



Eine hilfreiche Medizin: Tanzen Gegen die Krankheit „Parkinson“ gibt es bislang noch keine medikamentösen Mittel

Therapeutische Tanzgymnastik hilft an Parkinson erkrankten Personen.

Foto: David Hinze / Michael Depping

Parkinson ist eine neurodegenerative Krankheit, die sowohl das Nervensystem, als auch die verschiedenen Muskelgruppen befällt. Meist tritt sie zwischen dem fünfzigsten und sechzigsten Lebensjahr auf, doch mittlerweile sind bereits zehn Prozent der Erkrankten unter 40. Zurzeit leben circa 300.000 Personen in Deutschland mit dieser Krankheit. Da kann bei 75 Prozent keine Ursache des Ausbruchs der Krankheit gefunden werden. Die Fakten sind dabei erschreckend.

Wissenschaftler und Ärzte gehen davon aus, dass sich die Zahl der Parkinson-Erkrankten bis zum Jahr 2030 verdoppeln wird. Zudem werden die Betroffenen immer jünger. Und noch immer gibt es keine wirksame Heilmethode gegen die Nervenerkrankung. Was kann man also gegen Parkinson tun?

Eine tatsächliche Heilung von Parkinson gibt es derzeit nicht. Viele Medikamente können die Symptome zwar lindern, aber den stetigen Verfall des Nervensystems nicht aufhalten. Diese Erkenntnis kann für Betroffene eine schwere Belastung sein. Oft werden Erkrankte plötzlich aus ihrem Berufsleben gerissen. Sie verlieren nicht nur von heute auf morgen ihren gewohnten Alltag, sondern müssen sich

gleichzeitig auf völlig neue Umstände einrichten. Eine Überforderung droht. Hier greift „projekt:tanz e.V.“ den Betroffenen unter die Arme. Mit therapeutischer Tanzgymnastik stärkt „projekt:tanz e.V.“ nicht nur die Sensorik der verschiedenen Muskelgruppen, sondern bietet Erkrankten auch eine medikamentenfreie Alternative zur herkömmlichen Behandlung. Es wird sich gezielt mit der Krankheit auseinandergesetzt und hilft, die eigene Wahrnehmung und Mobilität zu verbessern.

Dabei haben zahlreiche Studien den positiven Nutzen von körperlicher Aktivität belegt. Zudem bietet „projekt:tanz e.V.“ bietet noch eine nicht zu unterschätzende Hilfe. Betroffene können sich austauschen. Sie können über eigene Erfahrungen berichten und neue Blickwinkel kennenlernen. So erkennen Betroffene bald: Sie sind nicht allein.

projekt:tanz e.V. wurde im Juni 2015 von der Tanzpädagogin Lena Klein ins Leben gerufen. Im April 2016 folgte die Vereinsgründung. In dieser Zeit konnte Tanz- und Musikpädagogin Soï Anifantis für das Projekt gewonnen werden. Zusammen bilden die beiden das dynamische Duo des Vereins. Ihr Ziel ist die flächendeckende Unterstützung für Parkinson-Er-

krankte in Hamburg und Umgebung. In den letzten Monaten sind weitere Ergotherapeuten und Tanzpädagogen zum Verein gestoßen und erweitern so das Angebot an therapeutischen Kursen. Kontakt zum Verein kann über www.projekttanz.com aufgenommen werden.

Alexander Scherb

Tanzfreizeiten im



Unsere Tanzfreizeiten 2016/17:
„Oktoberfest“ 7.-9.10.
Tanzen und Spielen 6.-11. 11.
Weihnachtsreise 20. -27. 12.
Sylvester 27.12. 16- 3.1. 17
Jahres-Abschluß-Reise
20.12. 16-3.1. 17 ...

Ab Februar 2017 senden wir Ihnen gern unser **Jahres-Tanzfreizeiten-Programm 2017** zu.

Lassen Sie das Jahr 2016 bei uns ausklingen ... **Weihnachten** (Tanzleitung Cläre Stark), und **Silvester** (Tanzleitung Angelika Witt) und die **Jahres-Abschluß-Reise** sind noch buchbar ...

Im Januar/Februar 2017 bieten wir Ihnen attraktive Sonderpreise für Ihre Tanzfreizeit ... Fragen Sie uns!

Information & Anmeldung:
 Hotel Zur Burg Sternberg
 GmbH & Co. KG
 32699 **Extental-Linderhofe**
Telefon (05262) 9440
www.hotel-burg-sternberg.de