

blasmusik

MAGAZIN DES BAYERISCHEN
BLASMUSIKVERBANDS

in bayern.de



SZENE

Stephan Ametsbichler



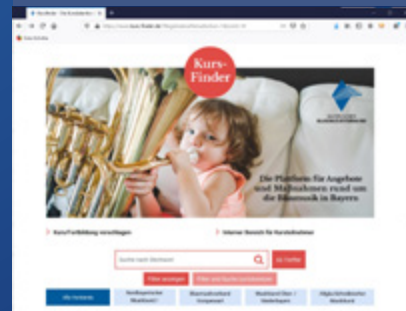
PRAXIS

Intonation des Saxofons



BBMV

Kurs-Finder startet



»Lebenslang lebendig Mensch« – NBMB-Ausbildung zum Lebenslang-Musik-Begleiter

Anette Zanker-Belz ist die Gründerin der Initiative »Lebenslang lebendig Mensch«. Sie setzt sich dafür ein, dass Menschen bis ins hohe Alter am kulturellen Leben der Gesellschaft teilhaben und damit bis zuletzt ein lebendiges, erfülltes Leben haben können. Zusammen mit dem Nordbayerischen Musikbund bietet sie für alle interessierten Musiker eine Ausbildung zum »Lebenslang-Musik-Begleiter« an. Im Interview verrät die Musikgeragogin ihre persönlichen Beweggründe für ihr Engagement, berichtet von ihren eigenen Erfahrungen in der musikalischen Arbeit mit Senioren und macht Mut zum Nachahmen und selbst Aktiv-Werden.

Nordbayerischer Musikbund: Frau Zanker-Belz, Sie bezeichnen sich als Lebenslang-Musik-Begleiterin. Was genau können wir darunter verstehen?

Anette Zanker-Belz: Ein Lebenslang-Musik-Begleiter ist ein musikbegeisterter Mensch, der seine Freude an der Musik mit Senioren teilen möchte, die ihr Zuhause kaum oder nicht mehr verlassen können. Ein Lebenslang-Musik-Begleiter besucht die Senioren zuhause oder unterm Fenster und macht ihnen ein Musikangebot – im Ehrenamt. Das Musikangebot kann ein kleines Konzert sein, das zum Beispiel moderiert ist und bei dem auch zum Mitsin-



gen oder Mit-Bewegen eingeladen wird, und das beispielsweise unterm Fenster, im Wohnzimmer oder am Pflegebett stattfindet. Das sind aber auch »musikalische Haus- oder Fensterbesuche«, bei denen der Lebenslang-Musik-Begleiter mit den Senioren gemeinsam singt, musiziert, im Sitzen tanzt, Musik hört und übers Leben spricht. Die möglichen »Lebenslang-Musik-Formate« und Angebote sind ganz vielseitig, sogar am Telefon oder per Video gibt es Möglichkeiten, die Senioren zum Musikerlebnis einzuladen. Eines haben aber alle Angebote gemeinsam, was die Haltung des Begleiters widerspiegelt: Es handelt sich immer um eine Einladung zum Musizieren ohne Leistungserwartung, ohne Druck, mit viel Bezug zur Biografie der Senioren, und es ist auch ein »demenzfreundliches, demenzsensibles« Angebot – also auch gedacht für Senioren mit einer Demenzerkrankung. Das gemeinsame Musizieren ist eine »Begegnung auf Augenhöhe«, bei der Begleiter und Senioren miteinander und voneinander lernen können. In meiner Tätigkeit habe ich oft erlebt, wie ich nach einem Musikbesuch wissender, »reicher« und mit vielen Gedanken für mein Leben heimgegangen bin.

Sie selbst machen schon Ihr »Lebenslang« Musik. Wann und wie haben Sie erkannt, dass Sie die eigene Freude am Musizieren teilen und andere Menschen mit und durch die Musik begleiten möchten?

