



Hörzeit

Radio wie früher

für Menschen mit Demenz
und ihre Angehörigen

Christine Schön

Arbeit – Beruf und Berufung!



Christine Schön ist Redakteurin, Moderatorin und Regisseurin von *Hörzeit – Radio wie früher*. Sie arbeitet seit 15 Jahren als Hörfunkautorin u. a. für Deutschlandradio Kultur, WDR, SWR sowie als Klangkünstlerin und war Kulturmanagerin u. a. für die Universität der Künste Berlin. Außerdem gibt sie Workshops für Mitarbeiter von Seniorenheimen und für Altenpflegeschüler.

Auszeichnungen: Felix-Rexhausen-Preis für das Radiofeature *Nachhall* (SWR, 2009); Deutscher Einheitspreis der Bundeszentrale für politische Bildung im Bereich Kultur für das Projekt *Interzone – Stationen zwischen Ost und West* (2006).



Frank Kaspar ist Co-Moderator von *Hörzeit – Radio wie früher*. Er arbeitet als freier Kultur- und Wissenschaftsjournalist für das Deutschlandradio und die ARD.

Beide sind Gründungsmitglieder des Vereins *Herzton – Mediale Begegnungsräume für Generationen e. V.*

Für meine beiden Mädels, die mich dabei unterstützen, meine Berufung zu leben.

Liebe Angehörige, liebe Pflegekräfte,

wir freuen uns sehr, dass Sie sich für die dritte CD von *Hörzeit – Radio wie früher* entschieden haben. Radio ist das vertrauteste Medium für heute alte Menschen, lange Zeit begleitete es ihren Alltag und bestimmte die Freizeit – Familien und Freunde saßen gemeinsam vor dem Gerät, um die großen Unterhaltungsshows, Sportübertragungen und Konzerte anzuhören.

Mit *Hörzeit* wollen wir Ihnen, Angehörigen und Pflegekräften, in Ihrem fordernden Alltag etwas an die Hand geben, um mit den Ihnen anvertrauten Menschen mit Demenz in Kontakt zu kommen und mit ihnen eine schöne Zeit zu verbringen.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß und Freude beim gemeinsamen Hören!

Ihre Christine Schön und Ihr Frank Kaspar

Tontechnik und Produktion: Aminetta T. Hecht
Studioaufnahme bei und mit Frieder Butzmann
Stationvoice: Reinhard Krol
Lesung: Jördis Schön
Booklet- und Cover-Design: Eugen Wachter
Bild: fotolia/Vasilev Evgenii
© medhochzwei Verlag Heidelberg
1 CD – Spieldauer 76:59

Wie funktioniert *Hörzeit*?

Kommunikation entsteht dann, wenn der Mensch sich erinnern kann. Bei Menschen mit Demenz findet Erinnerung jedoch nicht mehr über kognitive Reize statt, sondern über emotionale. *Hörzeit* gelingt diese emotionale Aktivierung durch bekannte Musikstücke, die Verwendung von Sprichworten und Abzählreimen und eine Moderation, die die Kommunikationstechniken der Validation umsetzt, die also eine echte und tiefe Wertschätzung gegenüber Menschen mit Demenz aufbringt, sie mit ihren Gefühlen und Gemütszuständen ernst nimmt und nicht zu viele Informationen übermittelt.

Deswegen sind die Audiomagazine auch bewusst langsam produziert, verzichten auf schnelle Schnitte und lassen den Moderationen, der Musik und den Klängen Raum. Raum für Gefühle, Raum für Erinnerungen und Raum für gemeinsame Augenblicke. Für nicht demenziell veränderte Menschen, die schnelle Schnitte und Multitasking gewohnt sind, ist diese Entschleunigung zunächst ungewohnt, für Menschen mit Demenz ist sie ein Anker in der ansonsten sehr hektischen Medienwelt.

