



Bild: Pierre Oetili

Kultiviert altern

Ohne Kultur lässt sich menschliches Leben kaum denken. Kultur stellt keinen Luxus dar. Alle sollen daran teilhaben können: Wohlhabende wie weniger Begüterte, Junge wie Alte.

Nach der Pensionierung verfügen viele Menschen über genügend Zeit, um das zu tun, was sie gerne möchten. Möglicherweise wollen sie auch Neues ausprobieren: malen, Gedichte schreiben, Theater spielen... Ein Bei-

spiel kultureller Aktivität im Alter ist ein Bühnenprojekt mit Glarner Seniorinnen und Senioren, ein anderes eine «Community-Dance»-Gruppe in Lausanne; beide werden in dieser Ausgabe des «ps:info» vorgestellt.

Bei der Frage der Kultur im Alter geht es nicht nur darum, produktiv zu sein. Das wäre eine verkürzte Sicht, die zudem alle ausschliessen würde, welche die Voraussetzungen zu kultureller Produktivität nicht besitzen – sei

es, weil diese in ihrem Leben nicht gefördert wurde, oder sei es, dass ihnen der Mut fehlt, sich künstlerisch zu betätigen.

Zur Kultur gehört zudem die Teilnahme am Geschehen ausserhalb der eigenen vier Wände, der Austausch mit Menschen verschiedener Altersgruppen – kurz gesagt: ein beziehungsreiches Leben. Pro Senectute setzt sich dafür ein, dass diese Alterskultur gedeihen kann.

Editorial

Ein grosses Gut der Menschheit



«Entfremdet und entwürdigt ist nicht nur der, der kein Brot hat, sondern auch der, der keinen Anteil an den grossen Gütern der Menschheit hat.»

Rosa Luxemburg,
deutsche Politikerin (1871–1919)

Kultur ist ein solches Gut. Sie gehört in all ihren Varianten und Ausprägungen zum Leben eines Menschen und bringt Zufriedenheit und Erfüllung.

Pro Senectute hat verschiedene Angebote für ältere Menschen, welche Körper und Geist fordern. Im Bereich Bildung und Kultur wird älteren Menschen die Chance eröffnet, sich geistig weiter zu entwickeln, Herausforderungen des Alters zu meistern und sich neu zu orientieren.

Kultur bei Pro Senectute ist breit gefächert: In einer Gruppe die Kunst der Kalligrafie zu erlernen, gehört genauso dazu wie der Kochkurs oder das Filmfestival *Visages*, welches das Alter speziell berücksichtigt und würdigt. Es ist eine Herausforderung, die Angebote so auszurichten, dass die Interessen der verschiedenen Zielgruppen berücksichtigt werden.

Wo Menschen jeden Alters sich treffen, austauschen und gemeinsam aktiv sind, findet Kultur statt. Gerade für ältere Menschen spielt der zwischenmenschliche Kontakt eine zentrale Rolle. Die Aufgabe von Pro Senectute ist es, solche Angebote sicherzustellen und sie so zu gestalten, dass sie für ältere Menschen zugänglich und erschwinglich sind.

Martin Odermatt, Leiter Finanzen und Logistik, Mitglied der Geschäftsleitung

THEMA

Kultur des Alterns entwickeln

Wenn von Alterskultur die Rede ist, dann liegen Klischeevorstellungen nahe – als ob alte Menschen nur Ländler-Musik und Jass-Nachmittage schätzen würden. Auch das Alter kennt eine Vielfalt von kulturellen Ausdrucksformen. Diese gilt es wahrzunehmen und zu fördern.

Kurt Seifert – Leiter des Bereichs Forschung und Grundlagenarbeit, Pro Senectute Schweiz

In kaum einem anderen Lebensbereich werden die Verschiedenheiten von sozialen Gruppen und Generationen so deutlich wie bei dem der kulturellen Gebräuche und Vorlieben. Der Kreis der Fans Elektronischer Tanzmusik und derjenige der Freunde des Balletts wird sich nur in seltenen Fällen überschneiden: Die Erstgenannten sind mehrheitlich jung, die Zweitgenannten eher älter. Wer daraus die Schlussfolgerung ziehen wollte, die meisten älteren Menschen nähmen an «klassischen» Kulturveranstaltungen teil, läge ziemlich

falsch. Deren Besuch hängt nämlich vor allem vom erreichten Bildungsgrad ab. Wer Sekundarstufe I absolviert hat, geht rund fünfmal weniger häufig in ein Konzert mit klassischem Repertoire als Absolventinnen und Absolventen der Tertiärstufe.

