

RICHTUNGSWECHSEL



*Zeitgenössische
Tanz Performance der
AGE COMPANY*

RICHTUNGSWECHSEL

Zeitgenössische

Tanz Performance der AGE COMPANY

Choreografie und künstlerische Leitung:

Nicole Berndt-Caccivio

Darstellerinnen:

Nora Aschacher, Gitta Dusek, Veronika Eggenweber, Eveline Gessl, Eva Glöckner, Helene Gratzer, Susanne Claudia Krasny, Veronika Kritzer, Antonia Lersch, Hortensia Marcu, Saskia Pauls, Sigrid Prihoda, Auguste Reichel, Ilse Stadler

Kostüme, Requisiten-Konzept:

Nicole Berndt-Caccivio

Krawatten:

Veronika Kritzer, Saskia Pauls

Musik:

Sam Auinger + Robert Adrian, Jules Maxwell, Patricia Dallo, Maurice Ravel, Albonek, Rosenstolz

Technik:

Tom Barcal

Länge:

ca. 60 Minuten ohne Pause

Fotos im Programmheft:

Sascha Osaka, Werner Scholz, Privataufnahmen

Bescheiden, dankbar und freundlich sollten sie sein, die Alten; zufrieden auf ein erfülltes Leben zurückblicken und weise nach vorne schauen, möglichst unauffällig und bewegungslos.

Ist das wirklich eine Perspektive für älter werdende Menschen?

Die Mitglieder der AGE COMPANY meinen "Nein, danke!".

Richtungswechsel ist angesagt. Neue Geschichten wollen erzählt werden.

Es sind poetische, komische, absurde, außergewöhnliche und alltägliche Geschichten.

Die Choreografin



© Foto Sascha Osaka

Nicole Berndt-Caccivio

Geboren 1963 in Biel/Bienne in der Schweiz, lebt derzeit in Berlin. Tanzausbildung in England und NYC. Mit der eigenen Company LJADA/Biel, gemeinsam mit Roberto Galvan, begann ihr Weg als Choreografin und Tanzdozentin. Es entstanden Gastchoreografien für die Cathy Sharp Company in Basel, die YLDIZ-Universität in Istanbul, die SLU-Universität in den USA sowie das Nationaltheater in Sarajewo (Sarajevski Ballet, erste Nachkriegspremiere). Nicole Berndt-Caccivio erhielt kontinuierliche Engagements als Dozentin im zeitgenössischen Tanz in Deutschland (UBATO, Tanzhaus NWR, Tanzakademie Balance 1, Hochschule für darstellende Kunst in Frankfurt/Main), Italien (I.A.I.S. Rom) der Schweiz (Cathy Sharp Ensemble, Tanzhaus Wasserwerk), Türkei (Technik University & Concert Hall Istanbul), den USA (OMC, Baton Rouge, Universities SLU and LSU, Louisiana) und in Österreich (Bruckner Konservatorium Linz, Kompanie xIDA, Internationale Tanzwochen Wien, Konservatorium Wien Privatuniversität). Seit 2007 arbeitet sie auch als Körpertherapeutin Cranio-Sacrale Therapie/Osteopathie im biodynamischen Modell in einer Gemeinschaftspraxis in Berlin. Seit 2009 ist sie Assistentin an der ISBC Kiental, der internationalen Craniosacral Schule am Kientalerhof, Schweiz.