Sie können *Hörzeit – Radio wie früher* gemeinsam hören. Singen Sie mit, tanzen Sie zur Musik, lassen Sie sich ganz auf die Stimmung des Menschen mit Demenz ein. Vielleicht mag er oder sie etwas erzählen, vielleicht sitzen Sie auch einfach zusammen und genießen die gemeinsam verbrachte Zeit.

Das Audiomagazin ist 54 Minuten lang. Bitte beenden Sie das gemeinsame Hören danach (nach Track 8). Auf das Magazin für Menschen mit Demenz folgt ein Teil für Sie, Angehörige und Pflegekräfte. Dieser beginnt mit Track 9.

In dieser Hörzeit geht es um Arbeit, um Beruf und Berufung. Gerade für die Männer der heute älteren Generation war Arbeit identitätsstiftend. Für alle, ob Mann oder Frau, war sie ein großer Teil des Lebens, egal ob innerhalb oder außerhalb des Hauses.

Wir sprechen mit Menschen, die ihren Beruf lieben, lauschen in die Werkstatt eines Schusters, lassen uns bei einem abendlichen Spaziergang von einem Ornithologen mit den Vögeln im Grunewald bekanntmachen, hören, wie der Tagesablauf eines Bauern ist und wie unterschiedlich die Tage bei einem Musiker verlaufen. Wir haben Kinder gefragt, was sie gerne werden wollen und Sophie Rosentreter erzählt uns, warum sie ihren vermeintlichen Traumberuf als Model aufgab und ihre Berufung in der Arbeit mit alten Menschen gefunden hat. Wir hören Lieder über einen Fußballtorwart, eine Hausfrau, die Fischer auf Capri und einen lachenden Vagabunden.

Im zweiten Teil der Sendung, dem Teil für Angehörige und Pflegekräfte, sprechen wir mit Expertinnen und Experten darüber, wie wichtig es für einen Menschen mit Demenz ist, eine Aufgabe zu haben und sei sie auch noch so einfach. In einem Spezial zum Thema Hören und Demenz berichten ein Neurologe und zwei HNO-Ärztinnen über den Zusammenhang von Hörstörungen und Demenz und eine Hörakustikmeisterin schildert, wie eine Hörgeräteanpassung verläuft.

Danksagung

Danke:

- Dem Bauern Steffen Jakob, dem Schuhmachermeister Stephan Pöschk (massschuhe-berlin.de), dem Ornithologen Klemens Steiof und dem Musiker Adrian Werum (adrian-werum.com) dafür, dass ich sie begleiten und befragen durfte.
- Markus Iben von der Akademie für Hörakustik in Lübeck für die schnelle und fachkundige Unterstützung bei den Hörbeispielen (www.afh-luebeck.de).
- Claudia Winnersbach und ihrer Klasse 5b der Eichendorff-Grundschule in Berlin Charlottenburg für die schöne gemeinsame Stunde und die tollen Berufswünsche.
- Dem Vierfelderhof Berlin Gatow mit Michael Brune für die spontane Unterstützung beim Finden eines Bauern – in Berlin gar nicht so einfach (vierfelderhof.de).
- Der Harfengalerie Camac in Berlin mit ihrer Geschäftsführerin Julia Becker für die unkomplizierte Hilfe bei dem Aufnehmen der Harfe – und für den schönen Klang (harfengalerie.de).
- Dem wunderbaren Schneckenhaus in Berlin Charlottenburg mit den Kindern Alma, Anjo, Anouk, Aurélie, Clara, Enno, Lilli, Gustav, Marie, Theo, allen Eltern, den Erzieherinnen Durga und Saraswati und der Musikpädagogin Ursel Peters, die das Stück mit den Kindern eingeübt hat. Danke für die schöne gemeinsame Zeit!
- Dem Stadtteil- und Kulturzentrum Motte in Hamburg Altona mit seinem Geschäftsführer Michael Wendt und mit Norman Würpel vom Tonstudio für die schnelle und unkomplizierte Hilfe bei den Studioaufnahmen von Sophie Rosentreter (diemotte.de).
- Sophie Rosentreter für Inspiration und kontinuierliche Unterstützung (ilsesweitewelt.de)
- Idref aka Ferdi Cebi für seine Passion und dafür, dass er uns sein Lied „Bleib jung“ zur Verfügung gestellt hat (<https://www.facebook.com/IdrefderDenker/>).