Soziale Unterschiede lassen sich nicht nur beim kulturellen Konsum, sondern auch bei der Kulturproduktion feststellen. Hier springen die Gegensätze jedoch keineswegs so deutlich ins Auge: Musizieren und Singen in Amateur-Formationen wie Laien-Chören oder -Orchestern hat durchaus demokratische Qualitäten, weil die Teilnahme in vielen Fällen nicht vom sozialen Status abhängt. Oft hat aber das Alter einen Einfluss: Eingeschränkte Mobilität kann die kulturelle Partizipation verhindern.

Ein weites Feld

Eine kürzlich erschienene und sehr umfangreiche Untersuchung des Bundesamtes für Statistik über das «Kultur-

verhalten in der Schweiz»¹ hat aufgrund von Erhebungen aus dem Jahr 2008 ergeben, dass rund drei Viertel aller 15- bis 29-Jährigen kulturelle Aktivitäten im Amateur-Status ausüben, während es bei Menschen ab 75 Jahren «lediglich» 44 Prozent sind. Diese Zahl lässt trotzdem erstaunen, weil sie zeigt, dass das Interesse an eigenständiger kreativer Betätigung auch im Alter weitverbreitet ist. Die kulturellen Aktivitäten umfassen ein weites Feld: Sie reichen vom Singen und Musizieren über das Zeichnen, Gestalten und Schreiben bis hin zum Umgang mit (audio-)visuellen Medien wie Fotografie und Film.

Der Kultur-Begriff umfasst nicht nur die genannten Aktivitäten. «Kultur» ist aus dem lateinischen Wort *cultura* abgeleitet und hat mit Bearbeitung und Pflege zu tun. Ursprünglich war damit der Ackerboden gemeint. An diesen Zusammenhang erinnert in heutiger

¹ <http://www.bak.admin.ch/aktuelles/03026/03038/index.html?lang=de>

Zeit noch der Begriff des Kulturlandes. Das Bedeutungsfeld des Wortes macht deutlich, dass es im weitesten Sinne um das menschliche Einwirken auf die Welt geht, mit dem mehr als die einfache Befriedigung von existenziellen Bedürfnissen gemeint ist.

Prozess der Reife

Die Frage nach der «Alterskultur» zielt somit nicht nur auf die Art und das Ausmass von kulturellen Aktivitäten, die betrieben bzw. konsumiert werden. Sie schliesst vielmehr die umfassende Gestaltung des Lebens im Alter mit ein: Wie gehe ich mit meinen Erfahrungen um, und wie mit den Grenzen, die sich jetzt deutlicher zeigen als früher? Welche Erwartungen habe ich an mein Leben, und was bin ich bereit und in der Lage, für deren Verwirklichung zu tun?

Im landläufigen Sinn wird die Alterskultur mit bestimmten Erscheinungsformen identifiziert, die manchen als «altmodisch» oder sogar «rückständig» erscheinen. Als Massstab gelten dann die jeweils aktuellsten Moden, die allerdings einem rasanten Verschleiss unterworfen sind. Was daran Bestand hat, zeigt sich oft erst nach einem längeren Prozess der Reife. Eine richtig verstandene Alterskultur könnte durchaus zu einer für den weiteren Bestand der Gesellschaft unabdingbaren «Entschleunigung» des Lebens beitragen.

Teilhabe am Leben

Noch vor einiger Zeit galt für die Phase des Alters das gesellschaftliche Ideal des Rückzugs. Heute wollen sich viele ältere Menschen nicht mehr mit der Vorstellung eines «Ruhestandes» abfinden, der auf ein Ruhigstellen hinausläuft. Sie möchten ihrem Leben eine Bedeutung geben, die sich nicht darin erschöpft, die Pension zu verzehren. Vor etwas mehr als 40 Jahren hat dies die 1986 verstorbene französische Schriftstellerin Simone de Beauvoir in ihrem Buch «Das Alter» so formuliert: «Wollen wir vermeiden, dass das Alter zu einer spöttischen Parodie unserer früheren Existenz wird, so gibt es nur eine einzige Lösung, nämlich weiterhin Ziele zu verfolgen, die unserem Leben einen Sinn verleihen.» Und weiter: «Das Leben behält einen Wert, solange man



Foto: Tires Comenzind

44 Prozent der Menschen ab 75 Jahren üben kulturelle Aktivitäten im Amateur-Status aus. Dies zeigt, dass das Interesse an eigenständiger kreativer Betätigung im Alter weitverbreitet ist.

durch Liebe, Freundschaft, Empörung oder Mitgefühl am Leben der anderen teilnimmt.»

