

# Syng med Parkinson

## - efteruddannelsesforløb for korledere

### Målgruppe

Kurset henvender sig til erfarne korledere tilknyttet DOF medlemsskoler.

### Mål og indhold

På dette kursus vil du få indblik i og viden om Parkinsons sygdom, og konkrete redskaber i forhold til at blive underviser i korsang for mennesker med Parkinson.

Der er planlagt en opfølgingsdag, hvor du kan udveksle erfaringer med dine medkursister og få repeteret eller uddybet noget af det stof, der er blev gennemgået på weekendkurset.

På kurset bliver du blandt andet klogere på:

- Parkinsons sygdom – symptomer, konsekvenser og behandling.  
Baggrund og fagligt indblik i diagnosen Parkinsons sygdom - blandt andet om, hvordan hjerne, krop og stemme påvirkes.  
Oplæg ved neurolog Anne Korsgaard og audiologopæd Maria Nysom Kjærgaard.
- Kor-arbejdet  
Teori og praksis ved Ann Dybdal Eriksen, statsautoriseret musikpædagog, kandidat i kor- og ensembleledelse mm. og med 25 års erfaring i korledelse.  
Ann har igennem det 9 måneder lange korprojekt "Syng med Parkinson" udviklet indhold til en type korprøve, som støtter og tilgodeser korsangernes behov og muligheder.
- Parkinsonforeningen og projekt "Syng med Parkinson" ved Christian Ditlev Reventlow  
Formand for Parkinsonforeningen, Kreds Fyn

### Baggrund

I 2019 startede Fyns Kredsen i Parkinsonforeningen projektet "Syng med Parkinson", og under samme titel dannedes et tale-/sangkor tilrettelagt for mennesker med Parkinson og deres pårørende. På baggrund af de erfaringer, der er blevet samlet i løbet af projektet, udbyder DOF i samarbejde med Parkinsonforeningen dette efteruddannelseskursus for korledere

Parkinson er en kompleks sygdom, der rammer både krop og sind. Det kommer til udtryk på mange forskellige måder og i varierende grad - ikke mindst er talestemmen udfordret hos de fleste mennesker med Parkinson.

Undersøgelser har vist, at det at synge og synge sammen med andre øger flere vigtige signalstoffer i hjernen, primært dopamin, som er stærkt reduceret hos mennesker med Parkinson, og som både er belønningsstof og har stor betydning for motorikken.

Det er også kendt, at korsang med fokus på sang- og talestemmen har en positiv effekt på talestemmen.

**Se programmet for weekenden på de næste sider.**

### Tid:

Den 29. til 30. januar 2022  
Fra klokken 9.30 lørdag til klokken 13.15 (ca.) søndag  
+ online opfølgingsdag den 2. april, kl. 10.30-12.00 via platformen Zoom

### Sted:

Dalum Landbrugsskole  
Landbrugsvej 65  
5260 Odense S

### Pris for undervisere

#### tilknyttet DOF medlemsskoler:

800,- kr. inkl. overnatning i enkeltværelse og forplejning  
700,- kr. uden overnatning, inkl. forplejning

### Tilmelding og betaling

Senest fredag den 10. december 2021.  
Benyt [www.danskoplysning.dk](http://www.danskoplysning.dk) eller ring på tlf. 70 20 60 20. Der udsendes girokort efter tilmelding. Derudover kan der betales direkte på DOF's konto: regnr.: 7118 kontonr.: 0001628463.  
Kursusgebyret kan kun refunderes senest 4 uger før kursets start. Ved udeblivelse på selve kurset udenforudgående besked opkræves et udeblivelsesgebyr på 1000 kr. i tillæg til kursuspriisen.

# Syng med Parkinson

## - efteruddannelsesforløb for korledere

### Lørdag den 29. januar 2022

- Fra kl. 9.00      Ankomst og morgenbrød
- Kl. 9.30      **Velkomst og introduktion** v. Pernille Marstrand/Lis Schlotfeldt, DOF og Christian Reventlow, formand for Parkinsonforeningen, Kreds Fyn
- Kl. 10.00      **Bagom diagnosen** v. neurolog Anne Korsgaard  
Symptomer, diagnostik og behandling  
- Hvad er Parkinson?  
- Hvordan diagnosticeres Parkinson?  
- Hvordan behandles Parkinson?  
- Hvordan går det patienterne, der får diagnosticeret Parkinson?
- Musikkens indflydelse på Parkinson  
- Musik og signalstoffer (neurotransmittere)  
- Musik og påvirkning af hjernens plasticitet  
- Information om musikkens virkning på andre sygdoms-symptomer, som kan ledsage Parkinson
- Kl. 11.45      Pause
- Kl. 12.00      **Bagom diagnosen** v. audiologopæd Maria Nysom Kjærgaard, CKV  
- Tale- og stemmевanskeligheder ved Parkinsons sygdom.  
- Hvad skal man tage hensyn til ved borgere med Parkinsons sygdom?  
- Undersøgelser lavet i forbindelse med projektet – hvad viser de?
- Kl. 13.00-13.45      Frokost
- Kl. 14.00      **En korprøve med Parkinsonkoret fra Odense** v. korleder Ann Dybdal Eriksen
- Kl. 15.30      Sangere og pårørende fortæller om det at synge i Parkinsonkoret
- Kl. 16.00      Kaffepause
- Kl. 16.30- 18.00      **Syng med Parkinson/ undervisning og inspiration** v. Ann Dybdal Eriksen og Maria Nysom Kjærgaard  
Ann og Maria  
- Fra fysiske øvelser til taleøvelser med deltagerne  
Ann  
- Mit første møde med det nye parkinsonkor  
- Etablering af et Parkinsonkor  
- Gode som dårlige erfaringer  
- Korlederens rolle  
- Opbygning af en korprøve  
- Gennemgang af øvelser fra korprøven tidligere i dag  
- Remedier til brug i korprøven  
- Hjemmetræning
- Kl. 18.00-19.00      Aftensmad
- Kl. 20.00      Aftenhygge - Kaffe/te, vin & lidt snacks

# Syng med Parkinson

## - efteruddannelsesforløb for korledere

**Søndag den 30. januar 2022**

- Kl. 8-9.00      Morgenmad
- Kl. 9.00      **Oplæg ved Christian Reventlow, formand for Parkinsonforeningen, Kreds Fyn**  
Christian fortæller om Parkinsonforeningens organisation og tilbud - og hvilke muligheder man som Parkinsonramt har rundt omkring i landet.
- Kl. 10.00      Pause
- Kl. 10.15-11.15      **Korprøve med deltagerne** v. korleder Ann Dybdal Eriksen
- Kl. 11.15-12.00      **Opfølgning på korprøven og repertoiregennemgang**
- Kl. 12-12.15      **Evaluering i plenum**
- Kl. 12.15      Frokost og derefter afrejse