Das war eigentlich schon recht früh: ich habe als Kind den Wunsch gehabt Geigenlehrerin zu werden (lacht) – mich hat



Anette Zanker-Belz

Fotos: Meli Dikta



für die Menschen musiziert und mit ihnen gesungen. Da habe ich als Kind schon erleben dürfen, wie die Menschen aufblühten und sich freuten. Und genau diese Erlebnisse haben in mir auch nachgewirkt und mit »Lebenslang Musik« greife ich das im Heute wieder auf. Ich wünsche mir, dass noch ganz viele Menschen ihre Freude teilen, andere begleiten und daraus eine neue Bewegung entstehen kann, eine »Lebenslang-lebendig-Mensch-Bewegung«.

Durch die regelmäßigen Kontakte lernen Sie die Personen, die Sie besuchen, und ihre Lebenssituation im Alter bestimmt recht gut kennen. Ist das manchmal auch belastend für Sie?

Ja und nein. Wie ich eben schon beschrieben habe, nehme ich oft ganz viel für meine eigene Entwicklung, neue Impulse und Gedanken mit. Aber auch das Gefühl von »geteilte Freude ist doppelte Freude« stellt sich oft ein.

meine damalige Geigenlehrerin inspiriert, mit der ich übrigens immer noch im engen Kontakt bin und die mittlerweile schon selbst Seniorin ist. Ich bin dann zwar keine Geigenlehrerin geworden, aber gerade auch für meine langjährige Arbeit als Musikpädagogin und Musikvermittlerin haben mich meine eigenen Erfahrungen geprägt. Es haben mich Menschen begleitet, die mir das Gefühl gaben, dass es in erster Linie nicht um die Leistung, sondern um die Begeisterung fürs Tun geht und darum, für etwas zu brennen. Meine Wegbegleiter sagten mir: »Du kannst was, wir glauben an dich«. Und auch jetzt als Geragogin und Musikgeragogin und sogar in meiner Tätigkeit in der Sterbebegleitung trägt mich diese Haltung, die mir da vermittelt wurde. Es geht mir darum, Menschen Möglichkeiten für lebenslange Freude beim Musizieren und mit Musik zu geben – eine Möglichkeit, einen Raum, ein Angebot für Menschen, die wir leider oft vergessen. Unsere Persönlichkeitsentwicklung hört ja nicht zu einem bestimmten Zeitpunkt im Leben auf. Selbst dann nicht, wenn wir im Pflegebett sind oder wenn wir eine Demenzerkrankung haben.

Meine Eltern waren mit mir als Kind immer wieder bei pflegebedürftigen Mitgliedern aus der Kirchengemeinde. Wir haben dann

danken mit. Aber auch das Gefühl von »geteilte Freude ist doppelte Freude« stellt sich oft ein.

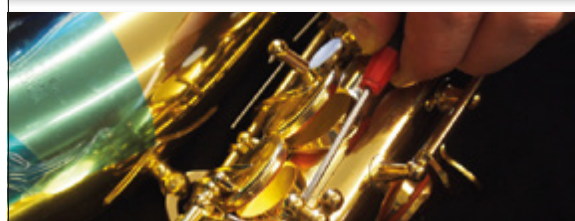
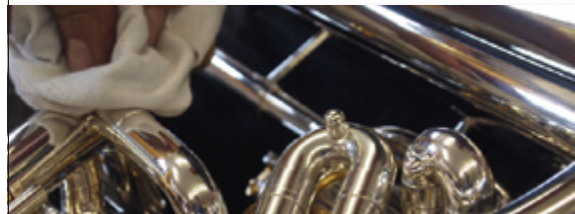
Auf der anderen Seite empfinde ich die Einsamkeit vor allem der Senioren, die alleine, zum Beispiel verwitwet, leben, als sehr bedrückend. Und die Einsamkeit war auch schon vor Corona groß. Über 50 Prozent der Senioren, die in einer Pflegesituation sind (über 65 Jahre, 4 Millionen in Deutschland laut Statistischem Bundesamt https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2020/12/PD20_N083_224.html), leben zuhause und werden dort von den Angehörigen bzw. von und mit ambulanten Diensten gepflegt.