© Foto W. Scholz

Die Darstellerinnen



© Foto W. Scholz

Nora Aschacher

Dr. phil, langjährige ORF-Redakteurin, u. a. Leiterin der Ö1-Sendereihen „Radiokolleg“, „Nova“, Initiatorin der multimedialen Veranstaltungsreihe „password wissenschaft“. Mitorganisatorin von Performances mit Hiah Park, Kim Keum-Hwa (Korea), Sutra Dance Theatre (Malaysia). Zahlreiche Reportagen, Dokumentationen und Features, die sich u. a. mit zeitgenössischem Tanz, Tanztherapie, schamanischen Trancetanz, Sufi Drehtanz, Gurdjieff sowie dem Immateriellen Weltkulturerbe (UNESCO) beschäftigen wie Garifuna (Belize), Gèlèdè (Benin), Gnawa (Marokko), Samba de Roda (Brasilien), Vimbuza (Malawi). Wagte sich erst nach 40 in Tanz-Workshops jeder Richtung dank ImPulsTanz, wo auch Nicht-Professionellen die Möglichkeit geboten wird, an Kursen von national und international bekannten Tanzprofis teilzunehmen. „Tanz hat meinem Leben einen neuen Dreh gegeben. Dafür bedanke ich mich ganz besonders bei: Karine LaBel, Ismael Ivo, Koffi Kôkô, Charleston Marquis (Samu Rai), Hiah Park, Fawzia al Rawi, Harmen Tromp.“



© Foto Sascha Osaka

Gitta Dusek

„Aufgewachsen in den körperfeindlichen, pruden 50er-Jahren in einer sehr patriarchalen Familienstruktur, hatte ich viel zu viele Jahre lang jede Menge Hemmungen mitgeschleppt. Wollte eigentlich nach der Matura ins Reinhardtseminar, traute mich nicht, traute mir überhaupt viel zu wenig und vor allem den Männern viel zu viel zu. Mein begonnenes Dolmetschstudium langweilte mich bald, es folgte eine teils sehr stürmische Ehe und, als unser Sohn erwachsen war, die Scheidung. Lohnabhängig gearbeitet hatte ich in verschiedenen Sparten. In den vergangenen 13 Jahren, bereits in Pension, reiste ich viel, vor allem in der Sahara und im südafrikanischen Raum. Das Ballett und später der moderne Ausdruckstanz haben mich immer schon fasziniert. Stretching begann ich mit 50 Jahren gemeinsam mit professionellen TänzerInnen, so war ich den geliebten Bewegungen näher. Und rhythmisch übe ich mich beim Trommeln mit Cheikh M'Boup. Als ich von dem Projekt AGE COMPANY erfuhr, wusste ich gleich: das ist es jetzt für mich! Ich, die übrigens den Ruf hat, gern viel zu reden, kann nun auch ohne Worte, lustvoll mich bewegend Geschichten erzählen.“



© Foto Sascha Osaka

Veronika Eggenweber

„ich mag den lachenden tanz – besonders wenn er lächerlich ist, schon als kind – zappel hin – zappel her – mal lachend, dann grantig und sehr raunzig, nie in der balance, tanz ist mein zufall, mein ventil, habe nicht ins ballett dürfen, habe nirgendwohin tanzen gehen dürfen, meine eltern waren dagegen, weil dann körper kaputt, ungesund, magersüchtig, kein geld und überhaupt... wir haben ja ein klavier, aber klavier mit zappel hin – zappel her wars nicht, bin dann oft tanzen gegangen, in jüngeren jahren in discos, später in workshops modern, ethno, kontaktimprovisation

usw., aber der durchbruch war das künstlerische arbeiten mit guillermo horta, er rührte/berührte mich, meine ängste, meine verklemmtheit, mein versäumtes, versandeltes leben, ich bin 48 und langsam nehme ich mich ernst, mein herz gehört der performance, mein platz ist der öffentliche raum, ich liebe es, nonverbal, ernst, skurril zu sein, zu mischen, einzumischen, politisch zu sein, mein körper ist politisch, ich bin politikerin, ich spüre mich, meine knochen, meinen schweiß, meine begrenzung, meine notwendigkeit, das körperfeindliche, katholische europa, ich suche und finde, ja und jetzt altern – zappel hin – zappel her bis zur pensi, genau das will ich tun, wenn beruf ganz aus ist, tanzen, drehen, einen schritt vor und zurück.“



© Foto Sascha Osaka

Eveline Gessl

Geboren 1946, ein Filmkind, aufgewachsen im Studio Rosenhügel. Die Kantine voll mit Menschen, die geschminkt und mit wunderbaren Kostümen ihre Würstel essen, trinken und viel zu besprechen haben. In den Vorführungen bildet sich ihr visuelles Empfinden. Ihre große Leidenschaft Tanz zeigt sich sehr früh und sie darf auch beim Film Gasparone die „Tarantella“ mittanzen! Ballettunterricht bei Dia Luca und Toni Birkmeyer.

