

Meppen, 29. Oktober 2018

## **Chorprojekt für Menschen mit Depressionen wird fortgeführt**

### **Zweite Runde startet am 6. November in Lingen**

**Meppen.** Dass Singen die Stimmung verbessert, das allgemeine Wohlbefinden steigert, entspannt und körperlichen und psychischen Stress mindert, konnten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des ersten Chorprojektes des emsländischen Bündnisses gegen Depression selbst feststellen.

Aufgrund der extrem hohen Nachfrage und der Begeisterung der aktuellen Teilnehmenden hat der Landkreis Emsland entschieden, das Chorprojekt für weitere zehn Termine fortzuführen. „Wir möchten Menschen mit Depressionserfahrung weiter die Möglichkeit bieten, sich einmal pro Woche zu treffen, um nach Lust und Laune zum Wohle der seelischen Gesundheit zu singen. Es hilft dabei, psychische Spannungen abzubauen und die eigene Wahrnehmung zu stärken“, erklärt Johanna Sievering, Fachbereichsleitung Gesundheit beim Landkreis Emsland, die Entscheidung. Das „Emsländische Bündnis gegen Depression“ hat es sich zum Ziel gesetzt unter anderem gesundheitsfördernde Angebote für Menschen mit Depressionen zu entwickeln und zu etablieren. Auch Chorleiter Werner Hölscher zieht eine sehr positive Resonanz aus dem Chorprojekt.

Die zweite Runde beginnt am 06. November 2018 um 18 Uhr im St.-Josef Gemeindehaus in 49809 Lingen/Laxten. Geplant sind zunächst weitere zehn Termine.

Die Teilnahme ist kostenfrei. Willkommen ist jeder, mit oder ohne aktuellem Stimmungstief, der Freude am Singen hat. Anmeldungen nimmt Melanie Cramer, Fachbereich Gesundheit beim Landkreis Emsland per Telefon 05931 4411-92 oder E-Mail: [melanie.cramer@emsland.de](mailto:melanie.cramer@emsland.de) , gerne entgegen.