

# Musik für Menschen mit Demenz

**PRODEMENZ**  
EIN LÄCHELN FÜR MICH





## Im Kern von ProDemenz

Demenz ist nicht heilbar. Diese Krankheit können wir weder aufhalten noch aus der Welt schaffen. Den Umgang damit können wir aber ändern.

Wir von ProDemenz glauben an das Schöne im Leben und wir sind überzeugt, dass auch ein Leben mit Demenz lebenswert ist – für Erkrankte ebenso wie für deren Umfeld.

Deshalb setzen wir uns ein für die Förderung der sozialen Interaktion zwischen an Demenz erkrankten Menschen und deren Angehörigen.

Wir senken Hürden. Wir nehmen Ängste. Wir erweitern Komfortzonen. Wir stehen für eine Pro- statt Anti-Haltung zu einem Leben mit Demenz.



Denise Rankwiler



Tabea Anderfuhren

## Musik als Türöffner

Mit zunehmendem Demenzgrad verliert die Musik ihre Stellung als reine Unterhaltung und wird zur nicht-medikamentösen Therapie. Klar formulierte Sätze trotz Verlust des Sprechvermögens, ruhige Bewegungen bei Parkinson oder ganz allgemeine wache Momente – das sind nur einige Beispiele von **verloren geglaubten Fähigkeiten**, die durch Beschäftigung mit geliebter Musik für eine gewisse Zeitdauer reaktiviert werden

können. Persönliche Kommunikation wird wieder möglich.

Zentral dafür ist die **Biografie eines an Demenz erkrankten Menschen**. Die Erinnerungen aus den formativen Jahren, also grob vom 15. bis zum 25. Lebensjahr, bleiben besonders lange erhalten. Mit Musik erreichen wir sie sogar bis ins Endstadium einer Demenzerkrankung.



« *Mit vertrauter Musik kann eine Verbindung, ein Kontakt und auch ein Verständnis hergestellt werden. Dies kann mit verbaler Kommunikation alleine oft nicht mehr funktionieren.»*

### **Tabea Anderfuhren**

Fachbeauftragte Demenz  
Musikerin  
dipl. Gesundheit!Clownin®  
Geschäftsleitung

## Erste Schritte

### Wie finde ich die «richtige» Musik?

Menschen mit einer Demenzerkrankung können oftmals auf offene Fragen nicht mehr klar antworten. Darum ist es nicht einfach so möglich, nach der Lieblingsmusik zu fragen.

Damit eine Interaktion zu Stande kommen kann, ist es hilfreich – aber nicht nötig – Ihr Gegenüber genau zu kennen. Es gilt herauszufinden, welche Musikstücke Bedeutung im Leben gehabt haben und **Stimmungen auslösen**. Auch Traurigkeit kann und darf ausgedrückt werden.

Am besten beginnt man damit, **Lieder aus der prägenden Zeitepoche vorzuspielen**. Diese Musik wirkt wie ein Tor zur Erinnerung und die erkrankte Person kann sich möglicherweise an weitere Musikstücke und Umstände erinnern.

Wenn Gespräche nicht mehr möglich sind, können Sie auf das Gesicht, die Hände oder die Füße achten. Wenn die Person sich verkrampft, sollten Sie die Musik wechseln. Ist sie aber relaxt und friedlich, dann haben

Sie ein «richtiges» Musikstück gefunden.

Seien Sie sich bewusst, dass die **Tagesform** bei demenziell erkrankten Menschen genau so wie bei gesunden schwankt. So ist es möglich, dass nicht immer die gleiche Musik beruhigend oder stimmungsaufhellend wirkt. Setzen Sie sich mit **Feingefühl, Zeit und Toleranz** mit Ihrem anvertrauten Gegenüber und der ausgewählten Musik auseinander.

## Tipps und Tools

### Hilfsmittel zur Interaktion

Es ist ein deklariertes Ziel von ProDemenz, die soziale Interaktion zwischen an Demenz erkrankten Menschen und ihren Angehörigen zu fördern.

Deswegen führen wir das «Musigdösli» und den «Simple Music Player» im Angebot.

Richtig und innerhalb ihres jeweiligen Verwendungszwecks eingesetzt, sind sowohl das «Musigdösli» als auch der Simple Music Player **ideale Hilfsmittel** für Angehörige und

Pflegende, um mit ihren an Demenz erkrankten Mitmenschen in Kontakt zu treten.

Dabei gilt es zu beachten, dass es nicht Sinn und Zweck ist, ausschliesslich die erkrankte Person die Geräte bedienen zu lassen. Der Antrieb, aus Eigeninitiative etwas Gutes für sich zu tun, geht mit der Zeit verloren.

