



Bringe *Lebensfreude* und *Lebendigkeit*
mit Musik zu betagten Senioren

Ausbildung zum/zur Lebenslang-Musik-Begleiter*in

LEBENSLANG
 *Musik*[®]

Gemeinsam Lebensfreude bis ins hohe Alter ermöglichen!

Schon als Kind habe ich erlebt, was die Musik und die damit verbundene zwischenmenschliche wärmende Begegnung mit pflegebedürftigen Senioren und mit mir selbst gemacht hat. Ich vergesse nie den Moment, als ich als achtjähriges Kind gemeinsam mit meinen Eltern am Pflegebett einer Seniorin stand und wir für sie und mit ihr gesungen haben.

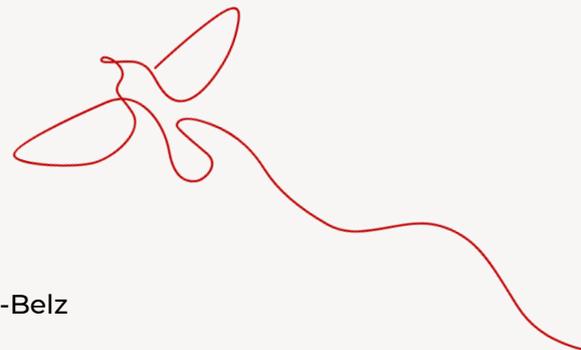
Die leuchtenden Augen, die Wärme und Dankbarkeit, die uns entgegenkamen, waren sehr berührend. Und dann ihr Zurufen, als wir gerade hinaus gingen: „Kommt bald wieder! Es war so schön!“. Das hat eindrucksvolle Spuren für meine persönliche und berufliche Entwicklung hinterlassen.

Mit der Ausbildung zum/zur *Lebenslang-Musik-Begleiter*in* möchte ich dich einladen, die Einsamkeit im Leben von vielen Senioren*innen zu verbannen!

Durch dein Engagement als *Lebenslang-Musik-Begleiter*in* kannst du die Lebensfreude und Lebendigkeit zurück in das Leben von betagten und demenzkranken Senioren bringen und die lebendigen musikalischen Begegnungen hinterlassen nachhaltige Spuren – auch für dein eigenes erfülltes Leben.

Herzlichst,

Anette Zanker-Belz



Anette Zanker-Belz

Initiatorin & Ausbildungsleiterin
Lebenslang Musik

Geragogin, Musikgeragogin & Mentalcoach

Geschäftsführerin
Lebenslang lebendig Mensch gGmbH

mail@lebenslang-mensch.de
www.lebenslang-mensch.de

Lebenslang Musik©: Die besondere Ausbildung für musikbegeisterte Menschen

Als Lebenslang-Musik-Begleiter*in

- ✓ bringst du deine Freude an der Musik und am eigenen Singen und Musizieren zu betagten und pflegebedürftigen Senioren – für noch mehr **Lebensfreude** für dich und die Senioren
- ✓ entfaltest du dein eigenes **Potenzial** - und das der Senioren
- ✓ werden deine Kompetenzen und **Talente** gefördert und du kannst selbst lebenslang lernen
- ✓ begegnest du Menschen im hohen Alter „auf **Augenhöhe**“ und lernst mit und von ihnen
- ✓ setzt du dich mit deinem **eigenen Älterwerden** und der Lebensphase „Alter“ auseinander. Das **hilft** dir auch im Zusammenleben und im Umgang mit deinen älteren Angehörigen und allen anderen älteren Menschen.
- ✓ engagierst du dich mit **Sinn** und Lebendigkeit: entweder im musikalischen Ehrenamt oder im Rahmen deiner beruflichen Tätigkeit
- ✓ trägst du einen wichtigen Teil dazu bei, dass die Generationen wieder zusammenwachsen und wir in einer **alters- und demenzfreundlichen** Gesellschaft gut miteinander leben können.

“

*„Durch das gemeinsame Musizieren habe ich sofort das Gefühl von einer Entspannung. Viele **Erinnerungen** kommen dann auch in mir hoch, wie mein Vater früher mit uns gesungen hat. Das sind ganz starke **Glücksgefühle.**“*

Helga A., Seniorin



So bringen *Lebenslang-Musik-Begleiter*innen* die Musik und Lebensfreude zu Senioren

Lebenslang Musik© ist ein Musikangebot für betagte und pflegebedürftige Senior*innen und richtet sich auch an Menschen mit Demenz.

