

## Gemeinsames Singen im Offenen Frauentreff

Über 40 Frauen kamen im Februar im Offenen Frauentreff zusammen, um gemeinsam zu singen. Nach der Begrüßung durch die neue ehrenamtliche Gleichstellungsbeauftragte der VG Puderbach Rebecca Eckart wurden ausgiebig Neuigkeiten ausgetauscht, interessante Gespräche geführt und gut gefrühstückt.



Im Anschluss an das Frühstück wurde gemeinsam gesungen. Dabei wurden die Frauen von Margret Henn an der Gitarre begleitet und die Liedtexte wurden auf eine Leinwand projiziert. Wie sich aber herausstellte, waren die Frauen sehr textsicher. Gemeinsames Singen tut gut, hebt die Stimmung und stärkt den Zusammenhalt. Etwa 4 Millionen Menschen über 14 Jahre singen nach Angaben des Deutschen Musikinformationszentrums hierzulande in Gesangsgruppen und Chören. Dabei macht das Singen nicht nur Spaß, sondern wirkt sich auch positiv auf die psychische und körperliche Gesundheit aus.