

# „Ich kann einfach tanzen“

Seit fast 25 Jahren arbeitet das Blaue Kreuz Schweiz mit dem gesundheitsfördernden und suchtpreventiven Angebot „roundabout“

**L**inda tanzt. Einmal in der Woche, immer am Donnerstagabend, trifft sich die Zwölfjährige aus Saas im Prättigau mit anderen Mädchen im Kirchgemeindesaal. „Wir tanzen eine Stunde“, berichtet sie. Manchmal tanzen alle „einfach so“ zur Musik, aber meistens geht es darum, dass die Gruppe gemeinsam eine Choreographie erarbeitet. Schritt für Schritt

ich habe Spaß.“ So bringt Linda auf den Punkt, was ihr die Gruppe bedeutet. Sie erlebt dort für sich ein Stück Freiheit, genießt auch das anschließende Miteinander bei ein paar Snacks. „roundabout“ tut ihr gut.

Mit diesem Gefühl ist Linda Hansemann nicht allein: Rund 1.600 Mädchen und junge Frauen nehmen das Mädchenspezifische Gesundheitsförderungs- und Präventionsangebot des Blauen Kreuzes Schweiz augenblicklich wahr. Etwa hälftig verteilt sich die Teilnehmerinnenzahl auf „roundabout kids“ (8-11 Jahre) und „roundabout youth“ (12-20 Jahre), dazu kommen ca. 320 ehrenamtlich engagierte Tanzleiterinnen. „Wir sind ein riesiges Netzwerk, eine Community“, sagt Désirée Aebersold. Die nationale Koordinatorin verantwortet von Bern aus konzeptionell und finanziell das große Ganze: die perspektivische Weiterentwicklung, die Standards, das Schulungssystem.

## Niederschwellig und sozial

Die konkrete Ausgestaltung von „roundabout“ erfolgt dezentral. Sie wird kantonal organisiert, das heißt, vor Ort gibt es eine (häufig kirchliche) Partnerorganisation. Dieser kommunale Partner überweist jährlich einen fixen Betrag an den kantonalen Blaukreuz-Verband und stellt in der Regel auch die Räumlichkeiten zur Verfügung. Die Teilnehmerinnen zahlen einen überschaubaren Beitrag in die Gruppenkasse. Wenn es ihnen möglich ist. Denn das Angebot soll in jeder Hinsicht niederschwellig sein – auch sozial und was das tänzerische Vermögen angeht. Jedes Mädchen, jede junge Frau sei eingeladen, so Désirée Aebersold. Und mehr noch: „Ich wünsche mir, dass wir inklusiv auf allen Ebenen sind. Dass wir queere Jugendliche, junge Frauen mit anderen Religionen oder mit physischen und psychischen Einschränkungen willkommen heißen.“



Foto: roundabout Zürich/Glarus

„roundabout“ motiviert Mädchen und junge Frauen zu einem gesunden Lebensstil

entsteht so etwas Eigenes, etwas Besonderes, das den Mädchen gefällt und das sie auf der Bühne und vor Publikum dann auch aufführen. „Ich kann beim Tanzen allen Alltagsstress vergessen, ich kann einfach tanzen,

Einfach glücklich, einfach stark: Bei „roundabout“ können Mädchen ein gutes Körpergefühl entwickeln – und Selbstbewusstsein auch!



Foto: roundabout ZürichGlarus

Die nationale Koordinatorin sieht „roundabout“ hier auf dem Weg. Aus ihrer Sicht ist es wichtig, sich im Diskurs der Auseinandersetzung mit der sozialen Realität zu stellen, „ohne die eigenen Werte zu verlassen oder bedroht zu sehen“.

„WIR MOTIVIEREN ZU EINEM GESUNDEN LEBENSSTIL IN EINER ENTWICKLUNGSPHASE, DIE BESONDERS HERAUSFORDERT.“

In der Struktur des Schweizerischen Blaukreuz-Verbands ist „roundabout“ seit fast 25 Jahren fest als suchtpreventives Angebot verankert. „In einem geschützten Rahmen können Mädchen und Frauen mit anderen Begeisterendes erleben“, sagt Désirée Aebersold. Zu diesem geschützten Rahmen gehört, dass dieser Raum suchtmittelfrei, auch rauchfrei ist. „Wir motivieren zu einem gesunden Lebensstil in einer Entwicklungsphase, die besonders herausfordert.“ Durch das Entdecken und Stärken des eigenen Körperempfindens und des Bewusstseins, dass jeder Körper gleich viel wert und schön ist, wachse das Selbstwertgefühl. Das mache die Heranwachsenden stark, Drogen und Machtmissbrauch ihr „Nein!“ entgegenzusetzen, bewusst Grenzen zu ziehen, sich vor Übergriffen zu schützen. Aebersold: „Die kantonalen Leiterinnen bieten hier Unterstützung an, begleiten und coachen die Freiwilligen mit Herzblut und hoch professionell.“

Physische und psychische Gesundheit, Suchtprevention, Schutz vor Grenzüberschreitungen – das sind große Themen, in denen die „roundabout“-Leiterinnen fit gemacht werden. Jedes Jahr, so die nationale

Koordinatorin, gebe es eine Schulung zu einem übergeordneten Thema. Das sei wichtig, denn die Standards bezögen sich sowohl auf die tänzerische Ebene als auch auf das sozial-emotionale Miteinander und die fachliche Qualifikation.

