

Modellprojekt Haus Waldeck

Gehirntraining mit schallmodulierter Musik



Mit der Audio-Visuellen-Wahrnehmungsförderung (AVWF) startete die Stadt Griesheim im Altenwohn- und Pflegeheim Haus Waldeck ein innovatives Modellprojekt zur Verbesserung der kognitiven und motorischen Fähigkeiten der Heimbewohner. gu-foto

Griesheim (gu) – „Auch im hohen Alter kann durch gezieltes körperliches und geistiges Training die Leistungsfähigkeit erhalten, gesteigert und manchmal sogar wiedererlangt werden“, erklärt Nuccio Bertazzo, der Heimleiter des Altenwohn- und Pflegeheims Haus Waldeck. Der beste Weg dazu sei eine aktive Teilnahme am Leben sowie die geistige und körperliche Betätigung. Auf der Suche nach Möglichkeiten zur Verbesserung der Konzentration und Koordination der Heimbewohner stieß er auf die AVWF-Methode (Audio-Visuelle-Wahrnehmungsförderung) von Ulrich Conrady, die möglicherweise auch das Leben der Senioren in seinem Haus positiv beeinflussen kann. Das Gehirn trainieren wie die Profis, mit einer Methode, die schon

die deutsche Handball-Nationalmannschaft im Jahr 2007 zur Weltmeisterschaft verholten hat und die für die Dominanz der österreichischen Skispringer mit verantwortlich ist, das erschien Nuccio Bertazzo verlockend. Mit Hilfe einiger Sponsoren ermöglichte er zwölf Senioren die Teilnahme an einem Modellprojekt im Griesheimer Altenwohnheim. Einen Partner fand er in Heinz Nothnagel, dem Leiter des AVWF-Zentrums Griesheim, der die betagten Teilnehmer in zehn einstündigen Hör-Sitzungen betreute. „Mit AVWF ist es möglich, dass unser autonomes Nervensystem positiv beeinflusst wird, indem der Patient Musik hört, die modulierte Schallwellen enthält“, erklärt der Experte bei der Vorstellung des Projekts. Was wie ein Kinderspiel klingt, hat

einen komplexen biologischen Hintergrund und basiert auf einer innovativen Methode. „Allein das Aufsetzen des Kopfhörers signalisiert dem Gehirn, dass es sich in Sicherheit befindet, und der Patient kann in sicherer Umgebung bestimmte Funktionen trainieren“, macht Heinz Nothnagel deutlich. Er ließ die Senioren deswegen auch motorische Übungen oder Lernspiele am Computer machen. Die zwölf, teilweise auch demente, Senioren arbeiteten konzentriert und mit zunehmender Freude an den gestellten Aufgaben. Das Modellprojekt wurde von Miriam Matto und Marie-Claire Hölper, Studentinnen der Pflegewissenschaften an der Evangelischen Hochschule Darmstadt, wissenschaftlich begleitet. Die Ergebnisse werden im Rahmen einer Abschlussver-

anstaltung im Haus Waldeck am Freitag, 19. April, vorgestellt. Wie Heinz Nothnagel erläutert, wurde die AVWF Methode schon sehr erfolgreich in verschiedenen Seniorenzentren und Rehabilitationseinrichtungen angewandt. Dort kam es bei den Patienten und Bewohnern zu erstaunlichen Verbesserungen bei den kognitiven und motorischen Fähigkeiten. Auch die sozialen, emotionalen und mentalen Fähigkeiten konnten gesteigert werden. Die Belastungsfähigkeit wuchs, die Wahrnehmung und die Bewegung verbesserten sich. Mit Hilfe von MRT-Untersuchungen konnten positive Effekte auf bestimmte Gehirnregionen, die für die auditive Verarbeitung und motorische Fähigkeiten verantwortlich sind, nachgewiesen werden. Dies wirkte sich unter anderem besonders positiv auf Menschen mit motorischer Unruhe aus. Nuccio Bertazzo ist von dem Erfolg des Modellprojekts überzeugt. Sein besonderer Dank gilt daher den Sponsoren, die durch ihr soziales Engagement und die finanzielle Unterstützung das Hörtraining ermöglichten. Es handelt sich dabei um die Sparkasse Darmstadt, die Lebensmittel Becker GmbH, Sport Ebli, die Apotheke im Hauptbahnhof, die Röser Verlag AG, die Firma Merck und die HSE-Stiftung. „Wir sind als Förderpartner dabei, weil wir seit vielen Jahren sehen, was für eine hervorragende Arbeit das Haus Waldeck leistet. Dieses Projekt ist innovativ und kundenorientiert“, sagte Klaus-Dieter Wenzel, Filialdirektor der Sparkasse, stellvertretend für die Sponsoren.

