

Region

Mit Cha-Cha-Cha Parkinson trotzen

Spezielle Tanzkurse in Riehen Tanzen helfe mehr als jede Physiotherapie gegen die Krankheit, sagen die Teilnehmer eines Parkinson-Tanzkurses in Riehen.

Boris Burkhardt

Das Laufen falle schwer, die Motorik werde ungenau, sagt Werner (74): «Man torkelt – viele halten einen für betrunken am helllichten Tag.» Parkinson ist eine Krankheit, über die die meisten Menschen wenig wissen, bis sie ihnen diagnostiziert wird. Auch Werner kannte vor seiner Diagnose vor sechs Jahren nur die zitternden Hände als Symptome von Parkinson-Kranken. Mittlerweile erfährt er am eigenen Leib, wie sehr die Krankheit die Bewegung einschränkt. Aber das Tanzen tut ihm sehr gut. Seit Corona es wieder erlaubt, ist er wie seit Ende 2019 jeden Mittwoch mit seiner Frau Beatrice (65) im Parkinson-Tanzkurs der Tanzlehrerin Nicole Deflorin-Gisler. Werner und Beatrice sind eines von fünf Paaren, die derzeit den Kurs im grossen Saal des Riehener Hauses der Vereine besuchen.

Die Diagnose bekam Rocco (63) vor zwei Jahren. Am Anfang zog er sich komplett zurück; darunter litt auch seine Frau Lis (65). «Zehn Jahre lang wollte Lis einen Tanzkurs machen; und ich habe mich dagegen gewehrt», erzählt Rocco. Jetzt sei er sehr froh darum: «Im Alltag bekomme ich oft keinen Schritt vor den anderen. Aber das Tanzen hilft, die Beweglichkeit zu erhalten.» Auch Thomi (59), der jüngste der Tanzschüler, der von seiner Frau Gisela (57) begleitet wird, konnte vor zehn Jahren nicht mehr laufen, hatte keine Kraft und kein Gleichgewicht mehr. Diagnostiziert wurde Parkinson bei ihm erst ein Jahr später. Mit Fitnessübungen und Physiotherapie versuchte er, seine Kräfte wieder aufzubauen.

«Wir lachen viel»

Tatsächlich war es Thomi, der Nicole Deflorin-Gisler auf die Idee zu diesem speziellen Parkinson-Tanzkurs brachte; die Tanzlehrerin nennt ihn einen «Pionier». Ihres Wissens bietet sie in der Region den einzigen Paar-Tanzkurs für Parkinson-Erkrankte an. Thomi und Deflorin-Gisler kennen sich seit zwölf Jahren, also schon seit vor dessen Erkrankung. «Er brachte mich darauf», erzählt Deflorin-



Tanzlehrerin Nicole Deflorin (in schwarz) bietet spezielle Tanzkurse für Parkinson-Erkrankte und deren Partner an. Foto: Lucia Hunziker

Gisler, «dass die Übungen in seiner Physiotherapie viel mit Tanzschritten gemein hätten». Sie begleitete ihn in eine seiner Therapiestunden und stellte zum Beispiel fest: «Der Wiegeschritt entspricht der Bewegung beim Tango oder beim Cha-Cha-Cha.»

Jeder Tanz habe seine eigenen Herausforderungen: die wellenförmigen Schritte beim Walzer, die abrupten Bewegungen beim Tango, die koordinierte Schrittabfolge bei Lateintänzen. Cha-Cha-Cha eigne sich zum Beispiel gut, um die Bewegung des ganzen Körpers zu koordinieren, sagt Deflorin-Gisler: «Parkinson-Erkrankte haben oft schon Schwierigkeiten, den Arm zu heben oder die Hand aufzutun.» Ihre Methoden hat sie mit dem Riehener Neurologen André Dupont besprochen, bei dem die meisten Schüler Patienten sind.