Gerade was den Schutz vor sexuellen Übergriffen angehe, sei man im engen Austausch mit der Fachorganisation Limita. 2024 wolle man flächendeckend für alle Jugendangebote im Blauen Kreuz mit den Freiwilligen einen Verhaltenskodex abstimmen. Aebersold: „Jede Freiwillige braucht eine Sensibilität.“ Es gelte, genau hinzuschauen auf reale wie virtuelle Räume, die noch nicht sicher seien. „Transparenz hilft.“

#### Tanzen zu „cleaner“ Musik

Neben den Starterkursen und weiteren Schulungsangeboten gebe es für die Freiwilligen weitere Handreichungen: regelmäßige Informationen zu bestimmten Themen, Kontakt zu Ansprech- oder Vertrauenspersonen oder, ganz praktisch, zweimal im Jahr eine Liste mit Songs, „die wirklich clean sind“. Denn die Musik, zu der die Mädchen und Frauen tanzen, kommt aus der Rap- und Streetdance-Szene – und da geht es sprachlich mitunter heftig und ziemlich unkorrekt zur Sache. Deshalb prüfen die kantonalen Leiterinnen nicht nur die Lieder, sondern auch die entsprechenden Videos genau darauf, ob sie frei von Rassismus und Diskriminierung sind, frei von Drogenverherrlichung und Sexismus. »



» „BEWEGUNG MACHT GLÜCKLICH:  
IN DER NATUR, BEIM TIEFEN ATMEN,  
BEIM TANZEN.“

Diesen Anspruch formulieren auch die „roundabout“-Teenies. „In der Musik, zu der wir tanzen, sollen keine Fluchwörter sein“, sagt Linda aus Saas. Die Songs, zu denen ihre Gruppe performt, suchen sie und die anderen meistens gemeinsam aus. Für ein großes Event in Chur tanzten sie zu Musik von Taylor Swift; im Kurs stehen zum Beispiel auch Songs von Lo & Leduc, einem Mundart-Popduo aus Bern. „Dance first, think later“ steht auf einem Shirt, das die Mädchen aus dem Prättigau bei ihren Auftritten getragen haben. Erst tanzen, dann denken – das ist ein Konzept, das tragen kann. „Der Körper lügt nie, er reagiert schneller als unser Kopf“, sagt Désirée Aebersold, die Fachfrau auch für körperintegriertes Coaching ist. „Bewegung macht glücklich: in der Natur, beim tiefen Atmen, beim Tanzen.“ Bei „roundabout“ bieten die gemeinsame Choreographie und die Auftrittsmöglichkeiten den Kindern und Jugendlichen einen durchaus heilsamen Rahmen: „Es entsteht ein Wir, ein Gemeinsames, eine Gruppe.“

Das Blaue Kreuz Schweiz ermöglicht es übrigens auch Jungen und jungen Männern, durch das gemeinsame Tanzen eine Widerstandsfähigkeit gegen Abhängigkeiten jeder Art zu entwickeln. Das Hip-Hop- und Breakdance-Angebot „boyzaround“ ist noch im Aufbau und wird als Pilotprojekt in einigen Kantonen durchgeführt.

*Claudia Irle-Utsch*

Freie Journalistin



Foto: Blaues Kreuz Schweiz

*Désirée Aebersold koordiniert das Angebot von „roundabout“ auf nationaler Ebene*



Foto: privat

*Linda Hansemann (12) tanzt in Saas bei „roundabout“ mit. Beim Tanzen vergisst sie, was ihr im Alltag manchmal Sorgen macht. Sie fühlt sich frei.*

## INTERNATIONAL BLUE CROSS

Das Blaue Kreuz engagiert sich in fast 40 Ländern der Erde. Jeweils mit eigenen Prägungen und spezifischen Herausforderungen, aber immer mit dem Ziel, Menschen ein suchtfreies Leben zu ermöglichen. Das International Blue Cross fungiert dabei als koordinierende Dachorganisation. Es hat seinen Sitz in der Schweiz. BLAU öffnet regelmäßig „Fenster“ in die internationale Arbeit des Blauen Kreuzes. Dieses Mal richtet sich der Blick auf ein bewährtes Präventionsangebot in der Schweiz: „roundabout“. Mehr unter [www.roundabout-network.org](http://www.roundabout-network.org) bzw. [www.blaueskreuz.ch](http://www.blaueskreuz.ch).