Zertifizierte *Lebenslang-Musik-Begleiter*innen* ermöglichen das aktive, ganzheitliche Singen und Musizieren.

Lebenslang Musik

- ✓ steigert die Lebensfreude
- ✓ schenkt Glücksmomente
- ✓ weckt die Erinnerungen
- ✓ stärkt die Gesundheit
- ✓ fördert das Wohlbefinden

der Senior*innen.



Mit *Lebenslang Musik* kommt das Musikangebot direkt zu den Senior*innen:

Ausgebildete *Lebenslang-Musik-Begleiter*innen* bieten **musikalische Haus- oder Zimmerbesuche** für Einzelpersonen, das **Musizieren in Kleingruppen** im Pflegeheim, in Betreuungsgruppen, Tagespflegen, Nachbarschaftshilfen, Besuchsdiensten oder Kirchengemeinden usw. an.

Die musikalischen Inhalte und Aktivierungen orientieren sich dabei individuell an den **Bedürfnissen**, Interessen und an der "**musikalischen Biografie**" der Senior*innen. Das Singen, Musikhören, Tanzen im Sitzen und Spielen auf einfachen Instrumenten sind einige von zahlreichen Aktivitäten, die mit *Lebenslang Musik*© zu einem ganz besonderen **Erlebnis** für Senior*innen werden.

Die Inhalte der Lebenslang-Musik-Ausbildung

Die Ausbildung zum/zur *Lebenslang-Musik-Begleiter*in* ist in drei Module eingeteilt, die sich gegenseitig ergänzen und ineinandergreifen:

Modul 1

Das Alter(n) und die Lebensphase „Alter“ verstehen

- grundlegendes Wissen über das Alter(n)
- Lebenslanges Lernen
- Demenz & bedürfnisorientierte Kommunikation mit dementiell erkrankten Senioren



Modul 2

Singen und Musizieren mit betagten Senioren, auch mit Demenz

- Musik und ihre Wirkung
- Musik und Demenz
- Musik und Biografie
- Methoden und Möglichkeiten für das aktive Singen und Musizieren mit pflegebedürftigen Senioren
- Bewegen und Tanzen (im Sitzen)
- weitere musikalische Aktivitäten und Einsatz von leicht spielbaren Instrumenten mit Senioren
- Kennenlernen der Zaubersharfe

Modul 3

Lebenslang-Musik – Angebote planen, umsetzen und reflektieren

- praktische Beispiele und Einblicke in mögliche Angebote
- konkrete Anregungen und Ideen für die Tätigkeit als *Lebenslang-Musik-Begleiter*in*
- Planung und Umsetzung von musikalischen Hausbesuchen, Musizieren in kleinen Gruppen, Angeboten „auf Abstand“
- Möglichkeiten und Grenzen in der *Lebenslang-Musik-Begleitung*



*"Diese wirklich fundierte Zertifizierung, geleitet von fachlich absolut kompetenten Dozent*innen, gibt mir nicht nur die Chance auf weiteres und vertieftes Wissen und Verständnis über die Wechselbeziehung von Musik und was sie bei uns selbst, aber auch bei den Senior*innen bewirkt. Ich kann mich auch wunderbar mit Gleichgesinnten austauschen und vernetzen."*

Reni Sieblitz-Obermeier, Teilnehmerin Lebenslang-Musik-Ausbildung 2021

Die *Lebenslang-Musik*-Ausbildung: keine Berufsausbildung



Sondern eine Herzens-Bildung!

So kannst du *Lebenslang-Musik*-Begleiter*in werden:

Zielgruppe: Die Ausbildung zum/zur *Lebenslang-Musik*-Begleiter*in richtet sich an:

- ✓ Ehrenamtliche (oder solche, die sich dann mit Musik ehrenamtlich für Senioren engagieren möchten)
- ✓ Angehörige, Betreuungskräfte, Alltagsbegleiter
- ✓ Nachbarschaftshelfer*innen
- ✓ Mitarbeiter und Engagierte in kirchlichen Besuchsdiensten
- ✓ Mitarbeiter und Engagierte in Hospizdiensten

Ziel der Ausbildung ist es, dass die Teilnehmer*innen *Lebenslang-Musik* – Angebote im jeweils eigenen Umfeld und Wirkungskreis umsetzen und anwenden können. Die Ausbildung ist keine berufliche Ausbildung, sondern eine persönliche und/oder berufliche Weiterbildung!