Hans (83) und Christine (76) tanzen seit 25 Jahren. Vor sechs Jahren bekam Hans seine Diagnose. Noch immer tanzen die beiden in einem der regulären Tanzkurse Deflorin-Gislers; im Parkinson-Kurs fühlen sie sich

bisweilen etwas unterfordert, erklärt Christine. Aber wenn Hans beim Tanzen unter Stress komme, gehe es nicht mehr gut: «Nicole hat unheimlich Geduld mit uns.» Und Beatrice ergänzt, sie und Werni hätten während Corona versucht, sich daheim fit zu halten: «Aber nach zwanzig Minuten war es genug. Hier schauen wir nicht auf die Uhr; das macht die gelöste Stimmung, für die Nicole sorgt. Wir lachen viel.»

«Ich muss den Leuten etwas bieten – die wollen sich oft hinsetzen», erwidert die Angesprochene lachend. Die Tänzer sind sich einig, dass ihr Hobby besser helfe als jede Physiotherapie. Obwohl ein Parkinson-Tanzkurs offiziell nur neun Termine umfasst, setzt ihn Deflorin-Gisler seit Ende 2019 mit denselben Paaren beständig fort. Es ist keine Überraschung, dass die Lockdowns auch für Tanzlehrer eine sehr schwierige Zeit waren. Ein Paar aus ihrem Parkinson-Kurs sprang während der erzwungenen Corona-Pause ab; ein neues kam dazu.

Mit dem Haus der Vereine hat Deflorin-Gisler als Selbstständige mit ihrer Tanzschule Dancing Away aber eine bessere Ausgangsposition als viele Tanzschulen, die schliessen mussten. Inzwischen dürfen auch Paare, die nicht zusammenleben, wieder tanzen; vor einigen Monaten hingegen musste die Tanzlehrerin nach dem Willen des Bundes noch den Nachweis ihrer Tanzschüler verlangen, dass sie mindestens vier von sieben Tagen in der Woche zusammenlebten, um als ein Haushalt zu gelten.

«Positiv denken»

Für Lis bedeutet das Tanzen mit ihrem Mann Rocco in der Gruppe mehr als die richtige Bewegungstherapie: «Der Tanzkurs gibt uns ein ganz starkes Gefühl von Solidarität: Hier schaut niemand blöd, wenn man stolpert.» Musik und Tanz täten auch der gesamten Partnerschaft gut: «Ich muss Rücksicht auf Rocco nehmen und kann mich nicht so schnell bewegen wie sonst.» Werni berichtet, dass er sogar noch Tennis spielen könne. Doch

derzeit hindert ihn ein Ermüdungsbruch im Fuss auch am Tanzen: «Man muss mit der Situation leben lernen. Das Credo lautet: bewegen, bewegen, bewegen – und positiv denken.»

Zum Schluss der Stunde zeigt Deflorin-Gisler ihren Schülern noch ein Foto mit dem typischen Rotstich der Achtziger: «Das junge Mädchen bin ich, und der Mann, mit dem ich tanze, ist mein Grossvater.» Auch er sei an Parkinson erkrankt gewesen, was sie damals natürlich nicht gewusst habe: «Heute bringe ich Leuten mit Parkinson das Tanzen bei.» Auch für Deflorin-Gisler ist der Parkinson-Tanzkurs ein besonderer: «In keinem anderen Kurs erfahre ich so viel Persönliches von meinen Schülern.» Die Krankheit könne sie nicht heilen, sagt die Tanzlehrerin: «Aber vielleicht etwas aufhalten.»

Nicole Deflorin-Gisler bietet ab Januar einen neuen Parkinson-Tanzkurs für Anfänger an. Kostenlose Schnupperkurse sind möglich. Alle Informationen finden Sie unter www.dancing-away.ch.

Europapark bleibt erstmals bis im Winter geöffnet

Rust (D) Zum ersten Mal in seiner fast 50-jährigen Geschichte ist der Europapark auch zwischen der Halloween- und der Wintersaison geöffnet. Dies haben die Betreiber des Freizeitparks in Rust (D) am Montag mitgeteilt. Unter dem Titel «Hallo Winter» wolle man einen «Mix aus schaurig-schöner Gruselzeit und traumhaft-schönen Winterwochen» bieten. Vom 8. bis 26. November würden die Besucher von Hexen mit roten Zipfelmützen und Kürbisfiguren empfangen; zudem lockten geräucherte Mandeln und Glühwein.

