

«Wir sind auf dem Weg zu unserer inneren Stärke»

Baden Katharina Barandun tritt mit einer Frauengruppe am Donnerstag, 12. Januar, in der «Stanzerei» auf

VON EMILIANA SALVISBERG

«Der orientalische Tanz steht für Weiblichkeit und pure Lebensfreude», sagt Katharina Barandun. Ausserdem eröffne er Frauen jeden Alters und jeder Figur einen neuen Zugang zu sich selbst, fügt sie hinzu und bindet sich ein Tuch mit klippernden Münzen um die Hüfte. Tagsüber arbeitet sie als Sozialarbeiterin im Bereich Migration/Integration und Gesundheitsförderung. Abends unterrichtet die Ennetbadenerin seit 10 Jahren an verschiedenen Schulen im Aargau und Solothurn den im Volksmund genannten Bauchtanz.

Die 46-Jährige dreht die Musik im Tanzstudio in Baden lauter. Mit vier ihrer Schülerinnen feilt sie an Details eines Schleiertanzes. Er ist Bestandteil der orientalischen Tanzshow.

Grosse Herausforderung

Unter dem Titel «Getanzte Frauengeschichten» hat die orientalische Tanzpädagogin mit elf Frauen aus den Regionen Baden, Olten und Zofingen eine abwechslungsreiche Produktion erarbeitet. Barandun: «Das Projekt ist für jede Frau eine grosse Herausforderung, denn die Tänzerinnen sind gleichzeitig auch Veranstalterinnen.»

Die Gruppe habe die drei Auftritte in Baden, Zofingen und Olten von A bis Z selber organisiert. Die Premiere findet am Donnerstagabend in der Aktionshalle Stanzerei in Baden statt.



Katharina Barandun (Mitte) zusammen mit den Frauen der Showgruppe.

ihre Geschichten über Liebe, Sehnsucht und Lebensfreude die passende Ausdrucksform, Musik und Formation zu finden. Die letzten zwölf Monate übten die Tänzerinnen mittleren bis professionellen Niveaus alleine und in Gruppen.

«Tanzen ist Therapie und Spiel»

Neben dem klassisch orientalischen Tanz werden in der Aufführung auch Elemente aus Flamenco, Hip-Hop, Samba und Modern Dance zu sehen sein. Um Geist, Seele und Herz zu berühren, wird auch auf das gesprochene Wort gesetzt. Die Theaterschaffende Josefine Krumm aus Sarmentorf rundet das Ganze mit passenden Texten ab. Für die technische Umsetzung ist Simon Müri verantwortlich. Der Würenloser Licht- und Ton-Fachmann hat schon Projekte vom Zürcher Opernhaus bis zum Stadttheater Bern betreut.

«Tanzen ist Therapie und Spiel in einem, hilft den ganzen Körper zu lockern, aufgestaute Energien loszulassen und die Seele in beschwingte Harmonie zu versetzen», sagt Katharina Barandun, die wie die anderen Tänzerinnen mit Herzklopfen den Auftritten entgegenfiebert.

«Es ist eine Show, in der sich Tanzkunst, Ästhetik, Temperament und Fantasie verbinden», fasst Projektleiterin Barandun zusammen. Das Fundament seien die persönlichen Geschichten der Frauen. «Durch diesen kreativen, weiblichen und erdigen

Tanz machen wir uns auf den Weg zu uns selbst – auf den Weg zu unserer inneren Stärke.» Barandun unterstreicht, dass der Bauchtanz nichts mit dem heute transportierten und vermarkteten Bild der erotischen Zurschaustellung der Frau zu tun ha-

be. Ursprünglich handle es sich um einen Tanz von Frauen für Frauen. Erlernt hat sie die verschiedenen Tanzarten im Orient, wo sie einige Zeit gelebt hat. Für die Tänzerinnen im Alter von 14 bis über 50 Jahren stand vor allem im Mittelpunkt für

Aufführungen: 12. Januar, 20 Uhr, Aktionshalle Stanzerei Baden; 14. Januar, 20 Uhr, Alass Zofingen und 29. Januar, 17 Uhr, Schwager Theater Olten. Türöffnung eine Stunde vor Beginn. Reservierung: reservation@frauengeschichten.ch

«Ich bin heute wegen der Krankheit 13 Zentimeter kleiner»

Wettingen Tibor Pakoczy lebt mit der schmerzhaften Krankheit Morbus Bechterew.

Seit über 50 Jahren lebt der Wettinger Tibor Pakoczy mit der rheumatischen Krankheit Morbus Bechterew. Trotz dieser Einschränkung ist er aktiv geblieben. Seit seiner Pensionierung kann er sich voll und ganz mit der Malerei beschäftigen.

Die Attikawohnung im Wettinger Lindenhofquartier ist Pakoczys Paradies. Seit 14 Jahren wohnt er hier. «Ich könnte mir kein schöneres Zuhause vorstellen. Ich liebe es, jeden Morgen im Wintergarten einen Kaffee zu trinken und die Zeitung zu lesen», schwärmt er. Auch die Aussicht von der Dachterrasse ist für ihn ein Genuss. Von dort aus kann er die schneebedeckten Alpen sehen.