„Aber mein Lebenswunsch ‚Tanz‘ wurde nicht erfüllt.“

War freiberuflich 42 Jahre als Cutterin tätig, speziell im Dokumentarfilm (viele Künstlerporträts, darunter Auszeichnung fürs Porträt Christine Lavant), Jazz in Polen mit Walter Richard Langer, Musikschnitt mit Werner Pirchner, Tonschnitt bei Ferry Radax.

„Bin Musikfreak, in alle Richtungen offen. Die lebensbegleitenden Konzerte werden zum körperlichen Erlebnis! Ein Zeitungsartikel führte mich zur AGE COMPANY und ich habe erstmals das Gefühl, ich bin in meinem Leben richtig angekommen. Vielen Dank, Ladies!“



© Foto Sascha Osaka

Eva Glöckner

„Wer gehen kann, kann auch tanzen“ (afrikanisches Sprichwort).

„Ich bin schon seit meinem 20. Lebensjahr tanzbegeistert - vom klassischen Ballett und vor allem passiv. Damals kam ich mir für eine klassische Ausbildung zu alt vor. Erst mit 48 Jahren besuchte ich, neben der üblichen Gymnastik, Kurse wie Yoga, Feldenkrais, Lunayoga, Alexandertechnik, Atemarbeit. Neben meinem Hauptberuf als Beamtin der Stadt Wien begann ich dann mit einer Ausbildung zur Atempädagogin. In dieser Zeit wuchs mein Vertrauen zu mir und meinem Körper und ich fasste erst jetzt den Mut, mich auch aktiv am Tanzgeschehen zu beteiligen; vorsichtig zunächst mit Tanztherapie, Bewegungsanalyse, dann kamen nach und nach Pantomime, Biodanza u. ä., schließlich auch noch Contactimprovisation und Contemplative Dance dazu. In den meisten dieser Kurse - außer bei Contemplative Dance, einer Mischung aus Meditation und Bewegung aus der Ruhe und aus dem Augenblick - war ich eine der ältesten Teilnehmerinnen und fühlte mich manchmal nicht mehr ganz so wohl. Jetzt bin ich 63 und habe diese Gruppe der AGE COMPANY gefunden und bin begeistert und stolz auf unseren Auftritt.“



Helene Gratzer

Aus einem Mädchen aus einer protestantischen Arztfamilie in der Slowakei wurde im Laufe der Zeit: ein Flüchtlingskind, eine Vorzugsschülerin, eine Katholikin, eine „Ballettratte“, eine Pionierin (die mit dem roten Halstuch), eine Halbweisin, Emigrantin, Wienerin, Coleurdame, Schwimmerin im SC Diana, Hotelfachschülerin, Telefonistin, ein Stubenmädchen, eine AUA Air-Hostess, Ehefrau, Empfangsdame bei GM, Mutter von zwei Kindern, Gastgeberin, Buchhaltungskraft, ein Parteimitglied, eine Organisationsreferentin, staatlich geprüfte Fremdenführerin in vier

Fremdsprachen, Alpha-Frau, Ordinationshilfe, Pensionistin, Seniorentanz-Begeisterte, Biodanza-Anhängerin, Großmutter, Tarockspielerin, Kunstliebhaberin, Touristin und Performerin.

„Der öffentliche Auftritt ist für mich eine große Herausforderung, Perfektion ist nicht mehr mein Ziel, wohl aber die Lust an der Bewegung zu Musik und das Erlebnis in der Gruppe. Als sechste Sprache erlerne ich nun die KÖRPER-SPRACHE.“



Susanne Claudia Krasny

„Ich bin 64, verheiratet, habe einen Sohn und zwei Enkelkinder und kann nun mehr Zeit für meine Hobbys und Jobs verwenden als früher. Meine Hobbys sind vor allem:

Tanzen, Singen in einem Gospelchor, Reisen, Kultur, Wandern und auch meine Jobs. Ich tanze in einer großen Linedancegruppe und habe auch selbst eine kleine Tanzgruppe gegründet, die ‚Granny‘, mit der ich verschiedene Auftritte habe.

