



# Innovatív Módszerek a minőségi időskorért

---

- Idősen is fiatalosan program bemutatása
- Zenegeragógia

**Bartók Ildikó**, Gerontológiai szakgondozó

**Dömötöri Melinda**, Idősen is fiatalosan program tréner



„Az élet egy dal,  
éneked!”

(Teréz anya)

Bartók Ildikó, Gerontológiai szakgondozó

Dömötöri Melinda, Idősen is fiatalosan program tréner

„Akinek humora van  
mindent tud,  
Akinek nincs mindenre  
képes...”

# Idősen is fiatalosan

---

Katolikus Ifjúsági és Felnőttképzési Egyesület  
bemutatója

# A agyi tevékenység hatása az egészségre

- Minden inger és az arra adott válasz kiindulópontja az agy.
- Amikor az agytevékenysége csökken, romlik a fizikai és mentális egészség.
- Tehetünk-e ellene?
- Az agykutatás legújabb eredményei.

# Magyarországi eredményeink

## ➤ Tréner képzések

❖ Budapesten 12 fő

*Egyenként csupán szavak vagyunk,  
de együtt egy költemény!*



# Csoport találkozó Szegeden



# Csoport foglalkozások

- Ajkán



# Devecserben

- Makovecz lakópark, majd később klub





# Devecser

- Őszi fény Nyugdíjas Klub



# Makovecz klub Devecser



# Tapolca

- Nyugdíjas klub



# Zalahaláp

- Nyugdíjas klub



# Lesenceistvánd

- Nyugdíjas klub



# Mindszentkállya

- Idősek Otthona



# Köszönöm figyelmüket!

---

Dömötöri Melinda

Idősen is fiatalosan program

trénere

2017.10.17.

# Zenegeragógia

---

„Legyen a zene mindenkié!”

(Kodály Zoltán)