Die hier mit wenigen Strichen skizzierte Kultur des Alter(n)s sollte darin bestehen, eine Teilhabe am Leben auf ganz unterschiedliche Weise zu fördern: durch kulturelle Aktivitäten im engeren Sinne, wie sie in dieser Ausgabe des «ps:info» beispielhaft beschrieben werden – aber auch durch Begegnungen, die den Austausch mit Menschen verschiedener Altersgruppen möglich machen und so zu einem guten, beziehungsreichen Leben beitragen. Als Fach- und Dienstleistungsorganisation ist Pro Senectute

aufgefordert, die Entwicklung dieser Alterskultur im Rahmen ihrer Möglichkeiten zu unterstützen.

Gut altern

Zum «Europäischen Jahr für aktives Altern und die Solidarität zwischen den Generationen» führt Pro Senectute Schweiz am 26. April 2012 eine nationale Fachtagung mit namhaften Referentinnen und Referenten durch. Merken Sie sich den Termin vor – weitere Informationen folgen in der nächsten Ausgabe des «ps:info».

Wie Schokolade: Kulturteilhabe im Alter ist kein Luxus!

Schokolade macht glücklich – so viel ist bekannt. Dass Kunst und Kultur gerade im Alter Schokolade für das Gehirn sein können und älteren Menschen die Möglichkeit zu sozialer Teilhabe und lebenslanger Entwicklung bieten, wird hingegen weitgehend ignoriert. Das Interesse Älterer, sich kulturell zu beteiligen, ist gross, dabei befriedigt das vorhandene Angebot die Nachfrage lange nicht – weder qualitativ noch quantitativ.

Almuth Fricke – Leiterin des Instituts für Bildung und Kultur, Remscheid (D)



Die USA nehmen auch hier eine Vorreiterrolle ein. Das National Center for Creative Aging (NCCA) in Washington D.C. setzt sich für ein positives Altern ein und belegt mit einer Langzeitstudie, dass Lebensqualität, Wohlbefinden und sogar Gesundheit im Alter in engem Zusammenhang mit kreativem

Ausdruck stehen. Wie Schokolade wirken Kunst und Kultur auf unser Gehirn, sagte dessen kürzlich verstorbener Leiter Gene Cohen und belegt, dass gerade hier – entgegen aller negativen Annahmen – besonders positive Entwicklungsmöglichkeiten bestehen. Denn künstlerisch-kulturelle Aktivitäten unterstützen viele Ältere in einem aktiven Altern.

Potenzial nutzen

Im deutschen Kulturbetrieb werden ältere Menschen zwar als rettender «Silbersee» in einem ansonsten bedrohlich schrumpfenden Publikum wahrgenommen, doch die tatsächlichen Potenziale dieser wachsenden Gruppe aktiver, interessierter und engagierter Kulturnutzer mit Zeit und Bildungshunger erkennen und nutzen nur wenige. Es gibt kaum zielgruppenspezifische Vermittlungsangebote für Ältere, obwohl diese das Potenzial hätten, eine neue Generation von Seniorinnen und Senioren anzusprechen, deren Kulturverhalten und -interessen sich gründlich gewandelt haben.

Viele Kulturanbieter stehen jedoch vor dem Problem, dass sie zu wenig über die Bedingungen wissen, welche zum Gelingen der Kulturarbeit mit älteren Menschen führen. Anregungen und Hinweise gibt es dazu bisher wenig.