Die Lebenssituation ist heute einfach anders als früher. Viele Angehörige leben weiter weg, arbeiten, haben Familie und können nicht rund um die Uhr präsent sein. Die Senioren sind oft einsam und können auch nicht die Angebote wahrnehmen, die noch für fittere, aktivere Senioren vorhanden sind. Eine Seniorin hat immer wieder zu mir gesagt, wenn ich gefragt habe, wie es ihr geht: »Ach, Anette, ich will nicht klagen, ich habe ja alles. Aber dieses Alleine-Sein ..., mir tut einfach die Seele weh«. Ich denke, diese Aussage erklärt auch, dass wir immer mehr Senioren

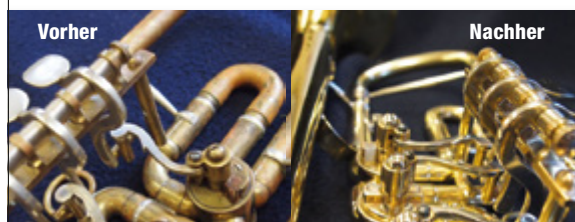


Kultur der Reparatur

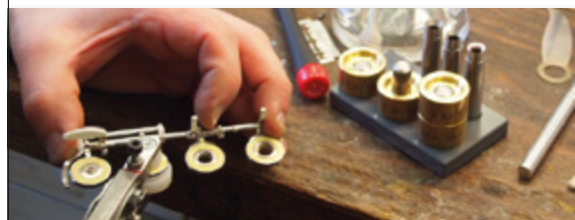
– meisterhaft seit 1962 –



Von der technischen Durchsicht bis zur gründlichen Revision bieten wir Ihnen die komplette Leistungspalette auf höchstem handwerklichem Niveau. Mit guter und fairer Fachberatung, termingerecht und professionell.



- Professioneller Reparaturservice
- Alle Holz- und Blechblasinstrumente
- Meisterbetrieb für Schlaginstrumentenbau: Instandsetzung von Pauken, großen Trommeln, Malletinstrumenten, usw.



An- und Rücklieferung gerne auch per Versand – eine Nachricht an werkstatt@musikdeusser.de oder Anruf genügt.

Deusser
Deusser Musik- und Pianohaus Meisterbetrieb

Karmelitenstraße 34, 97070 Würzburg
Telefon 0931 80474750 • www.musikdeusser.de

Kontakt- und Abholzeiten:
Montag bis Freitag 10⁰⁰ bis 13⁰⁰ und 14⁰⁰ bis 17⁰⁰ Uhr
Aktuelle Öffnungszeiten unter musikdeusser.de.

Termin der Online-Infoveranstaltung

Montag, 22. März, 19 bis 20 Uhr (www.kurs-finder.de/kurse/L21029)

Weitere Informationen und Anmeldung im Kurs-Finder
www.kurs-finder.de

mit Altersdepressionen haben. Und ich muss sagen: das zu hören und zu sehen, ist für mich belastend.

Im vergangenen Jahr haben Sie verschiedene Formate entwickelt, um auch in Corona-Zeiten weiterhin die Musik zu Senioren nach Hause zu bringen. Erzählen Sie uns davon!

Ich musste damals erstmal kurz durchatmen und hab mich gefragt: »Und was jetzt, Anette?«

