

# Pfleger singen für ein besseres Wohlbefinden der Bewohner

**HORGEN** In der Stiftung Amalie Widmer läuft derzeit das Projekt Memory-Plus. Das Singprojekt will Singen als neue Behandlungsmethode in Pflegebetrieben etablieren. Besonders bei Menschen mit Demenz soll Musik in der Pflege mehr zur Anwendung kommen.

Das Pflegepersonal der Stiftung Amalie Widmer in Horgen hat eine neue Berufung gefunden: Seit sechs Wochen wird im Haus täglich gesungen. «Früher war es meist sehr ruhig auf unserem Stockwerk», sagt eine Pflegefachfrau. Seit dem Start des Singprojektes Memory-Plus sei der Alltag viel fröhlicher und lebhafter. Immer öfter höre man auf den Gängen Musik erklingen. «Den Bewohnern gefällt», ist das Pflegepersonal sich einig. Besonders bei Menschen mit Demenz wirke es beruhigend, wenn man ihnen vorsinge.

Seit Anfang Oktober wird in der Stiftung Amalie Widmer zweimal pro Woche ein Singtraining für das Pflegepersonal durchgeführt. Rund die Hälfte des Personals nimmt am Singprojekt teil. Im Aktivierungsraum finden sich die Pflegenden unterschiedlichster Nationalität und Alters zusammen, um für eine Stunde gemeinsam zu singen. Nach einem kurzen Aufwärmen geht es gleich los. Eingübt werden vorwiegend Lieblingsstücke der Bewohner: «Det äne am Bergli», «S Ramseiers wei go grase» oder «Vogel-Lisi» sind bekannte Vertreter. Mittlerweile kennen die meisten Pflegenden die Texte auswendig. Das gemeinsame Singtraining scheinen sie sichtlich zu geniessen. Zu «Kiosk» von Rumpelstilz und Polo Hofer tanzen alle mit.

## Acht Wochen intensive Zusammenarbeit

Das Horgner Pflegezentrum ist eine der ersten Institutionen, an welchen das Projekt Memory-Plus durchgeführt wird. Dieses will das Singen als Methode in der Pflege von an Demenz erkrankten

Menschen einführen. Acht Wochen lang arbeiten die Initiantinnen des Projekts, die Sozialarbeiterinnen Manuela Wegmüller und Denise Brändli, intensiv mit dem Pflegepersonal zusammen. «Wir möchten die Pflegenden

befähigen, das Singen als Arbeitsinstrument im Alltag anzuwenden», sagt Manuela Wegmüller.

«Es geht uns nicht darum, die besten Sänger hervorzubringen», sagt Denise Brändli, die wie ihre Kollegin selbst über keinen musikalischen Hintergrund verfügt. Das Ziel des Projekts sei es vielmehr, Singen als zusätzliches Instrument im Pflegealltag zu etablieren. «Das Singen von Stücken, zu denen die Bewohner eine

emotionale Bindung verspüren, kann gerade bei Personen mit Demenz positive Erinnerungen hervorrufen», sagt Brändli.

## Musik zur Verbesserung der Lebensqualität

Zahlreiche Studien belegen einen positiven Effekt von Musik und Musiktherapien bei Demenzbetroffenen. Laut einer Studie der Deutschen Gesellschaft für Musiktherapie kann Musik einen

wichtigen Beitrag zur Verbesserung der Lebensqualität demenzkranker Menschen leisten. So könne tägliches Musizieren oder Musikhören helfen, Erinnerungen zu wecken, die Kommunikation zu fördern, Struktur zu bieten oder zu beruhigen. Zudem kann Musik Ängste lindern und Depressionen reduzieren.

Bereits jetzt zeichnen sich erste Veränderungen in der Betreuung der Bewohnenden und in

den Teams ab. «Der Zusammenhalt der einzelnen Abteilungen hat sich sichtbar verbessert», sagt Wegmüller. Schamgefühle gäbe es mittlerweile keine mehr. «Das Schöne am Singen ist, dass jeder es gleichzeitig noch anderen pflegerischen Tätigkeiten nachgeht.»

Die Pflegenden selbst haben bereits positive Erfahrungen mit Gesang als zusätzlicher Therapieform gemacht. Singen könne in schwierigen Pflegesituationen zur Beruhigung der Patienten beitragen und unterstütze die Beziehungsgestaltung mit Personen, die sich zunehmend in ihre eigene Lebenswelt zurückziehen. Einige Bewohner hätten sich sichtbar geöffnet, seit man mit ihnen singe, und würden wieder mehr aus ihrer Vergangenheit erzählen, sagt eine Pflegefachfrau.

«Hinzu kommt, dass das gemeinsame Singen gerade Pflegenden mit Migrationshintergrund hilft, unsere Sprache besser zu verstehen», sagt Wegmüller. Ausserdem vermittelte das Einstudieren der gewünschten Lieder einen Einblick in die hiesigen Traditionen und Kulturen.

## Gesang im Arbeitsalltag integrieren

Das Projekt dauert noch rund zwei Wochen. Danach ziehen sich die beiden Sozialarbeiterinnen zurück. «Unser Ziel ist es, dass das Singen bis dahin einen festen Platz im Arbeitsalltag hat», sagt Denise Brändli. In den nächsten Wochen werde nach Wegen gesucht, den Gesang in den Tagesablauf zu integrieren. Fixe Singzeiten und eine Singgruppe des Pflegepersonals sollten in Zukunft zur Kultur der Stiftung Amalie Widmer gehören. «Durch den Gesang soll das Wohlbefinden der Bewohner, aber auch das der Pflegenden nachhaltig verbessert werden», sagt Brändli. *Natalie Wenger*



Zweimal pro Woche nehmen die Mitarbeitenden der Horgner Stiftung Amalie Widmer an einem Singtraining teil.

Maritz Hager