Neue Weiterbildung für Fachleute

Die Lücke schliesst eine neue Disziplin, die Kulturgeragogik, die anders als die Kulturpädagogik das kulturelle Lernen im Alter ins Zentrum stellt. Sie berücksichtigt spezifische Erfordernisse Älterer und kombiniert Grundlagen der Alter(n)sforschung mit altersgerechten Methoden der Kul-

turvermittlung in den einzelnen Kunstsparten. «Kulturgeragogik» wurde vom Institut für Bildung und Kultur e.V. Remscheid (IBK) gemeinsam mit der Fachhochschule Münster als interdisziplinäre berufliche Weiterbildung für Mitarbeitende aus der Altenarbeit und Pflege, Kulturvermittler und Künstler entwickelt. Im Mai 2011 startete der erste Lehrgang. Das IBK bringt seine langjährige Expertise als Fach- und Forschungsstelle zu demografischem Wandel und Kultur in die Curriculumsentwicklung ein. Neben der einjährigen Weiterbildung bietet das IBK mit seinem Kompetenzzentrum *kubia* Beratung und Tagesseminare für öffentliche Kultureinrichtungen und Kommunen, Freiwillige und private Kulturanbieter zu verschiedenen Themen, Kunstsparten und Methoden an, z.B. zur Seniorentheaterarbeit, der Kulturarbeit mit Menschen mit Demenz oder zu generationenübergreifenden Ansätzen.

Ein häufig zitierter Leitsatz ist dabei Programm: «Es kommt nicht darauf an, wie alt wir werden, sondern wie wir alt werden». Denn kulturelle Bildung und Aktivität im Alter sind keineswegs ein Luxus, sondern ein Schlüssel zu sozialer Teilhabe und einem Altern in Würde.

Weitere Informationen:

Institut für Bildung und Kultur/Kompetenzzentrum für Kultur und Bildung im Alter (*kubia*):
www.ibk-kubia.de
 Kulturgeragogik – Weiterbildung für die Kulturarbeit mit Älteren:
www.kulturgeragogik.de



Foto: Pro Senectute Glarus

«Ich hoffe, dass unser Theaterstück vielen Mut macht, etwas zu wagen – in jedem Alter», äussert sich eine Seniorin, die am Theaterprojekt mitgemacht hat.

FACHWISSEN

Spielend etwas erschaffen

2009 startete Pro Senectute Glarus ein Theaterprojekt mit Seniorinnen und Senioren. 2010 wurde es mit zwei begeisternden Aufführungen abgeschlossen. In der Folge ist daraus der Glarner Theaterverein «Bühnenreif» entstanden.

Margrit Brunner, Geschäftsleiterin Pro Senectute Glarus

Am Anfang des Theaterprojekts standen 13 «mutige» Seniorinnen und ein Senior – zwischen 64 und 86 Jahren alt. Ihre Geschichten, Ideen und Wünsche prägten die rund achtmonatige Entwicklungs- und Probenzeit. Die wöchentlichen Proben spielten sich in drei Phasen ab: Am Anfang ging es darum, sich kennen zu lernen, zu improvisieren und Ideen zu sammeln, in der zweiten Phase darum, Szenen spielerisch zu erfinden und zu verdichten, und am Schluss, ein Stück zu formen und Szenen wiederholbar zu machen.

Die Rückmeldungen der Spielenden während der Probenzeit waren äusserst positiv: «Wir lernen, wie wir unsere Mimik und Gangart einsetzen

können: fröhlich, verärgert, staunend sein... Wie geht man stolz, unsicher, stressig...? Davon profitiere ich sehr viel.» Eine andere Teilnehmerin sagte: «Ich hoffte, durch diesen Kurs neue Kontakte zu knüpfen, und es reizte mich, etwas Neues auszuprobieren. Ich geniesse die vielen schönen Begegnungen, und am Theaterspielen habe ich richtig Spass.»

Der Text – Stolperstein oder Rettungsseil

Beni Hunziker, einer der beiden beteiligten Theaterpädagogen, hat in seiner Masterarbeit über das Projekt die Vorgehensweise im Umgang mit Text verarbeitet. Viele Seniorinnen und Senioren hatten zu Beginn vor allem wegen des Textes Bedenken. Die Frage lautete: Wie gelangen wir zu einem Umgang mit Text, bei dem die Spielenden nicht einfach «Text auf-sagen», sondern sich frei fühlen, mit der Sprache zu spielen und sie wie im Alltag zu gebrauchen?

Im Projekt wurden vor allem die Figurenarbeit, die Improvisation und nur rudimentär der Text als Fixpunkt eingesetzt. So entstanden «gestaltete

Szenen». Auf diese Weise wurde ein sehr freier und natürlicher Umgang mit dem Text und dem Spiel erreicht.