Wie bei vielen anderen waren aber nicht nur Sorgen da, sondern ich hatte auch einen Schub Kreativität. Auf jeden Fall habe ich dann »meine« 90-jährige Else angerufen und sie gefragt, ob sie sich zu traut, eine Weile am Fenster zu stehen und ich würde da meinen Musikbesuch bei ihr machen, anstatt im Wohnzimmer. Gesagt, getan: Ich stand immer wieder bei schönem, nicht zu heißem Wetter unter ihrem Fenster und wir haben da gesungen, kleine Bewegungs- und Wortspiele gemacht und uns gegenseitig vom Corona-Frust abgelenkt. Das kam so gut an, dass ich auch bei anderen Senioren Musikbesuche unterm Fenster gemacht habe. Einige Teilnehmer aus meinem damaligen Musik-Kurs für aktive Senioren 65+ kamen auf die Idee: Wir könnten doch mitmachen. Und dann haben wir eine ganze Reihe Fensterkonzerte gestartet, auch vor Pflegeheimen. Dort haben wir dann »Mitsingkonzerte« gegeben. Es war ein richtiger »Lebenslang-Musik-Sommer« in und um Heilbronn, wo ich lebe. Das ging bis in den Herbst, und selbst im Winter war ich ab und zu, wenn auch nur kurz, zum Beispiel



an St. Martin oder an Weihnachten, unterm Fenster von Senioren. Diesen Winter habe ich dann weitere »Lebenslang-Musik-Formate« anbieten können: Musik am Telefon und als Videoformat.

Im Frühjahr und Sommer 2021 bieten Sie eine Ausbildungsreihe zum »Lebenslang-Musik-Begleiter« beim Nordbayerischen Musikbund an. An wen richtet sich diese Ausbildung und wo können sich Interessierte darüber informieren?

Die Ausbildung zum »Lebenslang-Musik-Begleiter« richtet sich an offene Menschen, die das Musizieren mit anderen lieben und die sich ehrenamtlich für Senioren musikalisch engagieren möchten.

Neues lernen, die eigenen Kompetenzen weiterentwickeln und genau das auch den Senioren ermöglichen steht letztlich im Vordergrund. Die Ausbildung ist für lebensbejahende, lebensmutige Menschen, die dazu beitragen möchten, dass wir uns generationenverbindend begegnen und alters- und demenzfreundlich gut miteinander leben.

Im Rahmen von zwei digitalen Infoveranstaltungen können sich Interessierte über Möglichkeiten des Musizierens mit Senioren in der Einzelbegleitung sowie den Auf-

bau der Ausbildung informieren und Fragen stellen. Weitere Informationen zu den beiden Veranstaltungen sowie zur Ausbildung selbst gibt es im Kurs-Finder des Nordbayerischen Musikbundes (www.kurs-finder.de) oder auf der Homepage (www.nbmb-online.de).

Vielleicht haben einige unserer Leser durch das Interview Lust bekommen, gleich aktiv zu werden. Was möchten Sie diesen Personen mitgeben?

Mein Motto heißt: Mut. Mut haben, neue Wege zu gehen. Mut haben, Dinge auszuprobieren, Mut haben, auch Fehler zu machen. »MUT« steht für mich auch für den Lebenslang-Musik-Begleiter und die Erlebnisse, die er den Senioren ermöglicht: Das »M« für »ganz Mensch sein, so wie ich bin, sich von Mensch zu Mensch begegnen, sich lebendig fühlen« und das »T« für »Tun, ins Tun kommen, machen, tatkräftig sein«.

Das möchte ich jedem mitgeben, der gleich jetzt zu seiner alten Nachbarin, zu seinem alten Nachbarn geht und unterm Fenster

ein Ständchen spielt oder gemeinsam mit ihr oder ihm ein Lied singt.

Vielen Dank, Frau Zanker-Belz, für das Interview und den interessanten Einblick in Ihre Tätigkeit als »Lebenslang-Musik-Begleiterin«! Wir freuen uns schon sehr auf die Zusammenarbeit und darauf, mit Ihnen gemeinsam neue Wege einzuschlagen, um die Senioren aus unserer Nachbarschaft zukünftig noch stärker in unsere musikalischen Angebote einzubeziehen.

Interview: Monika Feldmeier und Gerhard Cäsar

Herzlich willkommen, Schlüsselfelder Blasmusik!

Der Nordbayerische Musikbund freut sich sehr, die Schlüsselfelder Blasmusik (Oberfranken) in die NBMB-Familie aufnehmen zu dürfen. Wir freuen uns auf eine gute Zusammenarbeit.

Ines Markert