**Es braucht immer die Interaktion mit anderen Menschen – also mit Ihnen.**



« *Es kam für uns von Anfang an nicht in Frage, das «Musigdösli» ein herkömmliches CD-Album werden zu lassen. Wir wollten einen selbstspielenden Tonträger, um die Musik speziell unseren hochbetagten Mitmenschen zugänglich zu machen.»*

**Denise Rankwiler**

Eidg. dipl. Kommunikationsdesignerin, Geschäftsleitung

## Von ProDemenz entwickelt

### Das Musigdösli

Inspiziert von der speziellen Wirkung gewisser Lieder auf Menschen mit Demenzerkrankungen und im Wissen darüber, dass herkömmliche CD-Alben von Seniorinnen und Senioren oftmals nicht genutzt werden, entstand das Musigdösli.

Als Tonträger dient ein kleines Gerät, das optisch an **Retro-Radios** erinnert.

Das «Radiöli» hat drei Knöpfe zum Drücken – Vor, Zurück,

Play/Pause – und einen Drehknopf für die Lautstärke. **Diese einfache Bedienung wird vor allem von Menschen geschätzt**, die keinen CD-Player bedienen möchten oder können. Auch **Kinder sowie Menschen mit kognitiven und körperlichen Beeinträchtigungen** schätzen das Konzept sehr.

Das Musigdösli ist momentan in zwei Versionen erhältlich:

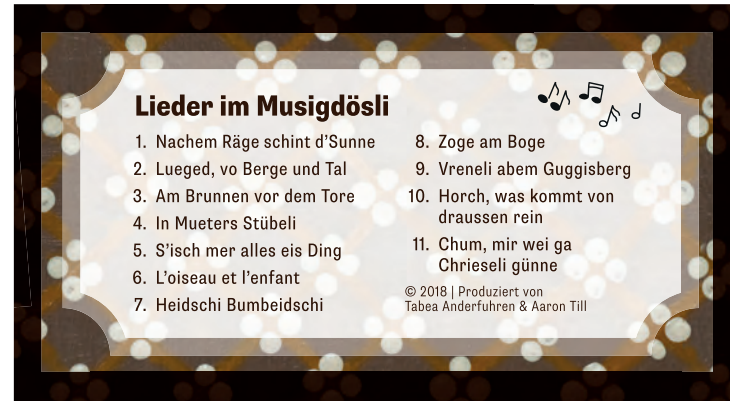
- Album «Musigdösli» mit elf Schweizer Liedern

- Album «Es schneielet, es beielet» mit 13 beliebten Weihnachts- und Winterliedern

Die Bedienung direkt durch an Demenz erkrankte Personen ist jedoch nicht ideal. Hierfür eignet sich der Simple Music Player besser, der auf Wunsch auch bereits mit den Liedern des «Musigdösli»-Albums beladen geliefert wird.



## Album «Musigdösli»



## Album «Es schneielet, es beielet»



Beide Alben sind auch als CD erhältlich.

## Individuell und persönlich

### Der «Simple Music Player» für Menschen mit Demenzerkrankung

Der Simple Music Player wurde von den walisischen Produkt-Designern E2L und dem Bath Institute of Medical Engineering **speziell für Menschen mit Demenzerkrankung** entwickelt.

Seine volle Wirkung entfaltet er als **persönliches Gerät**, das durch Angehörige oder Pfle-

gende mit **individueller Musik** bespielt wird.

Der Simple Music Player ist in seinen Funktionen ganz auf das Wesentliche beschränkt. Es muss nichts erklärt werden – auch Menschen mit kognitiven Einschränkungen finden die Musik reflexartig.



Die Bedienung ist **sehr einfach**:

- Klappe heben: Musik spielt, Knopf wird sichtbar.
- Knopfdruck: Nächstes Lied
- Klappe schliessen: Musik stoppt.
- Erneutes Öffnen der Klappe: Musik spielt ab der letzten Position weiter.

Die komplexeren Funktionen – das Einstellen der Lautstärke und das Laden der Musikstücke – werden von Drittpersonen wie Verwandten oder Pflegenden

ausgeführt.

**Ausgiebige Tests** mit an Demenz erkrankten Personen zeigten, dass der Klappen-Mechanismus **besonders intuitiv bedienbar** ist.

Er ist inspiriert vom Look der Musikanlagen aus den 60er- und 70er-Jahren. Das Konzept führt zu **Erfolgs-erlebnissen**, auch wenn das Abspielen von Musik gar nicht das ursprüngliche Ziel war.