Zeitweise befasse ich mich auch mit anderen Tanzarten und Bewegungsformen wie Latindance, Pilates,

Taiji, zeitgenössisches Tanzen und Pantomime.

Wenn ich zu einer Musik tanze, die mir gefällt, dann gebe ich mich dieser Musik hin, vergesse alle meine Sorgen, bin körperlich und geistig entspannt und glücklich.

Beruflich bin ich Kosmetikerin, Ernährungsberaterin und Masseurin und arbeite auch freiberuflich für einige Firmen. Weiters arbeite ich auch als Model 60+ bei einer Agentur, mache Modevorführungen und Moderationen. Diese Arbeiten machen mich alle sehr glücklich und ich will keine davon missen. Mein Motto ist: *„Erfreue dich des Lebens so lange wie möglich.“*

E-Mail: s.c.krasny@live.at
www.s.c.krasny.dp24.at



Veronika Kritzer

„Mein Körper liebt es, freigelassen zu werden in eine Bewegung, die nur von Musik, Empfindungen und Emotionen gesteuert wird, vorbei am Verstand und seinen Urteilen, inspiriert und getragen von einer Gruppe Gleichgesinnter. Gemeinsam etwas auszudrücken, das in unseren Frauenkörpern auf ähnliche Weise gespeichert ist, steigert die Intensität und schafft ein tiefes Gefühl von Verbundenheit, das mich trägt, belebt, berührt, stark macht und heiter. 45 Jahre lang war ich schlank wie eine Gerte. Das hat sich geändert und die Irritation über meine neuen Konturen dauerte einige Jahre bis ich nun zutiefst einverstanden bin mit meinem jetzigen Körper.“

Er fühlt sich innen und außen so wunderbar an und er trägt mich, fast ohne Faxen, auf sehr lustvolle Weise durch mein Leben. Ich kann fast alles von ihm haben. Mein Körper ist mein unmittelbarstes Kommunikationsmittel und ich liebe es, in dieser ‚Sprache‘ zu sprechen.

Bj. 1952, 30 Jahre Körpertherapeutin, 3 Kinder, mehrere Männer, Tanz- und Theaterlust seit ich denken kann.“

© Foto Sascha Osaka



© Foto Sascha Osaka

Antonia Lersch

Geburtsjahrgang 1946, ein Mann, drei Kinder, fünf Enkelkinder; ehemaliger Brotberuf u.a. Sozialarbeiterin und Musikschullehrerin, zum Ausgleich Musik, Theater, Tanz, aktiv und passiv sowie textiles Kunsthandwerk mit Schwerpunkt auf praktischem Schmuck; Spezialität Klavierbegleitung von instrumentalen SolistInnen und SängerInnen; Bewegungseinschränkung durch Bandscheibenoperationen; Realisierung von musikkabarettistischen Soloprogrammen = one woman show wie z.B. "Frauen-Liebe und -Leben und andere Zumutungen", "Wiener Bonboniere - Lersch á la carte" d. h. Gesang, Klavier, Bühnenbild, Kostüme und Moderation; Mitglied des Ensembles L.E.O. - Letztes Erfreuliches Operntheater. „Kleine ‚Wiedergeburt‘ am Bewegungssektor durch die AGE COMPANY; Auftritte = Genuss pur, bezeichne mich daher als ‚Rampensau‘, oink, oink!“



© Foto Sascha Osaka

Hortensia Marcu

Geboren 1939 in Temeswar, Rumänien. Ausbildung: Abgeschlossenes Studium der Anglistik am Institut für Germanische Sprachen an der Universität Bukarest, Rumänien, Lebens- u. Sozialberaterin-Ausbildung in Wien. Ist 1983 aus Rumänien ausgewandert und lebt seit 1984 in Wien.