Stimmen zu Hörzeit

Marianne Frickel, Präsidentin der Bundesinnung der Hörakustiker KdÖR (biha):

Unversorgte Schwerhörigkeit ist ein Risikofaktor für Altersdemenz und Altersdepression. Das Gehirn wird weniger trainiert, Nervenverbindungen werden abgebaut. Eine Hörsystemversorgung ist aktive Demenzprävention. Wir raten daher präventiv zu regelmäßigen Hörtests. Gleichzeitig unterstützen wir sehr gerne das Projekt „Hörzeit“. Über den Hörsinn verbindet es Betroffene und Angehörige und zeigt, wie wichtig gutes Hören ist.

Eine gute Hörsystemversorgung bedeutet Lebensqualität und Teilnahme am gesellschaftlichen Leben. Hörakustiker machen sich darüber hinaus stark für Prävention bei bspw. Demenz und mit Gehörschutz. Die biha vertritt die Interessen der 14.500 Hörakustiker in Deutschland.

Hören und Erinnern sind eng miteinander verknüpft. Für Menschen mit einer fortgeschrittenen Demenz, die auf rein emotionaler Ebene (er-)leben, bedeuten vertraute, ruhige Geräusche einen sicheren Hafen. Und auch betreuende Angehörige finden in dieser Hörzeit-Ausgabe hilfreiche Informationen für den alltäglichen Umgang mit der Krankheit. Wir freuen uns, an diesem Projekt teilhaben zu können.

Roland Engehausen, Vorstand der IKK Südwest

Tracks

Teil 1: Hörzeit für Menschen mit Demenz

- | | | |
|---------|--|------|
| Track 1 | Begrüßung | 3:55 |
| Track 2 | Lonny Kellner: <i>Der Bäcker backt ein Kuchenherz</i> | 4:10 |
| Track 3 | Ein Tag mit Schuhmachermeister Stephan Pöschk
Sylvia Dahl: <i>Schuster, bleib' bei deinen Leisten</i> | 8:22 |
| Track 4 | Heiteres Beruferaten
Ein Abendspaziergang im Grunewald mit dem Vogelkundler
Klemens Steiof | 8:03 |
| Track 5 | Rudi Schuricke: <i>Capri Fischer</i>
Elisabeth Mader: <i>Vom Leben auf dem Hof</i> (Ausschnitt)
Der Bauer Steffen Jakob über seinen Beruf | 7:45 |
| Track 6 | Kinder über ihre Traumberufe
Will Höhne: <i>Der Theodor im Fußballtor</i>
Sophie Rosentreter über ihre Berufung | 6:58 |
| Track 7 | Edith Schollwer: <i>Wanderlied einer Hausfrau</i>
Die Kinder des Schneckenhauses Charlottenburg:
<i>Wer will fleißige Handwerker sehn</i> | 5:55 |
| Track 8 | Adrian Werum und das Orchester der Kulturen: <i>Aus der Jugendzeit</i>
Der Musiker Adrian Werum über seinen Beruf
Verabschiedung mit Fred Bertelmann: <i>Der lachende Vagabund</i> | 8:46 |

Teil 2: Hörzeit für Angehörige und Pflegende

Track 9	Begrüßung	1:19
Track 10	Chefarztvisite Synan Al-Hashimy (Alzheimer Therapiezentrum Ratzeburg)	2:05
Track 11	Helga Rohra (Trotzdemenz e. V.)	1:51
Track 12	Klaus Lindemann (Männergruppe beim Caritasverband Düsseldorf e.V.)	2:30

