



## **Projekt: gemeinnützige Gesundheitsförderung** **Förderung kognitiver Kompetenzen durch Musik**

Die Menschen werden heute wesentlich älter als noch vor wenigen Jahrzehnten. Um 1900 lag die Lebenserwartung bei Geburt lediglich bei etwa 45 Jahren, heute bereits bei rund 80 Jahren. Mit dem demographischen und sozialen Wandlungsprozess geht eine Veränderung der Bevölkerungspyramide einher. Das bedeutet eine wachsende Aufgabe für die gemeinnützige Gesundheitsförderung insbesondere für Menschen der sogenannten „Generation 50 plus“. Die Erhaltung der geistigen Fähigkeiten (Kognition) spielt dabei eine wesentliche Rolle.

Das vorliegende Projekt setzt Mittel der Volksmusik zur Erreichung dieser Aufgaben ein. **In Wien entstanden Lieder und Tänze in einem ganz besonderen „musikalischen Dialekt“. Diese Art der „gehobenen“ Wiener Volksmusik wird von einer breiten Bevölkerungsschicht gerne gehört und selbst praktiziert. Sie eignet sich deshalb ideal für das vorliegende Projekt zur Steigerung des Wohlbefindens und Förderung der kognitiven Kompetenzen.**

Psychologische und neurowissenschaftliche Untersuchungen sprechen dafür, dass regelmäßiges passives Musikhören und aktives Musizieren (z.B. Singen) die geistigen Fähigkeiten fördern. Wahrnehmung, Aufmerksamkeit, Erinnerung, Lernen, Problemlösen, Kreativität, Planen, Orientierung, Imagination, Argumentation, sprachliche Fähigkeiten, Merkfähigkeit, mathematische Leistungen, allgemeine Intelligenz, etc. werden aktiviert.

Experimentelle Untersuchungen ergeben auch positive Wirkungen in sozialer und emotionaler Hinsicht: Musik stiftet Gemeinschaft zwischen den Zuhörern bzw Mit-Sängern, verbessert das Wohlbefinden und fördert dadurch die Gesundheit.

### **Projektziele**

- Praktische Umsetzung der wissenschaftlichen Erkenntnisse über die unterstützende Wirkung der Volksmusik auf die Gesundheitsförderung und das Wohlbefinden.
- Vermittlung von Charakteristik und stilistischen Besonderheiten der städtisch geprägten "Volksmusik" anhand ausgewählter Beispiele.
- Aktivierung des Publikums, Umsetzung der positiven Wirkungen der Volksmusik in sozialer und emotionaler Hinsicht, Förderung der Gemeinschaft zwischen den Zuhörern bzw Mit-Sängern, Verbesserung des Wohlbefindens.

### **Projektdurchführung**

- Es finden Konzerte statt, welche in abwechselnder Folge Wiener Lieder und instrumentale Altwiener Tanzweisen bieten.
- Die Sängerin Sandra Bern trägt die Lieder vor, das Publikum erhält Gelegenheit, mitzusingen.
- Die Altwiener Tänze werden mit heiterer Moderation eingeleitet.
- Die musikalische Begleitung durch die Musikgruppe „Glasscherben Quartett“ des Wiener Trachtenverbandes ist besonders auf die Aktivierung des Publikums ausgerichtet.

### **Ausführende**

- Glasscherben Quartett des Wiener Trachtenverbandes (Wiener Volksmusik) in verschiedenen Besetzungen und mit technischer Unterstützung

Wiener Trachtenverband-Glasscherben Quartett; Gemeinnütziger Verein zur Förderung des Wiener Trachtenwesens, der Wiener Volksmusik und des Volkstanzes.

Text ©