Angestellt 36 Jahre bei der Amerikanischen Botschaft in Bukarest und Wien. In Pension seit 2003.

„Beim Tanz bin ich ein totaler Neuling, aber es macht mir Spaß. Eigentlich bin ich diesem Projekt aus Neugierde beigetreten. Ich wollte sehen, ob ich ‚kreativ‘ sein kann und siehe da, wenn man sich anstrengt, ist man zumindest ein wenig kreativ. Eigentlich bin ich ja eher ein ‚Kopfmensch‘, aber Bewegung hat mir immer Spaß gemacht und tut es nach wie vor.“

Sonstige Interessen: Lesen, Sprachen lernen, klassische Musik, Jazz hören, kochen, menschliche Kommunikation.

Saskia Pauls



„Ich bin 1953 in Wien geboren und habe mich immer gerne und viel bewegt (Turn- und Schwimmverein) aber auch in meinem Beruf als diplomierte Physiotherapeutin.

Nach der Geburt meiner Töchter machte ich komplementärmedizinische Ausbildungen u.a. craniosacrale Therapie, Edukinesthetik. 1992 lernte ich Aliou Dieme bei einer Veranstaltung für Kinder im Völkerkundemuseum kennen. Im Sommer danach besuchte ich einen - mich nachhaltig beeindruckenden - dreiwöchigen Tanzkurs bei ihm im Senegal in der Casamance. Kurz danach – ich wollte etwas mit Tanzen weitermachen –

begann ich bei Wilfried Gürtler eine Tanz- und Ausdruckstherapieausbildung. Es folgten diverse Kurse wie Bauchtanz, authentic Movement, Kontaktimprovisation, Tangotheater, um mein Bewegungsrepertoire zu vergrößern.

Habe außerdem an Kursen und Sommerakademien teilgenommen, um meine bildnerische Ausdrucksfähigkeit zu verbessern.

Seit 2001 arbeite ich auch als „künstlerische Wunscherfüllerin.“

www.saskia-pauls.com

Sigrid Prihoda



© Foto Sascha Osaka

„Jahrgang 1943, bunte Kindheit in Wien und Kahlenbergerdorf mit vier Brüdern ...

Erst Sprachstudium, dann Kunstgeschichte u. Archäologie, Dr. phil. - spürt sich an wie trockenes Brot. In den 1980er Jahren, nach 2 Söhnen u. der Trennung von meinem Mann beginne ich von vorne, diesmal in Richtung Körper-Arbeit. Wir gründen die ‚Beratungsstelle für natürliche Geburt‘ (heute ‚Nanaja‘), ein Bewusstwerdungsprozess überrollt uns Frauen u. folglich auch die Spitäler. Ich wende meine neuen Schulungen an: Reflexology, Bioenergetik,

Gesang, Polarity mit Eva Reich, Cranio Sacral Osteopathie, holotropes Atmen mit Stan Grof, Maskenbau- und Spiel, Rhythmus mit Reinhard Flatischler, etc. Seit 1993 tägliche Meditation (Raja Yoga), es öffnen sich neue Dimensionen. Freie Aufstellungen und ‚The Journey‘ als vorläufig letzte Werkzeuge zur Erforschung des menschlichen Wesens.

Damals erschien es mir wie ein fortwährender Neuanfang. Jetzt sehe ich: es war ein ziemlich konsequenter Weg - angetrieben durch endlose Neugierde - immer wieder auch in die richtige Richtung, wie ein hopsiger Tanz durchs Leben. Ich bin zufrieden. Allerdings: mich vor fremden Menschen ‚aufführen‘ macht mir insgeheim Angst, die ich gerne hinter mir ließe ...“



Auguste Reichel

MAS, St. Pölten, geb. 1948, verheiratet mit René Reichel, 3 Söhne.