Überraschungsmomente

Fabienne Pfyffer, die zweite Theaterpädagogin, beschrieb in ihrer Diplomarbeit, wie sehr die experimentierfreudigen, offenen, unkomplizierten älteren Menschen sie immer wieder positiv überrascht hätten. Ihr Fazit: «Zu Beginn dieser Arbeit sprach ich vom Zauber, der vom Theaterprojekt mit den Seniorinnen und dem Senior ausgegangen ist. Ich habe in den Momenten der Überraschung einerseits viele Informationen gefunden, andererseits bin ich mir des Potenzials bewusst geworden, das darin schlummert und kreativ genutzt werden möchte.»

Ende Mai 2010 fanden im «Schützenhaus» in Glarus zwei ausverkaufte und das Publikum begeisternde Aufführungen des Stückes «Bärendreck – oder wie man einen Gasthof spielend sauber bringt» statt.

Die Stimmen der spielenden Seniorinnen und des Seniors sprechen für sich: «Ich weiss gar nicht, was eben mit mir passiert ist. Es ist einfach alles aus mir herausgesprudelt – ich habe mich selbst nicht mehr gekannt.» – «Ich habe wieder mehr Selbstvertrauen. Und ich bin schlagfertiger geworden.» – «Viele ältere Menschen werden nicht richtig geschätzt und ihr Potenzial nicht richtig genutzt. Ich hoffe, dass unser Theaterstück vielen Mut macht, etwas zu wagen – in jedem Alter.»

Material zum Projekt:

- Schlussbericht mit Foto-CD
- Beni Hunziker «Stolperstein oder Rettungsseil – vom Umgang mit Text in einem Theaterprojekt mit Seniorinnen und Senioren» (Masterarbeit)
- Fabienne Pfyffer «Überraschungsmomente im Theaterspiel mit Seniorinnen und Senioren» (Masterarbeit)

Ausleihbar bei Pro Senectute Glarus, Gerichtshausstrasse 10, 8750 Glarus, Tel. 055 645 60 20 info@gl.pro-senectute.ch

Individuelle Geschichten – ein gemeinsames Projekt

Sie waren vierzehn, zwischen 60 und 80 Jahren. Manche haben früher oft getanzt, andere überhaupt nicht. Alle fanden sie Gefallen am Tanzen, am Experimentieren und am Improvisieren. Im Rahmen eines «Community-Dance»-Workshops erarbeiteten sie unter Anleitung der Choreografin Adina Secretan das einzigartige Projekt «Danser le troisième printemps», welches sie schliesslich anlässlich des «Tanzfests» im Théâtre Sévelin 36 in Lausanne aufführten.

Catherine Borcard – Bereich Sport und Bewegung, Koordinatorin Westschweiz

«Community Dance» ist Anfang der 70er-Jahre in England entstanden und eine Bewegung, die von Tanzpädagogen entwickelt wurde, welche diese Disziplin der breiten Bevölkerung zugänglich machen wollten. Das Konzept stellt das Individuum und die Kreativität in den Mittelpunkt. Den Teilnehmerinnen und Teilnehmern wird geholfen, ihr eigenes Potenzial zu entdecken, unabhängig von Kultur, Erfahrung, Geschlecht und Alter.

Das Projekt «Danser le troisième printemps» richtete sich an Personen ab 60 Jahren. Auf einer ersten Informationsveranstaltung, die in den Räumlichkeiten von Pro Senectute Waadt am Place de la Riponne in Lausanne stattfand, stellte die Choreografin Adina Secretan den Interessierten, vorwiegend Frauen, den Ansatz und die Vorgehensweise für die Produktion des Tanzstücks vor. Vier Monate intensiver Vorbereitung waren nötig, bevor «Danser le troisième printemps» an drei Tagen im Mai 2011 in Lausanne aufgeführt werden konnte.

Ausgehend vom Potenzial jeder einzelnen Teilnehmerin wurde die Individualität der körperlichen Leistungsfähigkeit berücksichtigt. Da jede Teilnehmerin ein anderes Verhältnis zur eigenen Bewegung aufgebaut hat, sind die erworbenen körperlichen Fähigkeiten zwangsläufig das Ergebnis einer persönlichen Entwicklung. Das Entdecken der kreativen

Möglichkeiten, die sich dem Körper über kontrollierte Bewegungen bieten, erlaubte die Entwicklung des Projekts «Danser le troisième printemps» als soziales, künstlerisches und ethisches Ganzes, als Ausdruck einer kollektiven Kultur, die in dieser Gruppe entstanden ist.

