

**Zeitschrift:** Zenit  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Luzern  
**Band:** - (2018)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Sie trommeln Caramel und Schoggi  
**Autor:** Bossert Meier, Astrid  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-927195>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 22.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Sie trommeln Caramel und Schoggi

«Trommeln – Rhythmus erleben». Erstmals hat Pro Senectute Kanton Luzern diesen Kurs angeboten. «Zenit» durfte vor der Sommerpause dabei sein und erfuh, dass man Caramel und Schoggi nicht nur essen, sondern auch trommeln kann.

Was sind das wohl für Menschen, die sich zum gemeinsamen Trommeln treffen? Die seit drei Monaten auf die afrikanische Djembe-Trommel klopfen, schlagen, hämmern oder was auch immer? Das frage ich mich auf dem Weg ins Musikschulzentrum Südpol in Kriens, wo das neue Pro-Senectute-Angebot stattfindet.

Vor dem Unterrichtsraum treffe ich die Kursteilnehmenden. Beispielsweise Evelyne Hager (63). Sie mag afrikanische Musik und liebt es, sich in den Rhythmus reinziehen zu lassen. Helene Helfenstein (67) ist gerne kreativ. Weil Nähen nicht mehr gut geht, suchte sie eine Alternative. Das Trommeln hat für sie etwas Meditatives. Oder Max Zeder

(84). Er wollte immer Schlagzeuger werden. Das hat nicht geklappt. Nun tut er es halt im Alter.

Rhythmiklehrerin Diana Wyss und Schlagzeuger Rafael Woll begrüssen die sieben Frauen und drei Männer, welche sogleich eine Djembe-Trommel zwischen die Beine stellen. «Dschembee» lautet die Aussprache für das westafrikanische Instrument. Es besteht aus einem

ausgehöhlten Baumstamm, der mit einem Ziegenfell bespannt ist.

Eintunen. Das gilt auch für die Trommelstunde. Mit einfachen Übungen werden Finger und Hände beweglich gemacht. Und schon beginnt das gemeinsame Spiel. Zwölf Djembe-Trommeln können ganz schön don-

nern. Nicht laut. Es ist vielmehr ein starker Klang, den man mit dem ganzen Körper wahrnimmt. Beim «Vierer» halte ich locker mit. Eins-zwei-drei-vier, eins-zwei-drei-vier.

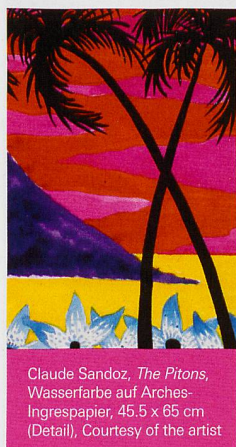
Der «Dreier» verlangt schon etwas mehr Koordination, weil abwechselungsweise die linke und die rechte Hand den Hauptschlag ausführt. Bei 3-3-2 wird es anspruchsvoll. Rhythmiklehrerin Diana Wyss hilft. Man müsse Ca-ra-mel, Ca-ra-mel, Scho-ggi sagen und schon stelle sich der richtige Rhythmus ein. Während der Mund die Worte leise wiederholt, erklingt auf der Trommel Bum-tschä-tschä, Bum-tschä-tschä, Bum-tschä. Wer aus dem Takt fällt, findet dank Gruppe wieder hinein.

Nach einer Stunde kribbeln die Finger, die Hände sind rosa. Ganz normal, sagen die anderen. Nicht nur die Finger sind angeregt, auch der Geist. Durch das Trommeln werde



**Bildung+Sport:** Das neue Kursprogramm ist da.

Inserat



Claude Sandoz, *The Pitons*, Wasserfarbe auf Arches-Ingrespapier, 45,5 x 65 cm (Detail), Courtesy of the artist

## Exklusiv für Zenit-Leserinnen und -Leser

Gratisnachmittag mit Führung durch die Ausstellung «Claude Sandoz. Ab auf die Insel!» im Kunstmuseum Luzern

«Ab auf die Insel!» – genau darum geht es: um die Sehnsucht fortzugehen und unsere Zivilisation hinter uns zu lassen. Was passiert, wenn das Eigene und das Fremde zusammenkommen, sich gegenseitig überlagern, vielleicht bereichern? Reproduziert die Kunst einen kolonialen Blick? Ist Fernweh übergriffig? Diese Ambivalenzen werden kritisch reflektiert und kunsthistorisch kontextualisiert.

