

Kostenfreier Sing-Workshop für Menschen mit Krebserkrankung und deren Angehörige

Ob unter der Dusche oder im Chor: Singen ist gut für Körper und Geist

Singen ist mehr als nur Musik – es tut Körper und Seele gut! Studien zeigen, dass gemeinsames Singen Stress reduziert, das Immunsystem stärkt und die Atmung verbessert. Es bringt Freude, fördert die Entspannung und stärkt das Gemeinschaftsgefühl.

In unserem Workshop entdecken Sie die positiven Effekte des Singens auf die Gesundheit und Ihr Wohlbefinden – musikalische/gesangliche Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Gemeinsam singen wir, spüren die Kraft der Musik und erleben, wie gut es tut, die eigene Stimme zu entfalten.

Dieser Workshop richtet sich an Menschen mit oder nach einer Krebserkrankung sowie an ihre Angehörigen.

Das Amt für Gesundheit und Prävention der Landeshauptstadt Dresden und die Dresdner Philharmonie mit Chordirektor Gunter Berger setzen ein Zeichen für die Kraft der Musik.

Machen Sie mit und lassen Sie sich von der positiven Wirkung des Singens überraschen!

Termine 1. Quartal 2026

Der Workshop findet einmal monatlich immer von 14 bis 16 Uhr im Chorprobensaal des Kulturpalastes statt:

- **Donnerstag, 26. Februar 2026**
- **Donnerstag, 12. März 2026**
- **Montag, 20. April 2026**
- **Donnerstag, 28. Mai 2026**
- **Freitag, 26. Juni 2026**

Der Treffpunkt ist jeweils im Foyer des Kulturpalastes um 13.45 Uhr.

Kontakt und Anmeldung

Beratungsstelle für Menschen mit Tumorerkrankung und deren Angehörige

Ostra-Allee 9, 01067 Dresden

E-Mail: gesundheitsamt-tumorberatung@dresden.de

Telefon: (03 51) 4 88 53 51

dresden.de/tumorberatung