Voraussetzungen für die Ausbildung:

- ✓ „Liebe zur Musik“ und Freude am Singen und Musizieren
- ✓ umfangreiche musikalische Vorkenntnisse/Spielen eines Instruments nicht erforderlich
- ✓ Vorkenntnisse im Musizieren mit Senioren sind nicht erforderlich, dürfen aber gerne mitgebracht und eingebracht werden
- ✓ Einfühlvermögen u. Empathie in der Begegnung mit betagten Senioren
- ✓ aktive Teilnahme in den Live-Seminaren
- ✓ Auseinandersetzung mit den Materialien und Aufgaben im Selbstlernteil der Ausbildung

Eine wichtige Voraussetzung für die Teilnahme ist die Offenheit online zu lernen. Dazu brauchst du ein stabiles Internet, eine Kamera und ein Mikrofon für die Live-Seminare. Kamera und Mikrofon hast du meistens bereits in deinem Laptop/PC integriert. Natürlich bekommst du vorab auch entsprechende technische Hilfestellungen.

Lebenslang Musik© – eine Ausbildung mit Herz und Kompetenz

Umfang und Ablauf der Ausbildung:

Die *Lebenslang-Musik*-Ausbildung hat einen Umfang von insgesamt 30 h in einem Zeitraum von drei Monaten:

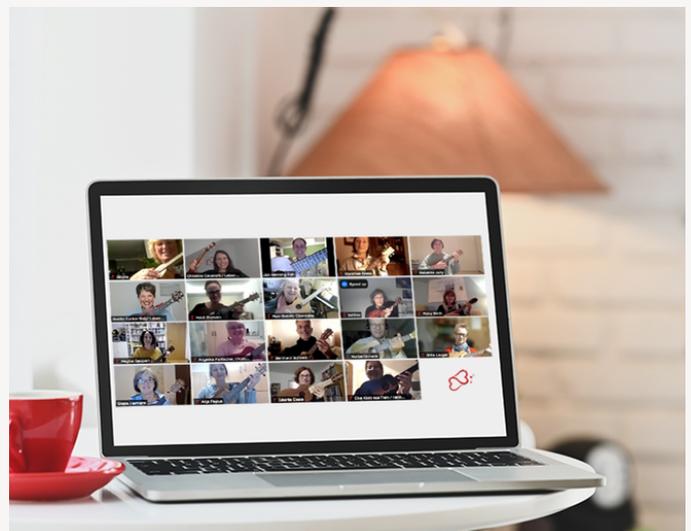
- ✓ 12 h Live-Online-Seminare (5 Termine) in einer festen Ausbildungsgruppe über „Zoom“ - methodisch abwechslungsreich und praxisnah von den Dozentinnen gestaltet
- ✓ 18 h Selbstlernzeit mit umfangreichen Handreichungen, Materialien, Videos und Aufgaben, die im Login-Bereich zur Verfügung gestellt werden
- ✓ Noten, Ideen und Materialien zur sofortigen Umsetzung in der Praxis
- ✓ kostenfreies Kennenlernen der Zauberharfe (14 Tage zu Hause)
- ✓ persönliche Online-Beratung mit der Ausbildungsleiterin am Ende der Ausbildung
- ✓ intensiver Austausch und Vernetzung mit den anderen Teilnehmer*innen
- ✓ Abschluss mit Zertifikat zum/zur *Lebenslang-Musik*-Begleiter*in bei erfolgreicher Teilnahme und Bearbeitung der Aufgaben
- ✓ anschließend besteht die Möglichkeit Mitglied in der *Lebenslang-Musik-Gemeinschaft* zu werden (Vertiefungsseminare und überregionaler Austausch mit *Lebenslang-Musik*-Begleiter*innen)

Gesamt-Investition in **Lebensfreude** und **Lebendigkeit** für alle oben aufgeführten Leistungen :

489.- € *

*inkl. MwSt. - Angebot gilt für Frühbucher bis 30.4.2022, danach: 549.-€

(Stand 2022)
Es gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen.



Lebenslang lebendig Mensch bleiben – mit Musik!

Termine 2022:

05.7.2022	19.30 Uhr – 21.30 Uhr
19.7.2022	19.30 Uhr – 21.30 Uhr
06.9.2022	19.30 Uhr – 21.30 Uhr
17.9.2022	9.00 Uhr – 13.30 Uhr
27.9.2022	19.30 Uhr – 21.30 Uhr

Einzel-Beratung mit der
Ausbildungsleitung am Ende der
Ausbildung nach Vereinbarung.