Psychotherapeutin, Supervisorin, Lehrtherapeutin für Integrative Therapie und Bewegungstherapie an der Donau Universität Krems, Department für Psychosoziale Medizin und Psychotherapie, seit 1978 Lehrende für Kreativen Tanz, Lehrgänge in Zusammenarbeit mit der NÖ. Landesakademie, Autorin von „Tanz dich ganz“, Ökotopiaverlag, Leitung und Regie von Bewegungstheater und Tanzprojekten in St. Pölten:

„vib - visionen in bewegung“. Näheres unter www.reichel-reichel.at

„Man muss noch Chaos in sich haben, um einen tanzenden Stern zu gebären ...“ (Nietzsche)

„Tanzen ist Lebenslust. Wie wird die Fülle des Lebens erfassbar? Wie lässt sich Leben ausdrücken? Jede/r trägt den Tanz in sich. Der Kreative Tanz gibt mir und Menschen jeden Alters Möglichkeiten, dieser Lebens-Fülle Form zu geben.“



Ilse Stadler

Geboren in Horn, Handelsschule, 13 Jahre bei internationalem Konzern in Wien beschäftigt. 1989 - dato bei „arge region kultur“ für regionale Bildungs- und Kulturarbeit angestellt. Initiierung und Organisation von Kunst-, Kultur- und Tanzprojekten im Waldviertel, z.B. Horner Tanzwochen, Frauen-Kunst-Tage, Metaffa Tanztheater. Von 1995 bis 2006 wurden unter der künstlerischen Leitung von Guillermo Horta zehn Stücke erarbeitet. Organisation von Tanzworkshops mit renommierten TanzpädagogInnen und ChoreographInnen wie Koffi Kôkô, Guillermo Horta, Nicole Berndt-Caccivio, Rusty Lester, Editta Braun, Johannes Randolf.

© Foto Sascha Osaka

Weiterbildung: Gesundheitsgymnastik, Integrative Tanzpädagogik, LIMA - SeniorInnentraining, Franklin-Methode. Als Kursleiterin in allen diesen Bereichen in Gföhl und Langenlois tätig. Schriftführerin beim Verein „Langenlois Kultur“; Obfrau des Vereins „TanzTraum“ - Verein zur Förderung des zeitgenössischen Tanztheaters im Waldviertel. „Mein Wunsch ist, mit Gleichgesinnten an Kunst- und Kulturprojekten mitzuwirken, die nicht unbedingt ‚mainstream‘ sind, vielleicht neue Sichtweisen eröffnen, neugierig und natürlich auch Spaß machen sollen.“

Die AGE COMPANY

ist ein gemeinsames Projekt von „alters.kulturen. Verein für kreative Lebensgestaltung“ und der „arge region kultur“.

Zwei tanzwütige Menschen, Nora Aschacher und Ilse Stadler hatten nahezu zeitgleich dieselbe Idee: zeitgenössische Tanz Performance mit Menschen um und über 50.

Das Projekt versteht sich langfristig als generationenübergreifend und interkulturell. Europäische und internationale Beispiele von erfolgreichen „Old Age“-Companies, die unter professioneller künstlerischer Leitung zeitgenössische Tanzstücke erarbeiten, waren Orientierungspunkte.

Die Produktionen werden in Form von inoffiziellen Werkstatt-Aufführungen oder von öffentlichen Performances gezeigt.

„Richtungswechsel“ ist die erste zeitgenössische Tanz Performance der AGE COMPANY.

Wenn Sie bei uns mitmachen wollen:

Nora Aschacher: nora.aschacher@chello.at

Ilse Stadler: argeregionkultur@utanet.at

alters.kulturen. Verein für kreative Lebensgestaltung

ist ein informeller Think Tank, der von Nora Aschacher und Elisabeth Nöstlinger gegründet wurde.

