

Fit mit Musik - Gotthilf Fischer zum 9. Deutschen Seniorentag

13.05.2009, 14:46 | Kunst & Kultur

Pressemitteilung von: *Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO)*

Musik hat eine positive Wirkung auf das Wohlbefinden von Menschen jeden Alters. Für Senioren bietet sie zusätzlich eine Möglichkeit, gemeinsam etwas zu erleben und sich fit zu halten. „Wenn ältere Herrschaften in die Probe kommen, dann beobachte ich oft, wie sie schon nach zehn Minuten um Jahre jünger und glücklicher wirken“, berichtet Chorleiterlegende Gotthilf Fischer. Er ist überzeugt, dass Singen die Gesundheit belebt. „Geist, Seele und Herz werden gleichzeitig beansprucht. Das fördert den ganzen Menschen“, erklärt er.

Viele Senioren entwickeln gerade im Ruhestand Aktivitäten, für die sie früher keine Zeit hatten. Die Vorfreude auf ihre Unternehmungen hält sie jung. „Singen kann jeder, der eine Stimme hat“, versichert Gotthilf Fischer. „Und wer nicht so musikalisch ist, der orientiert sich eben am Nachbarn, das bringt zusätzlich ein Gemeinschaftserlebnis.“ Ärzte sollten, so rät der leidenschaftliche Musiker, „weniger Tabletten und dafür mehr Singen verschreiben“. Denn von der gesundheitsfördernden Wirkung des Gesangs ist er überzeugt.

Auch Mediziner bestätigen den Zusammenhang zwischen hoher Vitalität und musizieren. Dr. Barbara Richter ist Chefärztin der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie im Sächsischen Krankenhaus Altscherbitz: „Im Gerontopsychiatrischen Versorgungszentrum sammeln wir täglich Erfahrungen mit der Wirkung von Musik: zum einen bei der Bewältigung von Verlusten und zum anderen bei der Aktivierung sowie Erhaltung der Vitalität und der geistigen Fähigkeiten.“ Dabei stellt die Ärztin immer wieder fest, dass Musik in vielen Lebenslagen eine große Hilfe sein kann, da sie das Gehirn anregt.

Angst vorm Musikmachen sollte niemand haben. „Die Gemeinschaft, der Austausch und das Erleben sind das Wichtigste“, betont Gotthilf Fischer. Deshalb sei es auch zweitrangig, wie gut der Chor ist: „Hauptsache aus der Stube raus!“ In vielen Seniorentreffs, Kirchengemeinden oder Heimen freuen sich Chöre über jedes neue Mitglied.

Auch auf dem 9. Deutschen Seniorentag vom 8. bis 10. Juni 2009 auf der Leipziger Messe ist Gotthilf Fischer zu Gast. Gemeinsam mit dem Frauenchor der Volkssolidarität Leipzig und den Besucherinnen und Besuchern der Festveranstaltung zur Eröffnung des Deutschen Seniorentages (8. Juni, ab 15 Uhr, Leipziger Messe, Messehalle 2) lädt er im Anschluss zum Mitsingen ein.

Andere musikalische Programmpunkte im Rahmen des 9. Deutschen Seniorentages sind:

- 8. Juni, 10 Uhr: Workshop „Tänze aus aller Welt“
- 8. Juni, 11.45 Uhr: Workshop „Bewegen im Drei-Viertel-Takt – Swinging Chi“
- 10. Juni, 13 Uhr: Workshop „Aktive Gesundheitsförderung durch Seniorentanz“
- 10. Juni, 16.45 Uhr, Congress Center Leipzig: Konzert des Polizeiorchesters Sachsen (Eintritt frei)
- sowie Konzerte in Leipziger Kirchen.

An den drei Veranstaltungstagen werden 20.000 Besucher aus ganz Deutschland erwartet. Insgesamt finden beim 9. Deutschen Seniorentag unter dem Motto „Alter leben – Verantwortung übernehmen“ über 100 Veranstaltungen statt. Zahlreiche Gäste aus Politik, Wissenschaft, Wirtschaft haben sich angekündigt: Neben der Schirmherrin Bundeskanzlerin Angela Merkel kommen auch die Bundesminister Ulla Schmidt und Wolfgang Tiefensee sowie die Vorsitzenden der SPD Franz Müntefering und der GRÜNEN Claudia Roth nach Leipzig.

Auf der begleitenden Ausstellung SenNova bieten etwa 40 Beiträge ein umfangreiches Bühnenprogramm zu den Schwerpunkten: Engagement – Wohnen – Gesundheit. Zudem bereichern die Oper Leipzig, die Lene-Voigt-Gesellschaft, der Dachverband Altenkultur, die Aktiven Senioren Leipzig und Gruppen der HSG DHfK Leipzig das Programm.

Die Ausstellung umfasst die Bereiche freiwilliges Engagement, Gesundheit, Reisen und Bildung, Wohnen und Wohnumwelt, Vorsorge und Finanzen, Internet und Technik, sowie Verbraucherschutz. Die Gastgeberstadt beteiligt sich mit dem „Leipziger Treff“. Nähere Informationen zur SenNova stehen unter www.sennova.de zur Verfügung.

Veranstalter des 9. Deutschen Seniorentages ist die Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO), der Dachverband von über 100 Seniorenverbänden mit zusammen 13 Mio. Mitgliedern.

Das Programm kann bei der BAGSO bestellt werden oder unter www.deutscher-seniorentag.de heruntergeladen werden.

Eintrittskarten können schriftlich in der BAGSO-Geschäftsstelle oder unter www.deutscher-seniorentag.de bestellt werden (Tageskarte 7,50 €, Drei-Tageskarte 18 €).

Portrait

Die Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO) e.V. tritt als Interessenvertretung der älteren Generationen in Deutschland vor allem dafür ein, dass jedem Menschen ein selbstbestimmtes Leben im Alter möglich ist und die dafür notwendigen Rahmenbedingungen geschaffen werden. Sie setzt sich dafür ein, dass auch alte Menschen die Chance haben, sich aktiv am gesellschaftlichen Leben zu beteiligen und sich das im öffentlichen Meinungsbild über "die Alten" widerspiegelt.

Ihre Ziele sind:

- das Bild und die Stellung älterer Menschen in Gesellschaft und Familie zu verbessern,
- ein selbst bestimmtes Leben im Alter zu ermöglichen,
- Ältere darin zu bestärken, Verantwortung für sich und andere zu übernehmen,
- das solidarische Miteinander und den Dialog der Generationen voranzubringen,
- die Gesunderhaltung zu fördern, Behinderungen auszugleichen und die pflegerische Versorgung zu verbessern sowie
- die Interessen älterer Verbraucher zu stärken.

Unter dem Dach der BAGSO arbeiten zurzeit über 100 Verbände, Organisationen und Initiativen der freien Altenarbeit zusammen. Über ihre Mitglieder vertritt die BAGSO mehr als 13 Millionen ältere Menschen in Deutschland

News-ID: 309757 • Views: 1411 (Stand: 08.10.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/309757/Fit-mit-Musik-Gotthilf-Fischer-zum-9-Deutschen-Seniorentag.html>