Spezial Hören und Demenz

Track 13	Dr. med. Ingo Kilimann (stellvertretender Leiter der Arbeitsgruppe Klinische Demenzforschung des Standortes Rostock/Greifswald des DZNE und KPM Rostock, Leiter der Forschungsambulanz) sowie Dr. med. Gabriele Witt und Dr. med. Wilma Großmann (Oberärztinnen der Klinik und Poliklinik für Hals-, Nasen-, Ohrenheilkunde, Kopf- und Halschirurgie „Otto Körner“ der Universitätsmedizin Rostock)	7:06
Track 14	Irene Wattler (Hörakustikmeisterin, GANZ OHR Berlin)	4:31
Track 15	Verabschiedung mit Idref: <i>Bleib jung</i>	3:43

Quellennachweise

_ Rudi Schuricke: Capri Fischer. Mit freundlicher Genehmigung der ELECTROLA A DIVISION OF UNIVERSAL MUSIC GMBH.

_ Lonny Kellner: Der Bäcker backt ein Kuchenherz. Mit freundlicher Genehmigung der ELECTROLA A DIVISION OF UNIVERSAL MUSIC GMBH.

_ Fred Bertelmann: Der lachende Vagabund. Mit freundlicher Genehmigung der ELECTROLA A DIVISION OF UNIVERSAL MUSIC GMBH

_ Edith Schollwer: Wanderlied einer Hausfrau. Mit freundlicher Genehmigung der WARNER MUSIC Group Germany Holding GmbH. A Warner Music Group Company (LC: 01557)

_ Will Höhne: Der Theodor im Fußballtor/Das Tanzorchester des NWDR Hamburg/Dirigent Franz Thon (P) 1948 (Jube). Mit freundlicher Genehmigung von JUBE Musikproduktion

_ Sylvia Dahl: Schuster, bleib' bei deinen Leisten. Mit freundlicher Genehmigung von SPECTRE Media

_ Idref: Bleib jung. Aus dem Album: Lebensmusik. Mit freundlicher Genehmigung von EF Movement.

_ Adrian Werum und das Orchester der Kulturen: Aus der Jugendzeit. Komponist: Robert Radecke, Text: Friedrich Rückert. Gesang: Aris Sas, Obertongesang: Anna-Maria Hefele. Mit freundlicher Genehmigung von Adrian Werum.

_ Herzlichen Dank an Stefan Wehr von www.vogelstimmen-wehr.de für den schönen Mittelspecht.

Diese CD verwendet viele Sounds von freesound.org. Die ganze Liste finden Sie hier: www.medhochzwei-verlag.de/fileadmin/medhochzwei/Downloaddateien/Hoerzeit/Literatur_Arbeit.pdf

Wir verwenden folgende Titel unter Creative Commons Lizenzen:

Licensed under Creative Commons: By Attribution 3.0 Licence

<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

_ Kevin MacLeod: Simple Duet (incompetech.com)

_ Kevin MacLeod: Lift Motif (incompetech.com)

_ Kevin MacLeod: Continue Life (incompetech.com)

_ Kevin MacLeod: Heartwarming (incompetech.com)

Ausschnitt aus dem Buch: *Vom Leben auf dem Hof. Von alten Berufen, Knechten und Mägden und wer alles zum Hofleben beitrug* von Elisabeth Mader. J. Berg Verlag in der Bruckmann Verlag GmbH, München 2013.

Weiterführende Texte zum Thema *Hören und Demenz*:

I. Kilimann , A. Óvari, A. Hermann, G. Witt, H.W. Pau, S. Teipel. *Hörstörung und Demenz*. Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie 5, 2015. S. 440-445.

Kuratorium Deutsche Altershilfe (Hrsg.): *dazugeHÖREN – Türen öffnen zu hörgeschädigten Menschen mit Demenz. Ein Ratgeber für Betroffene, Angehörige und Pflegenden*, 2008.