Tanzen zum Vergnügen

Das Projekt förderte bestimmte Stereotypen zum Thema Tanzen zutage. Die landläufige Meinung ist, dass diese Kunst junge, harmonische und athletische Körper in Szene setzt. Schwer vorstellbar also, dass Personen über 60 Jahre sich harmonisch bewegen können. Dabei wird jedoch vergessen, dass Tanzen vor allem Spass machen soll, in der Ästhetik einer schönen Bewegung und in der Begegnung mit der Musik.

«Das war einmalig:
experimentieren zu
können und etwas zu
entdecken, was man
vorher nie gesehen hat.»

Die Gründe, warum sich die Tänzerinnen entschlossen haben, an dieser Veranstaltung teilzunehmen, sind ganz unterschiedlich, ebenso ihre Interessen und Vorstellungen. In dieser Phase des Lebens verändern sich bestimmte Faktoren sehr schnell und beeinflussen den Alltag, die gesellschaftliche Rolle, die Erwartungen der Gesellschaft, der Familie und des sonstigen sozialen Umfelds. Das Projekt stellt einen wichtigen Meilenstein im Leben der Tänzerinnen dar und bot die Möglichkeit, eine Verbindung zwischen jenen Faktoren zu schaffen. Den Frauen ist es zudem gelungen, ihre Kreativität zu entfalten und den Zuschauern ihre Freude am Tanzen zu vermitteln.

Ursula Gehring, Teilnehmerin von «Danser le troisième printemps» und Betreuerin einer Tanzgruppe von Pro

Senectute Waadt (im Rahmen der Kurse des Seniorensportverbands «Fédération Vaudoise de Gymnastique des Aînés»), erzählt uns, was sie während der Umsetzung des Projekts so alles erlebt hat.

Vor dem Projekt

«Wir waren fünf Damen aus der Tanzgruppe, die an der ersten Probe Mitte Dezember teilnahmen. Ich war die einzige, die dabei blieb. Am Anfang gab es nichts Konkretes, alles war irgendwie verschwommen, dann erste Fortschritte, der Korb der Bewegungsinstrumente füllte sich. Dann bat uns die Choreografin, etwas zu zweit zu entwickeln, mithilfe eines Säckchens mit Wollknäueln. Von da an entwickelte jede Tänzerin ihre eigenen Bewegungen als Ausdruck ihrer eigenen Individualität, wir mussten also nicht einer vorgeschriebenen Choreografie folgen.»

Während des Projekts

«Adina, die Choreografin, hatte uns vorher gesagt: «Das Ganze ist eine persönliche Entwicklung, ein Fadenende, das abgewickelt werden muss und dem man folgen muss.» Die anderen Personen – mit zum Teil rebellischem Charakter – kennen zu lernen, das war nicht immer einfach, aber nach und nach haben wir uns besser verstanden und uns respektiert. Meinen Platz in der Gruppe zu finden, das machte mir schon Angst! Da bin ich, aber da sind auch die anderen. Jede hatte einen anderen Platz, und wir mussten uns gegenseitig in unserem Status, in unserem Rebellischsein akzeptieren. Die Älteste (84 Jahre), das war die Rebellischste, sie war genial auf der Bühne. Das war einmalig: experimentieren zu können und etwas zu entdecken, was man vorher nie gesehen hat.

Ich hatte Angst, ich habe der Gruppe davon erzählt. Keine hat sich getraut, darüber zu sprechen, aber das hat eine Tür geöffnet, und auf einmal haben alle über ihr Lampenfieber vor dem Auftritt gesprochen. Schliesslich haben wir an



Foto: Jenny Fazan

Das Entdecken der kreativen Möglichkeiten, die sich dem Körper über kontrollierte Bewegungen bieten, erlaubte die Entwicklung des Projekts «Danser le troisième printemps».

unserer Atemtechnik gearbeitet. Auch haben wir über das Verhältnis zum älteren Körper gesprochen, den wir auf der Bühne zeigen. Aber was solls, am Alter lässt sich nun mal nichts ändern!»