Selbstlernzeiten frei einteilbar.
Einzelne Aufgaben werden als Vor- und
Nachbereitung der Live-Seminare von
den Teilnehmern bearbeitet.

Änderungen vorbehalten



"Mit Anette steht und fällt alles. Sie als Dozentin bringt uns auf eine sehr ruhige und bedachte Weise ihre Expertise bei und ist jederzeit mit offenen Ohren für uns da. Sie begleitet uns, damit wir begleiten lernen. Auch die Dozentinnen, die eingeladen sind, geben unglaublich spannende Einblicke in ihre Erfahrungen, die ich definitiv nutzen kann. Diese Ausbildung stärkt und ermutigt, erfreut einfach die Herzen."

Heidi Draheim,
Teilnehmerin Lebenslang-Musik-Ausbildung 2021



Anmeldung

Werde *Lebenslang-Musik-Begleiter*in* und bringe Lebensfreude und Lebendigkeit in das Leben von Senioren – und in deines!

Melde dich jetzt zur
Ausbildung an:



E-Mail an:

mail@lebenslang-mensch.de

Betreff: *Anmeldung Lebenslang Musik*

Du benötigst weitere Informationen?

Auf der Seite www.lebenslang-mensch.de/lebenslangmusik findest du neben vielen Informationen zur Ausbildung und einem Film auch einen ausführlichen FAQ- Bereich! Oder schreibe an: mail@lebenslang-mensch.de

Gemeinsam können wir das Alter(n) so gestalten, wie wir es selbst alle einmal eines Tages erleben wollen!

Die Dozentinnen der *Lebenslang-Musik*-Ausbildung:



Anette Zanker-Belz

Geragogin, Musikgeragogin, Musikvermittlerin, Pädagogin und Mentalcoach mit jahrelanger Erfahrung als Dozentin und Beraterin.

Anette Zanker-Belz ist Initiatorin und Gründerin des gemeinnützigen Unternehmens **Lebenslang lebendig Mensch**, mit dem sie sich als Expertin für ein erfülltes und lebendiges Älterwerden engagiert. Anette Zanker-Belz hat die *Lebenslang-Musik*-Ausbildung entwickelt, in der sie ihr umfangreiches Wissen, ihre Erfahrungen, Methoden und Ideen für das Musizieren mit Senioren an die Teilnehmer weitergibt. Sie leitet die Teilnehmer*innen durch die gesamte Ausbildung.

Sabine Baumbach

Ergotherapeutin, Musikgeragogin, Fachkraft „Palliativ-Care für psychosoziale Berufe“ und Fachfrau für Basale Stimulation, Kinästhetik und Validationsanwenderin nach N. Feil.

Sabine Baumbach ist seit vielen Jahren als freiberufliche Dozentin im Gesundheitswesen tätig und u.a. Expertin zu den Themen „Demenz“ und „Musik und Demenz“.



Auch nach der Ausbildung geht es ganz lebendig weiter:

Unser Mitgliederbereich



Im *Lebenslang-Musik*-Mitgliederbereich können ausgebildete *Lebenslang-Musik*-Begleiter*innen weiter in Verbindung bleiben, lernen und gemeinsam wachsen. Der monatliche Austausch und die Vernetzung mit anderen Engagierten sind online und überregional organisiert. Regelmäßig treffen sich alle für Experten-Abende, an denen Anette und eingeladene Gast-Dozenten Vertiefungen und weiterführendes Wissen anbieten. Wir teilen miteinander unsere Ideen, Erfahrungen und unsere Begeisterung für unsere Tätigkeit als *Lebenslang-Musik*-Begleiter*innen.

Älter werden. Lebenslang *lebendig* bleiben!



Beratung & Coaching
für ein erfülltes und lebendiges
Älterwerden

Ausbildung
Lebenslang Musik:
Musizieren mit Senioren im hohen Alter

Impressum

Lebenslang lebendig Mensch gGmbH
Geschäftsführung: Anette Zanker-Belz

Gutenbergstraße 63
74074 Heilbronn

E-Mail: mail@lebenslang-mensch.de
Webseite: www.lebenslang-mensch.de

Telefon: +49 176 20 177 299
Handelsregister Amtsgericht Stuttgart HRB 779174
Ust-Id-Nr.: DE 342138519

Spendenkonto:

Bank: Bank für Sozialwirtschaft
BIC: BFSWDE33KRL
IBAN: DE88660205000001760501