DEMENSCH

Für einen menschenfreundlichen Umgang mit Demenz

Das Buch

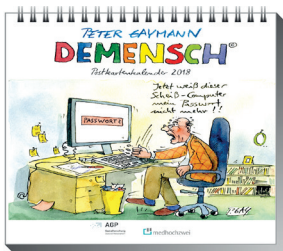
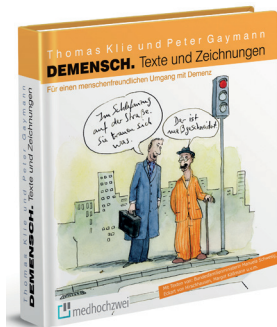
Der Umgang mit Demenz ist eine Frage der Kultur – und Humor spielt dabei eine große Rolle. Texte von Prominenten und Cartoons von Peter Gaymann zum menschenfreundlichen Umgang mit Demenz!

Peter Gaymann/Thomas Klie

DEMENSCH. Texte und Zeichnungen

XIII, 128 Seiten. Hardcover. Mit 28 farbigen Cartoons.

€ 24,99. ISBN 978-3-86216-224-6



Mit 12 Postkarten zum Heraus-trennen und Verschicken!

Der Kalender

Was dabei herauskommt, wenn der Zeichner und Cartoonist Peter Gaymann den Alltag von Menschen mit Demenz in Szene setzt, zeigt auch der neue Kalender DEMENSCH 2018. Gaymann bringt Dialoge zwischen Menschen mit und ohne Demenz auf Augenhöhe.

Peter Gaymann/Thomas Klie

DEMENSCH Postkartenkalender 2018

18 x 16,5 cm. Ca. € 14,90. ISBN 978-3-86216-347-2

CD 1: Kinder – unser Glück!



» Unsere Betreuungskraft spielte die CD in der Dementengruppe und war überrascht, wie schnell sich die Ruhe und Besinnlichkeit der CD auf unsere Bewohner übertrug. Vor allem die gut ausgesuchten Lieder, wie ‚La La Lu‘ oder ‚Schön ist es auf der Welt zu sein‘, kamen bei den Zuhörern so gut an, dass einige mitsummten oder sogar versuchten mitzusingen.

« Bernd Hey, Heimleiter Seniorenhaus Odenwald GmbH

Die erste CD widmet sich dem Thema „Kinder“. Sie enthält neben bekannten Musikstücken unter anderem Kindererzählungen und das Lachen von Kindern.

Christine Schön

Kinder – unser Glück!

2017. CD Nr. 1. € 24,99.

ISBN 978-3-86216-308-3

Auch als mp3-
Download erhältlich!

CD 2: Reisen – entdecken und erleben!

In den 1950er Jahren entdeckten die Deutschen das Reisen. Ob Sonne, Strand und Spaghetti oder Berge, Bier und Burgen – die Reisewelle rollte. Eine Hörzeit über schöne Ferienerlebnisse und das Unterwegssein.

Auch als mp3-
Download erhältlich!

» Ich bin von dem Hör-Genuss begeistert und dankbar, meinen kleinen Teil dazu beigetragen zu haben. Ob für die stationäre Pflege oder in der Häuslichkeit: Diese Hör-Reise tut gut, weckt Erinnerungen und baut Brücken für eine Kommunikation!
Sophie Rosentreter



Christine Schön

Reisen – entdecken und erleben!

2017. CD Nr. 3. € 24,99.
ISBN 978-3-86216-334-2

Ja zum Leben trotz Demenz!

Das neue Buch der Demenzaktivistin Helga Rohra



Helga Rohra

Ja zum Leben trotz Demenz! Warum ich kämpfe

2016. 99 Seiten. Softcover.

€ 18,99. ISBN 978-3-86216-283-3

Helga Rohra spricht für sich selbst mit Kraft und Nachdruck. So hat sie auch dieses Hörbuch eingesprochen, welches Schwerpunkte aus ihrem neuen Buch konzentriert zusammenstellt.