JTI lädt Sie an zwei Nachmittagen zum kostenlosen Besuch (inkl. Apéro) dieser einmaligen Ausstellung ein.

**Dienstag, 21. August 2018, 14.00 – 16.30 Uhr**

**Mittwoch, 22. August 2018, 14.00 – 16.30 Uhr**

**Treffpunkt:** 14.00 Uhr im Kunstmuseum Luzern (4. Stock des KKL)

**Führung:** 14.15 – 15.15 Uhr

**Apéro:** 15.15 – 16.30 Uhr

Bitte melden Sie sich bis zum **31. Juli 2018** direkt bei Pro Senectute Kanton Luzern an:

Pro Senectute Kanton Luzern | Bundesplatz 14 | 6002 Luzern | [museum@lu.prosenectute.ch](mailto:museum@lu.prosenectute.ch) | Telefon 041 226 11 88

Die Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt. Die Platzzahl ist beschränkt. Wir freuen uns auf Sie.

JTI





**Koordination und  
Gehirntraining:**  
Trommeln macht  
Spass, regt Finger  
und Geist an.

das Zusammenspiel der beiden Hirnhälften aktiviert, sagt Diana Wyss. «Dual-Tasking» – zu dem beispielsweise gleichzeitiges Trommeln und Sprechen zählt – gilt als eigentliches Gehirntraining.

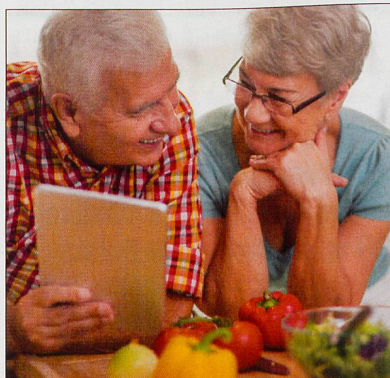
#### Lächelnde Gesichter

Heute ist die letzte Kursstunde. Einige möchten weitermachen. Für sie hat Rafael Woll Neuigkeiten. Im Herbst wird das Angebot fortgeführt. Die Nachricht wird mit lauten Djembe-Schlägen verdankt. Gut gelaunt verabschieden sich die Kursteilnehmenden. «Gemeinsames Trommeln zaubert einem ein Lächeln aufs Gesicht», sagt Diana Wyss, nachdem sich der Saal geleert hat. Stimmt. Auch bei mir.

ASTRID BOSSERT MEIER

**Details zum Trommelkurs** finden Sie auf Seite 13 im «Impulse», dem Kursprogramm für das zweite Halbjahr 2018, das dieser Zenit-Ausgabe beigelegt ist.

Inserat



Spitalregion Luzern/Nidwalden

Öffentlicher Vortrag

## Mobilität – das Vitamin des Alters

Dienstag, 18. September 2018, 18.30 – 20.00 Uhr

Referenten:

- Dr. med. Udo Hartl, Leiter Rehasentrum
- Dr. med. Bojan Miletic, Oberarzt Rehabilitation
- Katrin Lüchinger, Fachgruppenleitung Therapien Rehabilitation

**luzerner kantonsspital**  
LUZERN SURSEE WOLHUSEN

**Wo?** Schützenhaus, grosser Saal, LUKS Wolhusen

**Kosten?** Der Eintritt ist frei

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Nach dem Vortrag wird ein Apero offeriert.

In Kooperation mit **PRO SENECTUTE**  
GEMEINSAM STÄRKER

Luzerner Kantonsspital | info@luks.ch | www.luks.ch/veranstaltungen | 041 205 11 11