

## **Musik und Bewegung mit älteren Menschen Lehrgang zur Rhythmikgeragogik an der Landesmusikakademie NRW in Heek ab 24.3.2022**

Aufgrund des großen Erfolgs veranstaltet die Landesmusikakademie NRW eine neue Auflage des fünfphasigen Lehrgangs „Musik und Bewegung mit älteren Menschen“ zur Rhythmikgeragogik. Er findet an fünf Wochenenden in der Landesmusikakademie NRW in Heek (Münsterland) statt und kann mit einem Zertifikat abgeschlossen werden. Zielgruppen sind primär Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus der Seniorenarbeit sowie musikpädagogisch oder musikgeragogisch Tätige. Beginn ist am 24. März, die fünf Phasen erstrecken sich bis zum 20. November 2022 und enden mit einer Abschlussprüfung.

Die Rhythmikgeragogik ist eine ganzheitliche Arbeitsweise, die durch den Wechselbezug von Musik, Bewegung und Sprache, verbunden mit der strukturierenden Kraft von Rhythmen, Menschen in der dritten und vierten Lebensphase bei der Erhaltung ihrer Lebensqualität unterstützt. Ein leitendes Ziel der Rhythmikgeragogik ist die Schaffung bzw. Stärkung von Sicherheit und Vertrauen in die eigenen körperlichen wie geistigen Fähigkeiten, um den Herausforderungen des Alltags besser begegnen zu können. Gemeinsames Singen, Musizieren, Tanzen und Raumerfahrungen in der Bewegung werden praktisch erprobt und theoretisch reflektiert, um sie in der Arbeit mit Senioren einsetzen zu können. Ob im Rollstuhl oder noch voll beweglich: Die Rhythmikgeragogik ermöglicht künstlerische Perspektiven eines erfolgreichen Alter(n)s und führt zu einer höheren Lebensqualität.

Diese Grundlagen vermittelt den Lehrgangsteilnehmenden ein hochqualifiziertes Team aus musik- und rhythmikgeragogisch orientierten Fachleuten um Lehrgangsleiterin Monika Mayr, das aus der Musik- und Bewegungstherapeutin Julia Jaquemar, dem Musikpädagogen und Chorleiter Prof. Dr. Kai Koch, der Gerontologin Dr. Elisabeth Philipp-Metzen, dem Musikwissenschaftler und Musikpädagogen Dr. Kai Marius Schabram sowie der Instrumentalpädagogin und Akademiedirektorin Antje Valentin besteht.

Mag. Monika Mayr studierte Rhythmik an der Universität für Musik und Darstellende Kunst, Wien, wo sie seit 2005 als Senior Lecturer am Institut für Musik- und Bewegungspädagogik/Rhythmik sowie Musikphysiologie wirkt. Außerdem leitet sie Fortbildungsseminare im In- und Ausland. Dabei fließen ihre Erfahrungen auf den Praxisfeldern Kindergarten, Schule, Erwachsenenbildung und Seniorenarbeit (als Musikgeragogin) ein. Monika Mayr war zudem lange 1. Vorsitzende des Bildungswerks Rhythmik e.V.

Der Lehrgang „Musik und Bewegung mit älteren Menschen“ findet an fünf Wochenend-Arbeitsphasen zwischen dem 24. – 27. März und dem 17. – 20. November 2022 in der Landesmusikakademie NRW (Steinweg 2, 48619 Heek-Nienborg) statt. Er ist anerkannt nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) in Nordrhein-Westfalen, auch die Beantragung einer Bildungsprämie ist möglich. Weitere Informationen und die Möglichkeit zur Anmeldung gibt es auf <https://lma-nrw.de>.

Das der aktuell herrschenden Situation angepasste Hygienekonzept ist auf der Akademie-Homepage <https://lma-nrw/hygienekonzept/> einsehbar. Die Gäste der Landesmusikakademie können sich weitläufig verteilen, da in mehreren Häusern gearbeitet, gewohnt und gegessen wird. Viele Wege führen von Haus zu Haus durch die frische Luft; Gruppen nutzen Seminargebäude meist für sich allein, so dass sie hervorragend Abstand halten können.



Impressionen aus dem ersten Lehrgang „Musik und Bewegung mit älteren Menschen“  
Fotos: Julia Jaquemar

Die **Landesmusikakademie NRW** wirkt seit 1989 für ganz Nordrhein-Westfalen als Veranstalterin musikalischer Fort- und Weiterbildungen, als Bildungsstätte und Probenort sowie als Vernetzungspartnerin und Projektträgerin. Sie wird vom Ministerium für Kultur und Wissenschaft institutionell gefördert und bildet mit Kursen, Lehrgängen, Tagungen, Konzerten und Projekten einen Knotenpunkt musikalischer Arbeit in NRW.

Pressekontakt:  
Sabine Lahl, M.A.  
Medienreferentin  
Landesmusikakademie NRW  
„Burg Nienborg“ in Heek / Kreis Borken e.V.  
Steinweg 2  
48619 Heek-Nienborg  
Tel. +49(0)2568 9305-18  
Fax +49(0)2568 9305-90  
[sabine.lahl@lma-nrw.de](mailto:sabine.lahl@lma-nrw.de)  
[www.landemusikakademie-nrw.de](http://www.landemusikakademie-nrw.de)