Hörbuch. 2016. € 18,99.
ISBN 978-3-86216-300-7

Demenz hat viele Gesichter und mit Helga Rohra endlich auch eine Stimme

Unter den Demenzaktivisten gibt es weltweit nur zwei Publizisten. Helga Rohra ist eine von ihnen. In ihrem neuen Buch gewährt Rohra einen seltenen Einblick in die Welt eines Menschen mit diagnostizierter Demenz. Sie erzählt – humorvoll, fordernd, kritisch und hoch-reflexiv – wie sie tagtäglich mit der Demenz lebt und trotz der Schwierigkeiten daraus sogar gestärkt hervor geht. Doch sie spricht auch über ihre Schwächen, Ausfälle und über unbedachte Reaktionen ihrer Mitmenschen. Sie demonstriert dabei, wie wichtig Selbstbestimmung für sie bleibt.

Auch als Hörbuch von Helga Rohra persönlich gesprochen!



Logbuch Demenz

Der Patientenpass für Menschen mit Demenz



Hartmut Emme von der Ahe/
Ellen Hoffmann/Hubert Klein/
Marco Mehwald

Logbuch Demenz

3., überarbeitete Auflage 2017.
Ordner mit 28 Seiten.

€ 11,80. ISBN 978-3-86216-362-5

*Für Angehörige und alle
Akteure der Medizin,
Pflege und Betreuung*

Das Logbuch Demenz ist ein praktischer Ordner, worin alle Unterlagen und wichtige Daten – Termine, Namen der Kontaktpersonen oder Institutionen, persönliche Wohnumstände, Medikamentenübersicht, Daten zur gesundheitlichen sowie rechtlichen Situation des Patienten – aufbewahrt werden. Somit ist das LOGBUCH Demenz eine willkommene Hilfestellung nicht nur für die Angehörigen, sondern für alle Akteure der Medizin, Pflege und Betreuung. Jeder Ordner enthält einen Einführungstext, der für Fachberatungsstellen und Dienste als Anleitung zum Ausfüllen dienen sollte.

www.medhochzwei-verlag.de

Hörzeit – Radio wie früher ist ein Audiomagazin für Menschen mit Demenz im Stil einer Radiosendung der 1950er Jahre – einfühlsam, humorvoll und unterhaltsam. Für heute alte Menschen war Radio lange Zeit das Hauptmedium. Deshalb hat eine erfahrene Radiomacherin dieses behutsam und ruhig produzierte Audioangebot entwickelt, das in seiner Machart bislang weltweit einzigartig ist.

Dem Magazin für Menschen mit Demenz, das ca. 54 Minuten dauert, schließt sich ein ca. 23 Minuten langer Teil für Angehörige und Pflegekräfte an: Dort wird das Thema der Sendung mit Experten vertieft. Sie berichten darüber, wie wichtig eine Aufgabe für einen Menschen mit Demenz ist – und sei sie auch noch so einfach.

In dieser Ausgabe gibt es ein Spezial zum Thema „Hören und Demenz“. Wir haben über den Zusammenhang von Hörstörungen und Demenz mit HNO-Ärztinnen und einem Neurologen gesprochen und eine Hörakustikerin berichtet, wie eine Hörgeräteanpassung verläuft.

Viele Menschen mit Demenz sind gesellschaftlich isoliert, da sie an den üblichen sozialen und kulturellen Angeboten nicht mehr teilhaben können. Die CDs „Hörzeit – Radio wie früher“ kommen den Interessen und Bedürfnissen von Menschen mit Demenz entgegen: Ihre Dramaturgie ist langsam, ihre Themen allgemeinverständlich, ihre Musik generationengerecht und ihre Moderation geradezu liebevoll. Sie haben damit das Potential, den Wert wahrer, anteilnehmender Begegnung erlebbar zu machen: beim gemeinsamen Hören und dem Austausch darüber.

Prof. Dr. Jan Sonntag, Professor für Musiktherapie an der MSH Medical School Hamburg, seit 1999 Therapeut, Forscher und Autor im Bereich Demenz.