« *Die Welt ist besessen davon, Produkte immer komplexer zu machen. Das nächste Modell muss stets grösser und besser sein. Wenn man für Menschen mit Demenzerkrankung designt, ist das aber kein nützliches Konzept.* »

**Lyndon Owen**

Entwickler und Produzent des Simple Music Players



*Die Klappe heben,  
um Musik zu  
starten. Die Klappe  
schliessen, um die  
Musik zu stoppen.*



*Das Einstellen  
der Lautstärke.*

Die Verwendung eines Netzteils für die Stromversorgung ist zentral. Einen leeren Batterie-stand zu erkennen ist für Menschen mit Demenzerkrankung nicht mehr möglich.

Die Lautstärke-Regler sind schwierig zu erreichen und kön-

nen somit nicht versehentlich betätigt werden.

Das Gehäuse ist **äusserst robust** gebaut. Der **qualitativ hochwertige Lautsprecher** ist durch ein Stahlnetz geschützt. Den Deckel kann man abnehmen und wieder aufsetzen **ohne**

**etwas zu beschädigen.**

Mit der «richtigen» Musik hilft der Simple Music Player auch in schwierigen Situationen, wie z.B. bei der Pflege. In vielen Fällen kann damit die Gabe von Ruhigstellern verhindert werden.

## Für Singstunden daheim und in der Gruppe

### Demenzgerecht gestaltete Liederbücher

Die beiden Liederbücher «Musigdösli» und «Es schneiet, es beielet» sind ideal, um zu unseren beiden Musigdösli mitzusingen. Folgende Eigenschaften gewährleisten ein Singen ohne Überforderung für Menschen mit Demenz:

- **Waschbar:** Die Singhefte sind auf ein spezielles Synthetikpapier gedruckt, welches abwaschbar und nahezu unzerstörbar ist. Damit sind sie

auch geeignet für Singstunden in Pflegeinstitutionen.

- **Grosse, gut lesbare Schrift:** Damit der Text einfach lesbar ist, auch wenn vielleicht einmal die Brille vergessen wurde.
- **Eins zu eins ausgeschriebene Texte:** Die Texte sind eins zu eins aufgeschrieben, wie sie auf unseren Musigdösli enthalten sind und eignen sich damit besonders zum Mitsingen. Um unnötige Denkleistung wegzulassen, sind

z.B. die Refrains jedes Mal ausgeschrieben und werden nicht wie in klassischen Singbüchern mit «Ref.» referenziert.

- **Nur ein Lied pro Seite:** Um die visuellen Eindrücke – und damit die Ablenkungsmöglichkeiten – möglichst gering zu halten, hat jedes Lied eine eigene Doppelseite, auch wenn der Platz für zwei Lieder ausreichen würde.
- **Kein Umblättern:** Um möglichst wenige motorische

und kognitive Fähigkeiten zu benötigen, nimmt jedes Lied maximal eine Doppelseite ein, so dass kein Umblättern nötig ist.

- **Seitenzahlen:** Nach unserer Erfahrung ist das Suchen der richtigen Seite ein wichtiger Bestandteil von Singstunden mit Menschen mit Demenz und eine Fähigkeit, die oftmals noch lange bestehen bleibt.



## Die beiden Musigdösli-Alben auf CD

Beide Musigdösli-Alben sind auch auf CD erhältlich. Auch mit einem herkömmlichen CD-Player lassen sich die Lieder wunderbar gemeinsam hören und mitsingen.

Die erkrankte Person sollte jedoch keine Überforderung erleben durch die technische

Handhabung des Gerätes. Hier braucht es oft die Hilfe von betreuenden Personen.

Der wichtigste Grundsatz bleibt: Die Musik dient als Werkzeug, um echten Kontakt herzustellen, eine tiefere Verbindung zu schaffen und wohltuende Momente miteinander zu teilen.





« Schläft ein Lied in allen Dingen,  
Die da träumen fort und fort,  
Und die Welt a an zu singen,  
Triffst du nur das Zauberwort. »

Joseph Freiherr von Eichendorff

# PRODemenz

EIN LÄCHELN FÜR MICH

## **ProDemenz KLG**

Bocksrietstrasse 77  
8200 Schaffhausen

+41 76 709 39 30

[info@prodemenz.ch](mailto:info@prodemenz.ch)  
[prodemenz.ch](http://prodemenz.ch)

[facebook.com/prodemenz](https://facebook.com/prodemenz)