

Tanzen als Lebenselixier im Alter

23.07.2012 Von SUSANNE SCHÖN Bericht aus dem Südkurier Orsingen-Nenzingen



Heimleiterin Anita Muffler (Mitte) liebt das Tanzen und hat darum motiviert ein monatliches Tanzcafé mit Livemusik im Da-Heim eröffnet. Bild: schön

Nach einer Stunde Musik und Tanz gibt es im Pflegeheim Da-Heim nur zufriedene Gesichter

Einmal im Monat wird das Café Erdenbühl im Orsinger Pflegeheim Da-Heim zum Tanzcafé, dann spielt Buddy der Entertainer auf. Wer mit den Tänzern und Tänzerinnen spricht merkt schnell: Tanzen ist ein vielschichtiges Vergnügen. Während für die einen Tanzen vor allem Bewegung ist und man sich sowohl über noch vorhandene wie über die wieder gewonnene Beweglichkeit freut, ist für andere Tanzen vor allem Kommunikation.

Zu den Gesprächen in den Tanzpausen wird Kaffee und Kuchen serviert. Da kommt so manche Erinnerung an einen Tanz in der Jugend hoch. Früher so ist beispielsweise zu erfahren, wurden beim Tanzen Grundsteine für spätere Ehen gelegt. Es sei oft die einzige Freizeitbeschäftigung für junge Leute gewesen. Auch heute wiegen sich manche Paare in trauter Zweisamkeit im Takt. Doch ist ein deutlicher Frauenüberschuss beim Tanzcafé im Da-Heim auszumachen. Das hält die Frauen aber nicht davon ab zu tanzen: paarweise, allein oder in der Gruppe und die Männer dürfen sich als Hahn im Korb fühlen. Geschätzt wird das Tanzen als Abwechslung im Alltag. Heimbewohnerin Ursula Lemanski freut sich: „So kommt an mich auch noch Spaß!“

Heimleiterin Anita Muffler hat das Tanzcafé ins Leben gerufen und motiviert alle zum Mitmachen. Die erstaunlichen Verwandlungen in der Tanzstunde, die strahlenden Gesichter ihrer Heimbewohner, fasst sie in einem Satz: „Es wirkt die Wirklichkeit!“ Das habe seine Gründe: „Durch die Bewegung im Takt brechen verkrustete Lebensstrukturen auf und nicht für möglich gehaltene Sozialkontakte werden möglich“, glaubt Anita Muffler.

Vom Tanzcafé profitieren aber längst nicht nur Heimbewohner. Wie vier Damen aus Eigeltingen schauen andere Tanzcafébesucher auch von auswärts vorbei: „Es macht Freude, anderen eine Freude zu bereiten!“ Dazu kommen noch Spaß und Abwechslung im eigenen Leben. Das Lächeln einer Rollstuhlfahrerin sei es absolut wert, über den eigenen Schatten zu springen und ein Tänzchen mit ungewöhnlichen Partnern zu wagen.