Eindrückliche Momente

Als wir mit Ursula Gehring zwei Tage nach der Veranstaltung den Termin für das Gespräch vereinbarten, verriet sie uns, dass sie immer noch ganz aufgewühlt wäre: «Was mich beeindruckt hatte, vor der Aufführung, war die Stille hinter dem Vorhang – das war ziemlich elektrisierend. Der Vorhang ging hoch, und jede von uns machte ihre Arbeit.

Der Sonntag war für mich das absolute Highlight: Einigkeit, Energie in der Gruppe und dann der Applaus. Und ich entdeckte meinen Sohn unter den Zuschauern – das war nicht geplant. Ich war sehr gerührt, ihn zu sehen, vor allem weil ich wusste, dass meine Enkelkinder nicht zu den Aufführungen kommen konnten.

Die Symbolik mit dem Faden, das ist ein starkes Bild, der Faden des Lebens... Es gibt Momente im Leben, da wird man von etwas Unsichtbarem festgehalten, einer Art Fussfessel, die uns nicht loslässt. In einem bestimmten Augenblick auf der Bühne schnitt ich diese Fessel durch, die auf der Bühne an mein Bein gebunden

war. Dieser Faden des Lebens, er begleitet uns von Geburt an. Die erste Schnur: Wie oft müssen wir diesen Faden durchschneiden...? Kinder, die aus dem Haus gehen, Tod, ein Thema, das immer wiederkehrt. Was letztlich zählt, ist die Freude am Tanzen!»

Die Kunst im Leben

Kultur ist etwas, das den Alltag bereichert, fast schon Luxus. Diese Bereicherung muss zuerst einmal entdeckt werden. Wer sie nicht kennt, kann auch nicht wissen, wie sie sich anfühlt: Der Horizont öffnet sich, und bald macht man weitere Entdeckungen. In einem hervorragenden Dokumentarfilm¹ spricht die achtzigjährige amerikanische Tänzerin und Choreografin Anna Halprin² von der Verschmelzung zwischen Leben und Kunst: «Jeder Tanz berührt mich tief im Inneren wie eine Seele. Beim klassischen Tanz ist das Rezept vorher schon bekannt, es reicht aus, sich an das Rezept zu halten. Bei einem Projekt können sich Änderungen ergeben, während wir daran arbeiten.»

Ihre Definition vom Tanzen ist grossartig: «Tanzen ist der sichtbar gewordene Atem. Wenn man aufhört zu atmen, ist der Atem nicht mehr sichtbar, man bewegt sich nicht mehr.»

Als sie sich den 60 näherte, beschloss sie, mit älteren Menschen zu arbeiten, um sie dazu zu bringen, zu entdecken, was die Bewegung des Atems im Körper bewirkt. Sie versuchte, der klassischen Beziehung zu einem jungen und ästhetischen tanzenden Körper eine neue Dimension zu verleihen. Das führte zu «Seniors Rocking», einer Gruppe aus 69 älteren Menschen aus unterschiedlichen soziokulturellen und wirtschaftlichen Kontexten.

Konfrontiert mit dem alternden Körper, hinterfragt Anna Halprin ihr Verhältnis zu ihrem eigenen Körper: «Ich habe einen schönen alten Körper, schön wie alle diese alten Dinge um mich herum. Ich habe angefangen, Respekt für diesen alten Körper zu verspüren.»

Auch heute noch, mit 90, reist sie gerne und gibt mit Leidenschaft in aller Welt Unterricht.

¹ Gerber, Ruedi (2009): Breath made visible: Revolution in dance – Anna Halprin

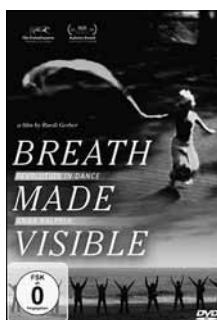
² Weitere Informationen: www.annahalprin.org

gelesen – gesehen – gehört



Kim de Groot/
Almuth Fricke
(Hrsg.)
**Kulturkompetenz
50+**
München:
Kopaed, 2010

Künstlerisch-kulturelle Angebote sind bei vielen Älteren beliebt: schreiben, malen, tanzen, ein Museum erkunden, fotografieren, Theater spielen oder musizieren bieten attraktive Möglichkeiten für sinnvolle Lebensgestaltung. Kulturelle Beteiligung im Alter ist nicht nur von persönlichem Wert, sondern wirkt positiv auf gesellschaftliche Teilhabe und Gesundheit. Dieses Handbuch möchte Wege zeigen, wie Kulturpraxis mit Älteren gelingen kann. Es richtet sich an Fachkräfte von Kultureinrichtungen und kulturpädagogischen Einrichtungen, die nach neuen Anregungen und Impulsen in ihrer täglichen Arbeit suchen, sowie an Berufseinsteiger als erste Orientierung im Handlungsfeld der kulturellen Bildung für Ältere.