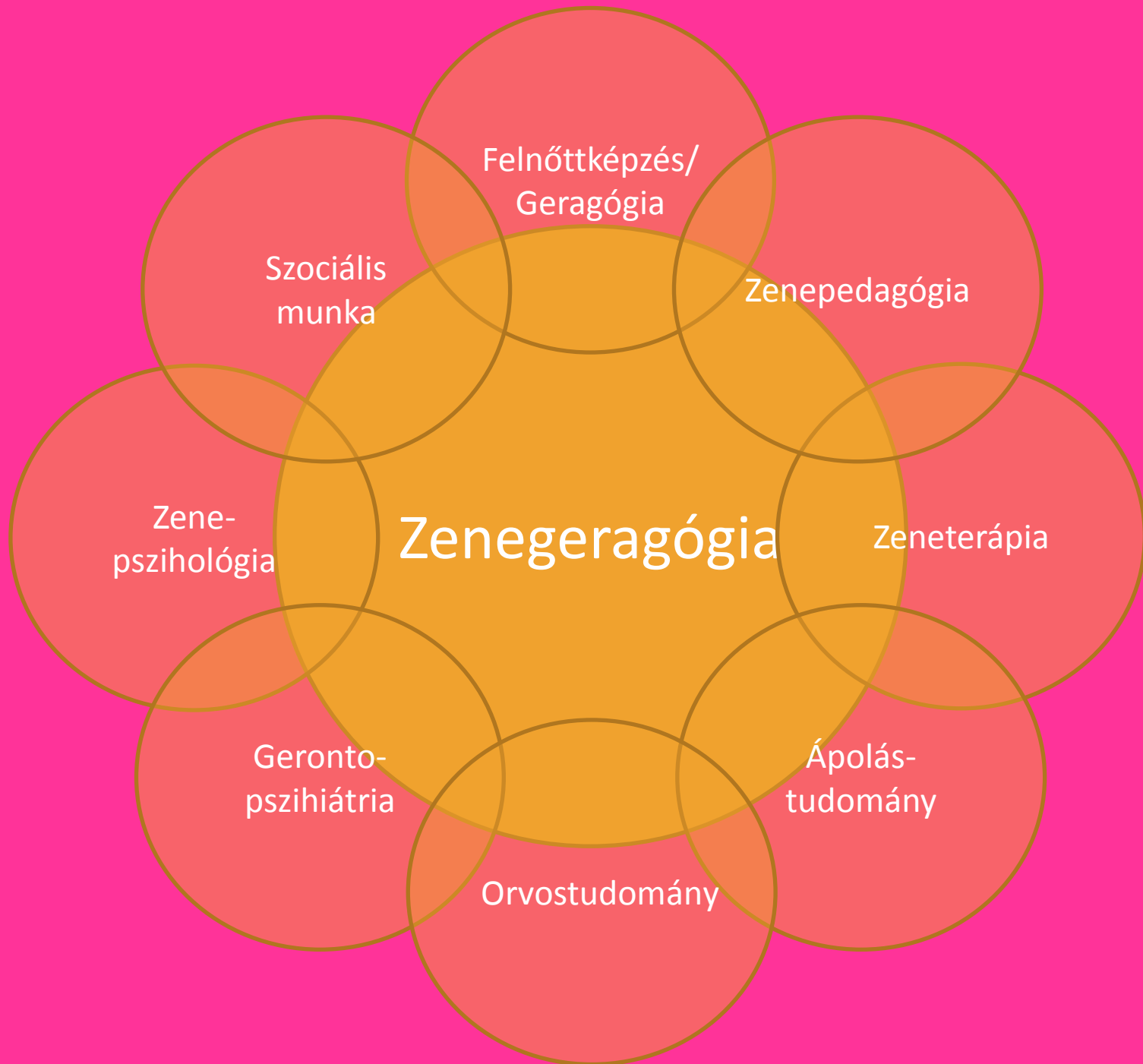




**Prof. Dr. phil. habil Theo Hartogh,**  
*Zenepedagógus*

**Prof. Dr. phil. Hans Hermann Wickel,**  
*Zenepedagógus*

Deutsche Gesellschaft für Musikgeragogik (2009)



