



LANDESVERBAND PSYCHIATRIE-ERFAHRENE HESSEN E.V.

Wir laden zum Kurs Powertrommeln ein

28.02., 11.04., 09.05., 12.09., 26.09. und 10.10.2026

Jeweils von 15 bis 18 Uhr.

Ort der Veranstaltungen wie immer: Cafe Alte Backstube
Dominikanergasse 7
60311 Frankfurt/Main

Ziele:

1. **Behandlung von Trauma Folgen:** Trommeln aktiviert die Kräfte der Selbstheilung. Neurowissenschaftliche Erkenntnisse haben gezeigt, dass die sprachverarbeitenden Regionen des Gehirns, das Broca-Areal, als Reaktion auf ein schweres Trauma abgeschaltet werden, wodurch diese traditionellen therapeutischen Ansätze oft an ihre Grenzen stoßen.
2. **Die Trommel ist ein Instrument, um sich zu erden**, indem die Resonanz, die beim Spielen erzeugt wird, von der Trommel durch den Körper strömt und ihn mit den Rhythmen der Natur verbindet
3. **Trommeln fördert das Gruppenerlebnis**
4. **Trommeln erhöht die sinnliche Wahrnehmung:**

Gibt es Einschränkungen?

Man braucht keine musikalischen Vorkenntnisse, die Anforderungen sind weder an Alter noch an Sprache gebunden. Auch wenn noch keiner ein Instrument spielt, so kann doch jeder im Rhythmus ein Perkussionsinstrument spielen. Unsere Arbeitsmaterialien sind:
Rasseln, Djemben, Congas, Bongos, Berimbau, Cajons aber auch Cabasa, Marimba, Guiro, Regenmacher, Donnerrohr oder Tamburin.

Die Projektleiter:

Frank Garland ist 64 Jahre alt und wohnt in Lahnau:

Ich möchte mich Ihnen als 20 Jahre praktizierender Musiktherapeut, Musiklehrer und Veranstaltungstechniker vorstellen.

Das hier beschriebene Projekt konnte ich schon an Schulen, Musikschulen, Altenheimen, der Vitos Klinik Hadamar und bei Ferienspielen erfolgreich testen.



Karla Keiner ist 53 Jahre alt und wohnt in Wetzlar:

Ich bin seit 2014 Genesungsbegleiterin und seit 2016 in dieser Funktion ehrenamtlich tätig. Während des Kurses stehe ich zur Verfügung, um problembelastete Menschen in möglichen Konflikten aufzufangen und ihnen zur Seite zu stehen. Ich sorge aber auch in dieser Funktion für das Wohl der Besucher. Als Projektmitarbeiterin kümmere ich mich um die Vorbereitung und Durchführung des Kurses und auch ebenso um eventuellen Gesprächsbedarf.

Dazu sind alle herzlich eingeladen. Der Kurs ist kostenfrei incl. Kaffee und Snacks.

Fragen zum Kurs bitte an Frank Garland Tel.: 0177 67 411 66