**Breath made
visible**
Ein Film von
Ruedi Gerber
Berlin: Projektor,
2010

Der erste Dokumentarfilm über das Leben und wirken Anna Halprins, eine der einflussreichsten, jedoch viel zu wenig bekannten Grössen des modernen Tanzes.

Seit mehr als sieben Jahrzehnten stellt sich die mittlerweile fast neunzig-

jährige Anna Halprin die Frage: Was ist Tanz? Ihre Suche nach einer Antwort hat in den USA eine Ära der Experimente in Theater, Musik, Happening und Performance-Kunst eingeleitet und den Tanz neu definiert.



Andreas Kruse
Kreativität im Alter
Heidelberg:
Winter Universitätsverlag, 2011

Die in diesem Band versammelten Beiträge gehen der Frage nach, welche Potenziale für Kreativität ältere Menschen besitzen und inwieweit durch gesellschaftliche und kulturelle Rahmenbedingungen diese Potenziale genutzt werden können. Dabei wird eine multidisziplinäre Sicht eingenommen. Zudem findet sich ein umfassender Beitrag zu praktischen Beispielen der Kreativität älterer Menschen. Diese zeigen in beeindruckender Weise, zu welchen schöpferischen Leistungen ältere Menschen fähig sind, wenn sie entsprechende gesellschaftliche und kulturelle Impulse erhalten.

Bibliothek und Dokumentation Pro Senectute

Alle vorgestellten Medien können ausgeliehen werden bei
Pro Senectute Schweiz
Bibliothek und Dokumentation
Bederstrasse 33, Postfach
8027 Zürich
Tel. 044 283 89 81
E-Mail: bibliothek@pro-senectute.ch
www.pro-senectute.ch/bibliothek

Aktuell

Herbstsammlung

Die nationale Herbstsammlung von Pro Senectute findet dieses Jahr vom 26. September bis 22. Oktober statt. Mittels optisch ansprechender Drucksachen mit hohem Bildanteil und Emotionen kommunizieren wir die Leistungen von Pro Senectute und die Botschaft, dass unsere Organisation für dieses Engagement auf Spenden angewiesen ist.

Im Sammlungsprospekt, der bereits an die Pro-Senectute-Organisationen (PSO) ausgeliefert wurde, steht die letzte Seite der jeweiligen PSO für eigene Informationen zur Verfügung. Das gewählte Titelbild fand bei den teilnehmenden PSO aller Sprachregionen Anklang. Ein einheitlicher Auftritt verdeutlicht das flächendeckende Angebot unserer Aktivitäten und Dienstleistungen.

Zusätzlich zu den Prospekten sind Plakate, Tramplakate und Füllereinserate produziert worden. Es stehen den PSO auch dieses Jahr Webbanner und Mailfooter zur Verfügung. Ganz neu können auch via SMS Spenden getätigt werden. PS LU und PS ZH nehmen an dem Pilotversuch teil. Damit werden vorwiegend jüngere und handyaffine Spenderinnen und Spender angesprochen. Wir sind gespannt auf die Ergebnisse!

Am 2. Oktober wird die TV-Sendung «mitenand – ensemble – insieme» national, in drei Landessprachen von den entsprechenden TV-Stationen ausgestrahlt. Hinweise zur Herbstsammlung finden Sie auch auf www.pro-senectute.ch.

Impressum

Herausgeberin: Pro Senectute Schweiz, Lavaterstrasse 60, Postfach, 8027 Zürich, Tel. 044 283 89 89, kommunikation@pro-senectute.ch, www.pro-senectute.ch

Redaktion: Ursula Huber (verantw.), Dieter Sulzer **Texte:** Catherine Borcard, Margrit Brunner, Almuth Fricke, Martin Odermatt und Kurt Seifert.

Übersetzung: Semantis Translation AG

Auf chlorfrei gebleichtem Papier gedruckt.

ISSN 1664-3968