Felnőttképzés/  
Geragógia

Szociális  
munka

Zenepedagógia

Zene-  
pszichológia

Zenegeragógia

Zeneterápia

Geronto-  
pszichiátria

Ápolás-  
tudomány

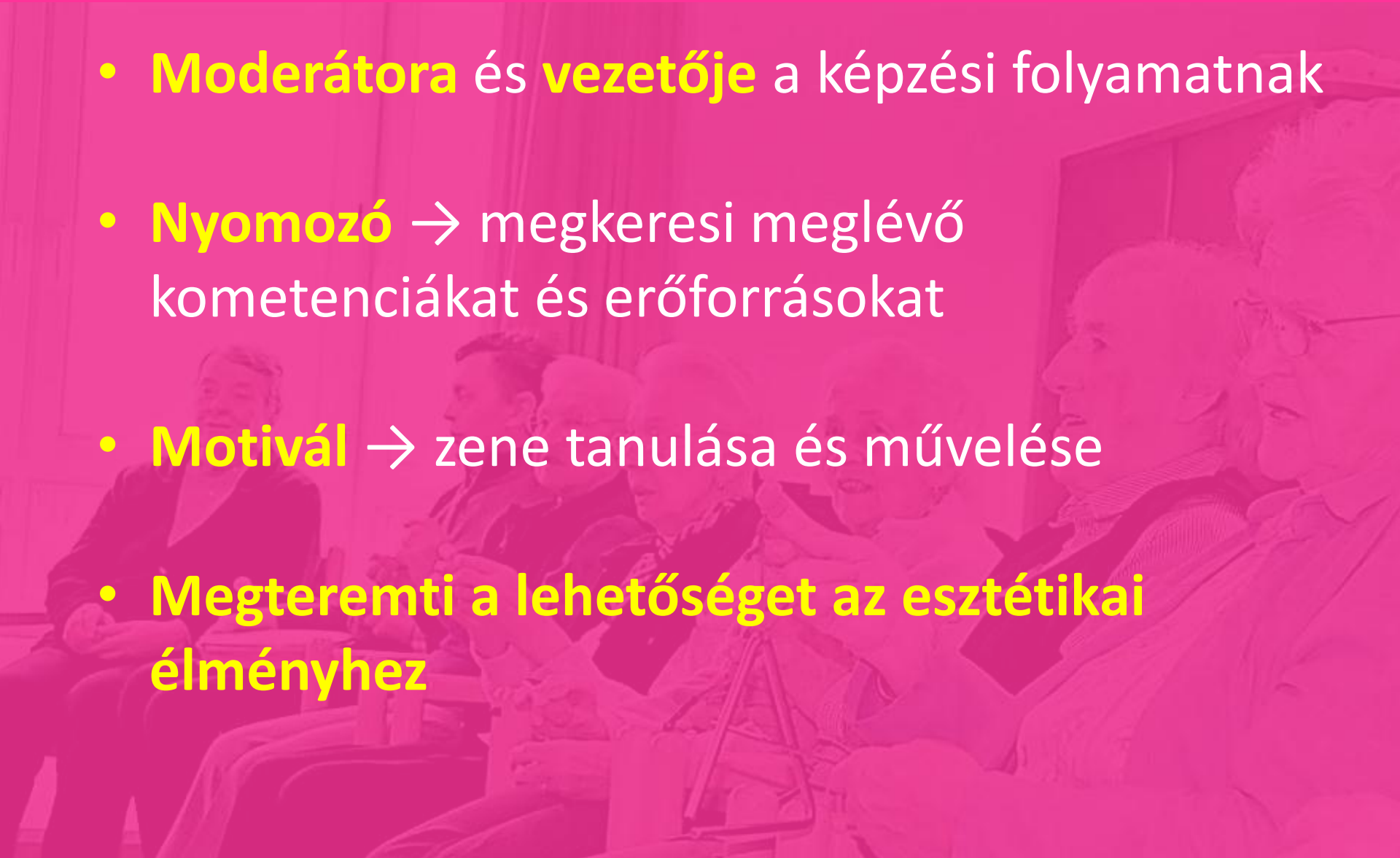
Orvostudomány

# Irányelvei:

- ✓ Egy tartalmas elégedett élet támogatása
- ✓ Aktivitás az egészséges és a demenciában szenvedők számára
- ✓ Fennlévő kompetenciákhoz, erőforrásokhoz és biográfiához igazodik
- ✓ “Nem kötelező bármit tanulni, de szabad.”

# A zenegeragógus:

- **Moderátora** és **vezetője** a képzési folyamatnak
- **Nyomozó** → megkeresi meglévő kompetenciákat és erőforrásokat
- **Motivál** → zene tanulása és művelése
- **Megteremti a lehetőséget az esztétikai élményhez**



# A zenegeragógia formái:



# A zenegeragógia módszerei:

- Énekhang (népzene, slágerek, kánon, szóló, többszólamúság)
- Hangszeres zene
- Improvizációk
- Zenehallgatás, élő zene
- Zenei összecsengések
- Zene és mozgás





# Maslow - piramis





„A zene többet mond mint ezer szó,  
A zene a szívhez beszél,  
A zene emlékeket ébreszt,  
A zene embereket köt össze,  
A zene mozgásba hoz,  
A zene életörömet ad.”

(Kerstin Jaunich)



.

Szeretet  
Szelídség

.

.

Szeretet

Szelídség

Szívésség

.

.

Szelídség

Szívésség

Békesség

.

•  
Szívesség

Békeség

Jóság

•

•  
Békesség

Jóság

Hűség

•

.

Jóság

Hűség

Öröm

.



.

Hűség

Öröm

Önfegyelem

.

.

Öröm

Önfegyelem

Türelem

.

•  
Önfegyelem

Türelem

Ó-ó-ó o-ó

•

.

# Türelem

Ó-ó-ó o-ó

Ő-ő-ő ö-ő

.

.

Ó-ó-ó o-ó

Ő-ő-ő ö-ő

M-m-m m-m

.

.

Ő-ő-ő ö-ő

M-m-m m-m

.











# Köszönöm a figyelmüket!

Isten áldja Önöket!

