



Sing-Gemeinschaft für lungenkranke Menschen

In Absprache mit der Gründerin und Chor-Leiterin der
Easy Breathy Singers Austria, Eveline Skarek,
startet dieses besondere Projekt
unter der Leitung von Mag. Birgit Ruzicka, BEd, durch!

* Diese Sing-Gemeinschaft ist **offen für Menschen mit (fast) allen Diagnosen, welche die Atemwege betreffen** (nur Menschen mit infektiösen Erkrankungen können nicht teilnehmen): Long Covid, COPD, Asthma, Krebs-Erkrankung, ...

* Nur die **Freude am Singen zählt**: Wir singen einfache, meist einstimmige Lieder - es ist nicht wichtig, dass Sie Noten lesen können!

* **Ihre Vorteile**: Obwohl das Projekt weder künstlerischen noch therapeutischen oder pädagogischen Zwecken dient, stellen sich positive Nebenwirkungen ganz von selbst ein: *Gemeinsames Singen fördert nachweislich Ihre psychosoziale Gesundheit* (das gemeinsame Singen verringert Angst/Anspannung und wirkt antidepressiv; regelmäßiger unterhaltsamer Austausch mit anderen Betroffenen statt sozialer Isolierung, etc.); auf körperlicher Ebene: Singen ist immer auch ein Atem-Training. Wir singen somit gemeinsam, **weil Singen gut tut!**

* **10 Termine** zwischen Mitte Juni und Advent 2024: Die Proben finden in der Regel im Abstand von jeweils zwei Wochen statt: **Freitag, 15.30h bis 17.00h**, im **Gasthaus Hilmbauer (Waidahammer 20, 3300 Amstetten)**:

Start: 14.06. 2024	18.10. 2024
28.06. 2024 (danach Sommer-Pause)	08.11. 2024
06.09. 2024	22.11. 2024
20.09. 2024	06.12. 2024
04.10. 2024	voraussichtlicher Abschluss: 20.12.2024

* Ein (stressfreier) **Auftritt** gegen Ende des Projektes ist bereits in Planung (ohne Kartenverkauf → Eintritt frei).

* **Finanzielles**: Pauschal-Preis für die Teilnahme am Projekt: 300 Euro (exklusive allfällige Kosten für Fahrten und Konsumation im Gasthaus). Aus organisatorischen Gründen gilt Vorauszahlung des gesamten Betrages bis Freitag, 07.06.2024. Es erfolgt keine Rückerstattung für versäumte Proben. Falls die Leiterin eine Probe absagen muss (Erkrankung, höhere Gewalt, ...), wird gemeinsam ein Ersatz-Termin fixiert. Kostenfreie Teilnahme-Stornierung ist bis 24.05.2024 möglich (E-Mail genügt). Ab 25.05.2024 ist Ihre Anmeldung verbindlich (ab 25.05.2024: 100% Stornogebühr).

* **Anmeldung** (bitte erst nach Rücksprache mit Ihrer behandelnden Ärztin bzw. Ihrem behandelnden Arzt) per E-Mail an: musikalische-gestaltung.ruzicka@gmx.at → **Anmelde-Schluss**: Freitag, 24.05.2024.

* In der Woche nach Anmelde-Schluss erhalten Sie per E-Mail eine **Rückmeldung**, ob das Projekt stattfinden kann (Mindest-Teilnehmer/innen-Zahl: 10). Bei Zustandekommen der Sing-Gemeinschaft liegt die Zahlungs-Information diesem Schreiben bei.

Info zur Projekt-Leiterin:



* Auf Wunsch ist eine **Projekt-Fortsetzung** im Jahr 2025 möglich!

* **PS: Eveline Skareks Gruppen *Bewusst Atmen - Einfach Singen - Besser Leben* werden zusätzlich und unabhängig von der Sing-Gemeinschaft weitergeführt ... mit wärmster Empfehlung 😊**