Zielsetzungen:

- die derzeit gängigen Altersbilder zu hinterfragen,
- neue Lebensentwürfe für älter werdende Menschen aufzuzeigen,
- zusätzliche realistische, moderne Altersbilder zu konzipieren,
- das individuelle kreative Entwicklungspotential zu erkennen, zu stärken und auszuleben, um Träume zu verwirklichen, Alterskarrieren zu entwerfen, Freiräume zu nutzen, einen Neubeginn zu wagen ohne dabei die Begrenzungen durch das Alter aus dem Auge zu verlieren,
- eigene Erfahrungen, eigenes Wissen zu vertiefen und weiterzugeben,
- gegen die gesellschaftliche Ausgrenzung älter werdender Menschen aufzutreten und aktive gesellschaftliche Partizipation zum Thema zu machen, denn:

In den kommenden Jahrzehnten wird der Anteil der über 60-Jährigen an der Gesamtbevölkerung in Österreich um ca. 40 % zunehmen und der künftige Wohlstand wird auch von der Kreativität und Innovationsfähigkeit der älteren Generation abhängen.

arge region kultur

Die arge region kultur (ark) leistet derzeit in vier strukturschwachen Regionen in Österreich (Waldviertel/NÖ, Mühlviertel/OÖ, Südkärnten-zweisprachig, Wagrain/Sbg) regionale Bildungs- und Kulturarbeit. Die MitarbeiterInnen der ark ermutigen Menschen zur Mitgestaltung ihrer sozialen Umwelt und erproben dabei neue Formen basisorientierter Bildungs- und Kulturarbeit. Es geht dabei u. a. um die Vielfalt und Verschiedenheit von Aktivitäten und ZIELGRUPPEN.

Die kulturelle Bildung der ark zielt auf Projekte, bei denen es um die Förderung eigener künstlerisch-kreativer Aktivität geht und darauf, eine aktive Auseinandersetzung in den Gemeinden mit Kunst bzw. KünstlerInnen zu gestalten. Weiters ist es Ziel, die Auseinandersetzung der jeweiligen Lebensrealität mit Kultur zu fördern. Im Bereich künstlerisch-kreativer Eigenaktivität geht es um die kompetente und zeitgemäße Vermittlung von Techniken, vor allem in Gruppenprozessen, bei denen gleichzeitig sehr unterschiedliche individuelle Entwicklungsniveaus berücksichtigt werden und individuelle Umsetzungsschritte ermöglicht werden.

argeregionkultur@utanet.at

„Altern ist wie ein Tanz auf unebener Erde“

(Gerda Lerner, österr. Historikerin, aus der Zeitschrift „L'homme“)

Die demografische Entwicklung zeigt, dass in den kommenden Jahren immer mehr Menschen immer älter werden. In Österreich wird der Anteil der über 60-Jährigen an der Gesamtbevölkerung um 40% zunehmen. Daher ist es für eine Gesellschaft von grundlegender Bedeutung, den Rahmenbedingungen für das Älterwerden verstärkte Aufmerksamkeit zu widmen, sodass die Menschen in gesicherten sozialen Verhältnissen leben können. Die finanzielle Absicherung wird aber in Zukunft nicht ausreichend sein. Denn es geht darum, diese eigenständige Altersphase so zu gestalten, dass daraus „Lebenszeit“ wird. Es wird daher zu einer gesellschaftlichen Hauptaufgabe gehören, älteren Menschen die Möglichkeit zu geben, ihr eigenes kreatives Potential zu erkennen und auszuleben. Die neue Generation der Alten sieht im Älterwerden neue Freiheiten und sagt sich „wann, wenn nicht jetzt!“, „warum nicht!“, „was können sie mir schon tun!“.

Kreativität ist gefragt

Kreativität ist identitätsstiftend. Internationale Studien belegen den positiven Einfluss von Kreativität auf Gesundheit und Wohlergehen älterer Menschen. In der größten US-Studie über Altern „Successful Aging“ stellten die beiden Autoren Kahn und Rowe 1999 fest, dass die Beteiligung an sozialen und Freizeit-Aktivitäten einer der drei Schlüsselfaktoren für ein „erfolgreiches Altern“ ist. Die US-Studie „The Impact of Professionally Conducted Cultural Programs on Older Adults“ beschäftigte sich erstmals mit den Einflüssen von Kreativität auf ältere Menschen. Die Ergebnisse zeigten: Ältere, die unter professioneller Leitung an kulturellen Aktivitäten wie singen, schreiben und malen teilnahmen, waren bei besserer Gesundheit als die Mitglieder der Kontrollgruppe: sie stürzten weniger,

