

# Singt!

Von Juliane Graf  
2. Feb. 2026



Die Vögel in den Gärten und Parks machen es uns vor. Trotz ein paar letzter Schneeflocken singen sie munter und unentwegt. Lasst auch uns mal wieder singen! Ob Fassenachtslied, Frühlingsmelodie oder das Lieblingslied aus Eurer Playlist – beim Singen schüttet der Körper Glückshormone aus. Und die können wir doch immer mal wieder gebrauchen, oder? Wenn wir zusammen singen, stärken wir auch unser Gemeinschaftsgefühl. Also singt zusammen, ganz egal, was und stimmt Euch ein auf ein bisschen mehr Helligkeit in den nächsten Wochen.