Popchor Lebenshunger & Friends

Chorprojekt für Menschen mit und ohne Essstörungen

#Chor #Essstörungen #Lebenshunger e. V. #Musik #Musikalisch #Musizieren #Selbsthilfe #Singen

Idee und Hintergrund:
Musik spielt eine große Rolle im Leben von Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Auf der Suche nach der eigenen Identität ist sie ein wichtiges Ausdrucksmittel für Gefühle und Gedanken - besonders dann, wenn Worte fehlen. Darüber hinaus ist die Bedeutung von Musik als wichtiger Resilienzfaktor hinreichend erforscht. Die direkte Wirkung der Musik auf das limbische System dringt unmittelbar in den Bereich der Emotionen vor. Dadurch bietet sie Freiräume für Veränderungen: Singen und Musizieren stärken nachweislich das Immunsystem, Herz und Kreislauf und bauen Stress ab.

Mit diesem Projekt werden junge Menschen in ihren individuellen kreativen Ausdrucksformen unterstützt und gestärkt. Darüber hinaus erhalten sie in Konzerten und auf unserem BLOG bauchgrammophon.de die Möglichkeit, ihre Werke öffentlich zu präsentieren und von ihrer

Projektarbeit zu berichten.

Zum Projekt:
Im Mittelpunkt des Projektes steht die Lebensfreude, der Humor und die Begeisterung für das musikalische Miteinander. Eingeladen sind junge Menschen, die Spaß am Singen haben und mit ihrer Teilnahme ein hörbares Zeichen für ein stilles Thema setzen wollen.
Der Popchor Lebenshunger bietet einen geschützten Rahmen, um die eigene Stimme zu entdecken und auszuprobieren, miteinander zu Musizieren, Chorerfahrungen zu sammeln und auf Wunsch an den jährlich stattfindenden LebenshungerKonzerten im Stadtmuseum als Solist/Solistin oder im Chorverbund teilzunehmen.

Das Besondere:
Bewusst haben wir uns für ein Miteinander von Betroffenen und Nicht-Betroffenen entschieden. Somit entspricht das Projekt im Besonderen dem Inklusionsgedanken, bei dem sich Menschen mit und ohne Essstörungen treffen, gemeinsam aktiv werden, sich austauschen und ein selbstverständliches Miteinander gelebt und gefördert wird. Darüber hinaus bietet dieses Setting auch die Möglichkeit, dass Betroffene nicht ausschließlich nur unter sich bleiben (klassische Therapiesituation).

Öffentlichkeitsarbeit:
Darüber hinaus kann der LH-Popchor auch bei verschiedenen Stadtveranstaltungen teilnehmen, u.a. auf Weihnachtsmärkten, bei Stadtteilfesten, im Rahmen von diversen Aktionen und Events, um den Verein auch in dieser kreativen Form in der Öffentlichkeit zu präsentieren und auf das Thema aufmerksam zu machen.

Jährlicher Ablauf:
Chorproben (in den Schulferien keine Proben):
samstags 14-tägig á 2 Stunden in einem großen Probenraum in der Innenstadt
Intensivworkshops: Einzel- und Chorproben
4 Termine á 4 Stunden

Jährliche Veranstaltung im Stadtmuseum Düsseldorf: LebenshungerKonzert

Angebotsformat	Gruppensetting
Durchführungsort	Sonstiges
Stadtbezirk	SB 1

Stadtteile	Stadtmitte
Zielgruppe	14-27 Jahre und Angehörige
Teilnehmerzahl	25-30
Angebot besteht seit	April 2018
Geplante Laufzeit	Unbefristet
Evaluation des Angebots	Nein
Trägerkategorie	Vereine
Träger	Werkstatt Lebenshunger e. V. Goebenstraße 1 a 40477 Düsseldorf
Ansprechpartner*in	Judith Hüwe (Projektassistenz) popchor@werkstattlebenshunger.de
Weitere Informationen	Der Popchor Lebenshunger bringt Menschen mit und ohne Essstörung zusammen. Gemeinsam wollen wir ein hörbares Zeichen für ein stilles Thema setzen. Im Mittelpunkt stehen die Lebensfreude und die Begeisterung für das musikalische Miteinander. Das Konzept sieht eine Kombination aus Workshops und Auftritten bzw. Mitsing-Konzerten vor. Dazu eingeladen sind alle, die Spaß am Singen haben. Die Teilnahme ist kostenlos. https://werkstattlebenshunger.de/praevention/popchor-lebenshunger/ https://de-de.facebook.com/PopchorLebenshunger/ https://www.youtube.com/channel/UCgnWw4LLbkwZDQvwDp-AZLg