



**Memory Atelier
Jaques-Dalcroze
für ältere Menschen**

Rhythmik • Musik • Bewegung

Administrative Leitung:
Innovage NW
Melinda Krüttli
Kirchackerstr. 34

4422 Arisdorf

Medizinische Beratung: Prof. Dr. Reto W. Kressig, Extraordinarius u. Chefarzt f. Geriatrie,
Universität und Universitätsspital Basel
Rhythmik Kursleiterin: Gabriela Christmann, Saurenbachstr.25, 8708 Männedorf/ZH

**RHYTHMIK –
EINE MUSIK- UND BEWEGUNGSINTERVENTION FÜR ÄLTERE MENSCHEN**



Die Rhythmik von Emile Jaques-Dalcroze:

Bei dieser, von E. Jaques-Dalcroze zu Beginn des 20. Jahrhunderts in Genf entwickelten Musik- und Bewegungsintervention, handelt es sich um körperliche Übungen mit mehreren Bewegungsabläufen („multi-tasking“), die im Rhythmus zu improvisiert gespielter Klaviermusik ausgeführt werden. Diese Rhythmik sensibilisiert den Menschen in seiner Ganzheit, entwickelt seine Wahrnehmungen und fördert seine geistige und körperliche Mobilität. Nicht zu unterschätzen sind die psychosozialen Auswirkungen der in Gruppen geführten Kurse. Die Arbeit im Kollektiv wirkt sich positiv auf die Stimmungslage und das Sozialverhalten der Kursteilnehmer aus.

Die Rhythmik schafft gleichzeitig eine entspannte und konzentrierte Atmosphäre. Dadurch entwickeln sich neue Interaktionen und Emotionen zwischen den Senioren und ihren Betreuungspersonen. Die Rhythmik für die angesprochene Personengruppe eröffnet so neue Perspektiven der Begegnung und Verständigung. Neben der durch die Rhythmik nach Dalcroze vermittelten ganzheitlichen

Eigenwahrnehmung wird gleichzeitig die Sensitivität zur Wahrnehmung der Stimmungslage und sozialen Interaktionen der ganzen Gruppe gefördert.

Kursleiterin: Gabriela Chrisman-Maziarski

1977-1984 Ausbildung zur Rhythmikpädagogin der Méthode Jaques-Dalcroze mit Abschluss des Diplôme Supérieur (Postgraduate Degree) in Genf. Bachelor Degree in Musik und Theater der Ohio University, USA. Seit 1980 tätig als Rhythmik- und Musiklehrerin an Volks- und Privatschulen, seit 1994 Dozentin an Musikhochschulen in der Deutschschweiz und am Institut Jaques-Dalcroze in Genf; als Repräsentantin der Dalcroze Methode tätig an zahlreichen Kongressen und Workshops im In- und Ausland. Seit 2004 Unterricht in Rhythmik für Senioren in Genf. Weiterbildung mit Prof. Dr. R. W. Kressig in der Anwendung der Dalcroze Rhythmik mit älteren und dementen Patienten. Mitarbeit an der Entwicklung eines Weiterbildungsmoduls für Rhythmiklehrer in der Spezialisierung Rhythmik für Senioren.

Kursinformation:

Diese Kurse richten sich an ältere Menschen in Begleitung von Angehörigen.

MAXIMALE TEILNEHMERZAHL PRO GRUPPE:

10-12 Personen

Bekleidung der Teilnehmer: Lockere, leichte Kleider (ev. Trainingsanzug), rutschfeste Socken oder Gymnastikschlärpfi.

KURSTAG in Basel: Dienstag 14 Uhr

KURSDAUER: Ein Semester (ca. 18 Wochen)

LEKTIONSDAUER: 50-60 Minuten

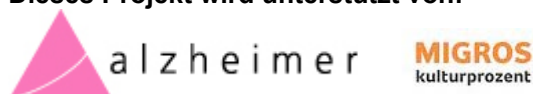
KURSKOSTEN: CHF 30.- pro Lektion (Begleitpersonen frei)

Anfragen und Anmeldung:

direkt bei der Kursleiterin: Gabriela Chrisman,
044 920 16 92, e-mail: gabichrisman@sunrise.ch

Anmeldung: Melinda Krüttli
079 869 6658, e-mail: melinda.kruettli@innovage.ch

Dieses Projekt wird unterstützt von:



Anmeldeformular



**Memory Atelier
Jaques-Dalcroze
für ältere
Menschen**

Rhythmik • Musik • Bewegung

Kursort:

**Studio für Tanz und
Taiji – Esther Sutter
Kornhausgasse 5/7**

CH-4003 Basel

Name _____

Vorname _____

Strasse Nr. _____

PLZ, Ort _____

Name Begleitperson _____

Adresse: _____

Tel-Nr. _____

E-mail _____

Bitte Anmeldung senden an:

Frau Melinda Krüttli
Kirchackerstr. 34
4422 Arisdorf

Kursbeginn am 5. Januar 2010. Die 18 Lektionen finden jeweils
am Dienstag um 14-15 Uhr statt.