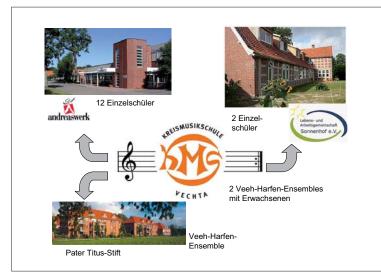
#### Angebote an Musikschulen

- · Partnerunterricht für Großelternteil und Enkel
  - "Du und ich am Klavier" (Uta Nevermann-Körting)
  - Streicherklasse (Anke Solle)
- · Musiktheater- und Musicalprojekte
- Multi-Generation Orchester
- Seniorenorchester
- · Historischer Tanz
- · Elementares Musizieren
- · Musiktheorie
- Erwachsenenakademie (MittwochsJazz, Sinfonisches Blasorchester ...) (Köln: Rheinische Musikschule)
- · Weitere best practice-Beispiele:
  - Verband deutscher Musikschulen (2008). Musik ein Leben lang! Grundlagen und Praxisbeispiele. Bonn: VdM
  - Wickel, H. H. & Hartogh, Th. (Hrsg.) (2011). Praxishandbuch Musizieren im Alter. Mainz: Schott

#### Was erwarten ältere Instrumentalschüler?

- Sinnstiftung und Lebensfreude beim Musizieren
- Kommunikation durch gemeinsames Musizieren
- Erfolge sollen sich an selbst gesteckten Zielen messen
- kein Curriculum (kein aufbauender Unterricht), nichts "Verschultes"
- Akzeptanz durch den Instrumentallehrer
- Einbringen der musikalischen Lebenserfahrung
- Unterrichtszeiten in größeren Abständen (14tägig oder nach Absprache)





#### Musikschule Stans, Schweiz Erwachsenenunterricht

- Unentgeltliche und unverbindliche Schnupperstunde
- · Flexible Angebote
  - 5er oder 10er Abonnements
  - Wöchentlicher oder 14-tägiger Unterricht
  - Unterricht zu 30, 45 oder 60 Minuten
- Gelegenheiten für Auftritte und gemeinsames Musizieren ...

# Vom Deutschen Musikrat ausgezeichnete intergenerative Projekte ...

- Sing- und Musikschule Neusäß, Angelika Jekic
- Elementare
   Musikpädagogik in der
   Seniorenarbeit
   "Unter 7 über 70"



Musikprojekte und
Aufführungen der MusicalAG der ChristopherusSchule und des
Singkreises des MarienStifts Braunschweig



#### Seniorenkantoreien

- Braunschweiger Seniorenkantorei an St. Martini
- Ökumenische
   Seniorenkantorei Berlin
  - www.seniorenkantoreiberlin.de

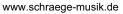




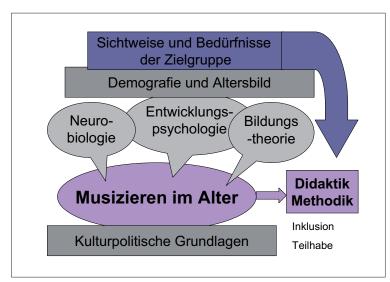
## Singen ab siebzig: Experimentalchor für Alte Stimmen

- initiiert und geleitet von Bernhard König (Köln),
- erste Auftritte beim 33.
   Evangelischen Kirchentag in Dresden im Mai/Juni 2011









#### **Demenz und Instrumentalspiel**

OLIVER SACKS

#### Patientenberichte:

- Eine Frau, die schon 7 Jahre an Alzheimer leidet, hat den Ehrgeiz, das Klavierkonzert von Robert Schumann einzustudieren ...
- Ein dementer Mann lernt ein neues Stück auf der Geige .
- Demenzkranke, die als Sänger öffentlich auftreten ...



"Besonders berührt hat mich der Umstand, dass das musikalische Können und Einfühlungsvermögen – während die anderen Fähigkeiten schwinden – nicht nur erhalten bleibt, sondern offenbar noch eine Steigerung erfährt." (S. 368)

#### Instrumentalunterricht mit dementiell erkrankten Menschen







#### Écouter pour Mieux s'Entendre (Luxemburg)



Hanne Deneire (Antwerpen, Belgien): EME-Musikprojekte der EME\*-Stiftung für dementiell erkrankte Menschen in Luxemburg



#### Die zentrale Frage

- · Sind dementiell erkrankte Menschen nur Adressaten von
  - Medizinischer Behandlung
  - Pflege
  - (Musik-)therapie ... ?
- · Oder sind sie auch
  - Teilnehmer an Bildungs- und Kulturangeboten
  - potentielle Schüler an der Musikschule …?

- Musikworkshops mit Kleingruppen in Pflegeeinrichtungen, Hospitälern sowie ambulanter Pflege
  - in der Regel 8
     Demenzerkrankte, 5 Pflegekräfte, drei Musiker
- Schulung von Pflegepersonal über die Möglichkeiten, Musik als emotionales Medium in der Pflege einzusetzen
- Schulung professioneller Musiker, die mit Demenzerkrankten arbeiten wollen









Junge Künstler musizieren als Stipendiaten in Krankenhäusern, Altenheimen, Waisenhäusern, Gefängnissen, Heimen und anderen sozialen Einrichtungen

#### einjährige berufsbegleitende Qualifizierung Musikgeragogik (Musizieren im Alter)

- · an der Fachhochschule Münster
  - Zielgruppe: Fachkräfte aus den Bereichen Soziale Arbeit und Pflege, Interessierte aus verwandten Berufsgruppen
  - Inventio-Preis des Deutschen Musikrats 2006
- am Nordkolleg Rendsburg
  - Verband deutscher Musikschulen (Landesverband Schleswig-Holstein)
- · an der Landesmusikakademie Berlin
- an der Landesmusikakademie Rheinland-Pfalz
  - Landeszentrale für Gesundheitsförderung Rheinland-Pfalz
- an der Musikakademie Hammelburg
  - Verband bayerischer Sing- und Musikschulen in Kooperation mit den bayerischen Musikhochschulen







Literatur Tagungen Vorträge Informationen



## www.musikgeragogik.de

Fachtagung "Musik und Demenz"

Demenz

24. Mai 2013

Landesmusikakademie Berlin

Europäischer Fachtag "Demenz und Musik"

una wasik

21. September 2013 Universität Vechta

#### Musik zur Vorbeugung von Demenz

Studienergebnisse:

Die Teilnahme an Freizeitaktivitäten geht mit einem verringertem Risiko einher, Alzheimer oder andere Demenzformen zu entwickeln.

Verghese et al. 2003. Leisure Activities and the Risk of Dementia in the Elderly, The New England Journal of Medicine, 349, 1290-1292

Methode: 469 Menschen, die älter als 75 Jahre waren wurden untersucht und über ca. 5 Jahre begleitet. In dieser Zeit entwickelten 125 Menschen Demenz (27%).

Von denen, die mehrfach wöchentlich Musik machten, entwickelten nur 19% Demenz.

Schachspiel: 14%, Gruppensport und Spiele: 17%