hatten weniger Hüftverletzungen, geringeren Medikamentenverbrauch, geringere Sehprobleme, sie gingen weniger oft zum Arzt, fühlten sich weniger einsam und litten nicht so stark an Depressionen. In der österreichischen Studie "Sozialkapital bei Senioren - glückliches Altern" (Büro für die Organisation angewandter Sozialforschung, Jänner 2007) wird u. a. die Förderung von Selbstentfaltungsaktivitäten mit sozialer und ökonomischer Produktivität empfohlen.

Kunst ist wie Schokolade für das Gehirn

Diese Erfahrung hat Dr. Gay Hanna vom National Center for Creative Aging, USA, gemacht. Da Kunst und Kreativität nachweisbar einen großen positiven Einfluss auf die Lebensqualität älterer Menschen haben, setzt das US-Center auf kulturelle und künstlerische Aktivitäten der älteren Menschen. „Kunst“, sagt Gay Hanna, „erlaubt uns, jederzeit etwas Neues zu lernen, ermöglicht auch älteren Menschen einzusteigen und sich auszudrücken, unabhängig davon, ob diese Vorkenntnisse haben oder nicht“. Denn das Gehirn ist nicht zwangsläufig auf Abstieg programmiert. Es produziert bis zum Tod neue Hirnzellen und es kann jene Areale aktivieren, die in früheren Jahren nicht benutzt wurden, als eine Art Kompensation für das Älterwerden.

Jede/r ist ein/e TänzerIn

Tanz ist eine der frühesten Kunstformen, eines der ursprünglichsten Ausdrucksmittel. Die Möglichkeit, sich in Form von zeitgenössischer Tanz Performance künstlerisch auszudrücken, wurde bisher von älteren Menschen kaum genutzt. Es passte nicht zu den Klischeebildern, welche die Gesellschaft für ihre älteren MitbürgerInnen vorgesehen hatte. Gleichzeitig kam zeitgenössischer Tanz im Selbstbild der Älteren ebenfalls nicht vor. Das änderte sich erst vor einigen Jahren als 50 bis 80-Jährige zum ersten Mal jene Bühnen betraten, die ProfiTänzerInnen bereits im Alter von 35 verlassen hatten. Sie wollten weder Salsa noch Walzer oder SeniorInnentänze vorführen, sondern sich als aktive KünstlerInnen im Bereich zeitgenössische Tanz Performance öffentlich präsentieren. „Und wer will euch sehen?“, „Habt ihr nicht Angst, euch lächerlich zu machen?“, bekamen die älteren Tanz-PionierInnen häufig zu hören. Inzwischen beweisen europäische und internationale Beispiele, dass auch „Old Age“-Companies künstlerische Bedeutung haben können. Zeitgenössische Tanz Performances erlauben es den AkteurInnen, die eigenen Ressourcen direkt und unmittelbar zu erkennen, das eigene Bewegungsmuster und damit das eigene Handlungsrepertoire zu erweitern, sich Präzision, Ausdruckskraft und Präsenz anzueignen und wiederzugeben. Zeitgenössischer Tanz ist ein Hochleistungstraining für Körper und Geist, fördert soziale Kompetenz, Gedächtnis, Kreativität und Mobilität. Bewegung gibt Selbstbewusstsein.

Wollen Sie bei uns mitmachen:

Nora Aschacher: nora.aschacher@chello.at

Ilse Stadler: argeregionkultur@utanet.at

Eigentümer, Herausgeber und Verleger
© 2009 AGE COMPANY
Redaktion: Dr. Nora Aschacher, Mag. Dieter Berdel
© der Biografien bei den Verfasserinnen
Foto Titelseite: Sascha Osaka
Grafische Gestaltung: Werner Scholz