Am 27. November starte die Wintersaison und dauere bis und mit 9. Januar 2022, schreiben die Betreiber weiter. Einige Wintershows starteten bereits etwas früher und verzauerten mit Artistik, Tanz und Gesang. (red)

«Breites Testen» berechtigt nicht zu Covid-Zertifikat

Baselland Zur Identifikation von Clustern hat Baselland eine breit angelegte Teststrategie entwickelt. Das Projekt «Breites Testen Baselland» kommt insbesondere in Bildungseinrichtungen zur Anwendung.

Allerdings könnten auf Basis dieser Testergebnisse keine Covid-Zertifikate ausgestellt werden, stellen die Behörden am Montag klar. Voraussetzung für die Ausstellung eines Zertifikats sei, dass die Testabgabe unter Aufsicht einer geschulten Fachperson stattfindet. Zudem müssten die Personaldaten der Testpersonen vollständig erfasst und der Probe eindeutig zugeordnet werden können. Beides sei aber beim Breiten Testen Baselland nicht gegeben, begründen die Behörden den Entscheid. (red)

Glückwünsche

Basel/Riehen Heute gratulieren wir Erika und Herbert Spigri-Buri zum 65. Hochzeitstag sowie Christa und Gerhard Leiber-Kalt aus Riehen zum 60. Hochzeitsjubiläum und wünschen ihnen einen wunderbaren Tag und alles Gute für die Zukunft. (red)

gratulationen@baz.ch

Gastbeitrag

Das Genf-Paradox in der Basler Politik

Mit alten Zahlen aus Genf wird vor einem Ja zum echten Wohnschutz gewarnt. Einem Faktencheck hält die Angstmacherei nicht stand.

Die Mieten der gesetzlich geschützten Wohnungen in Genf sind seit 2008 nur um 4 Prozent gestiegen. Das entspricht in etwa der Lohnentwicklung. Die Bestandsmieten in Basel-Stadt hingegen nahmen in der gleichen Zeit um 16,6 Prozent zu. Am 28. November nun stimmt die Basler Bevölkerung über die Initiative «Ja zum echten Wohnschutz» ab.

Die Gegner dieser Initiative in Regierung, bürgerlichen Parteien und Verbänden zeich-

nen in ihrer Argumentation das Genfer Wohnschutzgesetz als Schreckgespenst. Doch hält dies einem Faktencheck stand?

Die basel-städtische Regierung steht unter enormem Druck der Immobilieninvestoren. Ihr Präsident begründete im Parlament die Ablehnung der Wohnschutzinitiative mit Zahlen aus einem Positionspapier der neoliberalen Denkfabrik Avenir Suisse. Diese Zahlen stammen aus dem Jahr 2000 (!), sind also völlig veraltet.

In diesem Papier wird an Genf beispielsweise eine tiefe Umzugsquote bemängelt. 2019 lag die Umzugsquote in Basel-Stadt jedoch bei 10 Prozent und in Genf bei 9 Prozent. Bemängelt wird auch eine tiefe Sanierungsquote. Der Blick auf die aktuelle Statistik des Bundes zeigt: Im Kanton Genf wurde 2019 pro Kopf zwar nicht so viel in bewilligungspflichtigen Umbau, Erweiterung und Abbruch investiert wie in Basel-Stadt, aber doch mehr als in Zürich oder Zug.

Die Genf-Angstmacherei entpuppt sich bei genauer Überprüfung als nachweislich mehrfach falsch und voreingenommen.

Der Kanton Genf sorgt mit seinem Gesetz für einen echten Wohnschutz. Für die Mieterinnen und Mieter ein Glückssfall. Trotzdem lässt sich auch in Genf mit Vermietung noch immer Geld verdienen. Darum hat auch die Pensionskasse des Kantons Basel-Stadt gerade im letzten Jahr sieben Genfer Liegen-

schaften erworben. Kaufpreis: über eine halbe Milliarde Franken.

Während die Regierung sowie die Immobilienverbände vor untragbaren Genfer Verhältnissen warnen, investiert die Pensionskasse die Anlagegelder des Basler Staatspersonals ebenda. Das ist das Genfer Paradox in der Basler Politik.

Die Realität ist, dass sich auch in Genf eine anständige Rendite erzielen lässt.



Pascal Pfister