

# Dansen als medicijn

DANSEN EN BEWEGEN VOOR MENSEN MET EEN  
CHRONISCHE ZIEKTE EN MANTELZORGERS



Eerste les gratis  
nadien  
tweewekelijks op  
woensdag

10u - 11u

IEDEREEN DIE GRAAG BEWEEGT IS WELKOM!



samana

samen met



# Kom gezellig mee dansen!



© Nathalie Debaes

Doorheen deze dans-en bewegessessies leggen we de focus op de mogelijkheden die je als persoon hebt om in beweging te komen. Dansen is een medicijn. Je wordt er vitaler, krachtiger en gelukkiger van! Ook muziek speelt een belangrijke rol. In deze dans-en bewegessessies staan plezier, sociaal contact en een gerichte aanpak centraal. Je kan individueel deelnemen of je kan deelnemen met je partner/mantelzorger.

## Even op een rijtje...

### Voor wie?

Voor mensen met een chronische aandoening en mantelzorgers die graag bewegen.

### Waar?

Zaal Don Bosco Buizingen  
(achter de kerk)  
Alsembergsesteenweg 130  
1501 Buizingen (Halle)

Parkeergelegenheid voor de deur. Ook bereikbaar met openbaar vervoer, lijn 153 en 154, bushalte 'Buizingen De Hovenier'.

### Door?

De sessies vinden plaats in kleine groepen, onder begeleiding van dans -en bewegingstherapeute Nadia Denayer

## Vervolgssessies van 10u tot 11u

- Woensdag 06 Maart 2024
- Woensdag 20 Maart 2024
- Woensdag 17 April 2024
- Woensdag 24 April 2024
- Woensdag 08 Mei 2024
- Woensdag 22 Mei 2024
- Woensdag 05 Juni 2024
- Woensdag 19 Juni 2024

### Prijs?

€10 per persoon per sessie

### Hoe deelnemen?

Schrijf je zeker in want de plaatsjes zijn beperkt!

- [nadia@rzijn.be](mailto:nadia@rzijn.be) - [www.rzijn.be](http://www.rzijn.be)

Ervaar je een hindernis bij je deelname?

Vermeld dit bij je inschrijving en we bekijken samen wat mogelijk is.

[www.rzijn.be](http://www.rzijn.be)