Schmerzen haben ihn geprägt

Mit seinen 77 Jahren ist der gebürtige Ungare, der seit über 40 Jahren in der Schweiz wohnt, körperlich und auch mental sehr agil. Und ohne seine gebeugte Haltung im oberen Rückenbereich würden die besonderen Umstände bei ihm kaum auffallen. Doch Pakoczy leidet an Morbus Bechterew. Diese Krankheit ist unheilbar und oft sehr schmerzhaft. In manchen Fällen führt sie sogar zur



Malen ist Tibor Pakoczys grosse Leidenschaft. Dabei rücken die entzündlichen Schmerzen des Bechterew in den Hintergrund.

Was ist Morbus Bechterew?

Morbus Bechterew ist eine **rheumatische, schmerzhafte und unheilbare Krankheit**. Entzündliche Prozesse befallen vor allem das Kreuzbein-Darmbein-Gelenk und die Wirbelsäule. Die Zwischenwirbelgelenke verlieren ihre Beweglichkeit, die Bandscheiben und die Bänder können versteifen und verknöchern. Im Extremfall versteift die gesamte Wirbelsäule. In der **Schweiz leiden rund 70 000 Men-**

schen am Bechterew. Es dauert durchschnittlich sechs Jahre von den ersten Symptomen bis zur Diagnose. Die Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew setzt sich unter anderem dafür ein, dass die Krankheit früher diagnostiziert wird. So können Betroffene die **richtigen Therapien** beanspruchen und ihre Lebensqualität verbessern. Bechterew-Diagnosetest unter www.bechterew.ch. (AZ)

kompletten Versteifung der Wirbelsäule. Als Kind und Jugendlicher war Pakoczy sehr sportlich. Mit 25 Jahren machten sich bei ihm plötzlich Schmerzen am unteren Ende der Lendenwirbelsäule bemerkbar. Nachts wachte er wegen der Schmerzen oft auf, war morgens steif und müde und konnte die Schuhe schlecht anziehen. Das Schlimmste aber war die Ungewissheit, was es mit diesen Beschwerden auf sich hatte. Die Diagnose war für ihn ein Schock: «Ich wollte es nicht wahrhaben und bekam grosse Angst», erinnert er sich. Zudem tat ihm das Verdikt «unheilbar» sehr weh.

Schmerzen prägen sein Leben. Die Versteifung schreitet stetig fort. «Durch die gebeugte Wirbelsäule bin ich heute 13 Zentimeter kleiner als früher», sagt er, ohne dabei seine Lebensfreude zu verlieren. Im Wissen, dass Bewegung beim Bechterew äusserst wichtig ist, schloss er sich Anfang der Achtzigerjahre der Therapiegruppe Baden der Schweizerischen Vereinigung Morbus Bechterew an. Heute ist er in der Therapiegruppe Schinznach-Bad aktiv.

Vor sechs Jahren hatte er gesundheitlich die grösste Hürde zu meistern. Beim Tennisspielen (er ist Mitglied des Tennisclubs Wettingen) stürzte er beim Rückwärtslaufen und schlug mit dem Rücken voll auf dem

Boden auf. «Einen kurzen Moment verlor ich das Gefühl in den Beinen und dachte, dass ich nie mehr werde gehen können», erinnert er sich. Zum Glück tangierte der Wirbelbruch das Rückenmark nicht. Mittlerweile habe er sich vom Unfall längst wieder erholt.

Frieden mit dem Bechterew

Schon als Kind hatte der Pakoczy leidenschaftlich gerne gemalt. Seit seiner Pensionierung kann er sich noch mehr mit der Malerei beschäftigen. Wenn er sich intensiv mit den Bildern auseinandersetzt, rückt sein Bechterew weit in den Hintergrund. «Wenn ich male, befinde ich mich auf einer Entdeckungsreise ins Unbekannte. Ich arbeite mit Acryl- und Pigmentfarben. Oft verwende ich auch Fremdmaterial wie Sand, Erde oder Asche», erklärt er.

Durch die Malerei hat er auch seine Lebenspartnerin kennen gelernt. In den letzten 30 Jahren unternahm sie zahlreiche Reisen, gaben gemeinsam Malkurse und führten Ausstellungen durch. Tibor Pakoczy ist mit seinem Leben rundum zufrieden. Dies auch wegen seiner zahlreichen sozialen Kontakte. «Mit dem Bechterew habe ich Frieden geschlossen und ihn angenommen», bekräftigt er. Er hofft nun, dass sein Zustand möglichst stabil bleibt. (AZ)

INSERAT



Bis 12. Februar 2012

Sale 50%

auf eine grosse Auswahl an Markenbrillen*

*optische Fassungen (ohne Korrekturgläser) und Sonnenbrillen (ohne Korrekturgläser)

VISILAB

IHRE BRILLE IN EINER STUNDE

VISILAB SWISS QUALITY LABEL

Die Visilab-Optikergeschäfte in Ihrer Region > Baden: Bahnhofplatz 4 • Spreitenbach: Einkaufszentrum Tivoli