



## LOCATIE

Danstherapie vindt plaats in de kleine zaal van de sporthal van Sint-Kamillus en in een kleine zaal in de polikliniek.

## CONTACTGEGEVENS

Voor meer informatie contacteer:

Veerle Van Nerum

016 452 635

veerle.vannerum@kamillus.broedersvanliefde.be



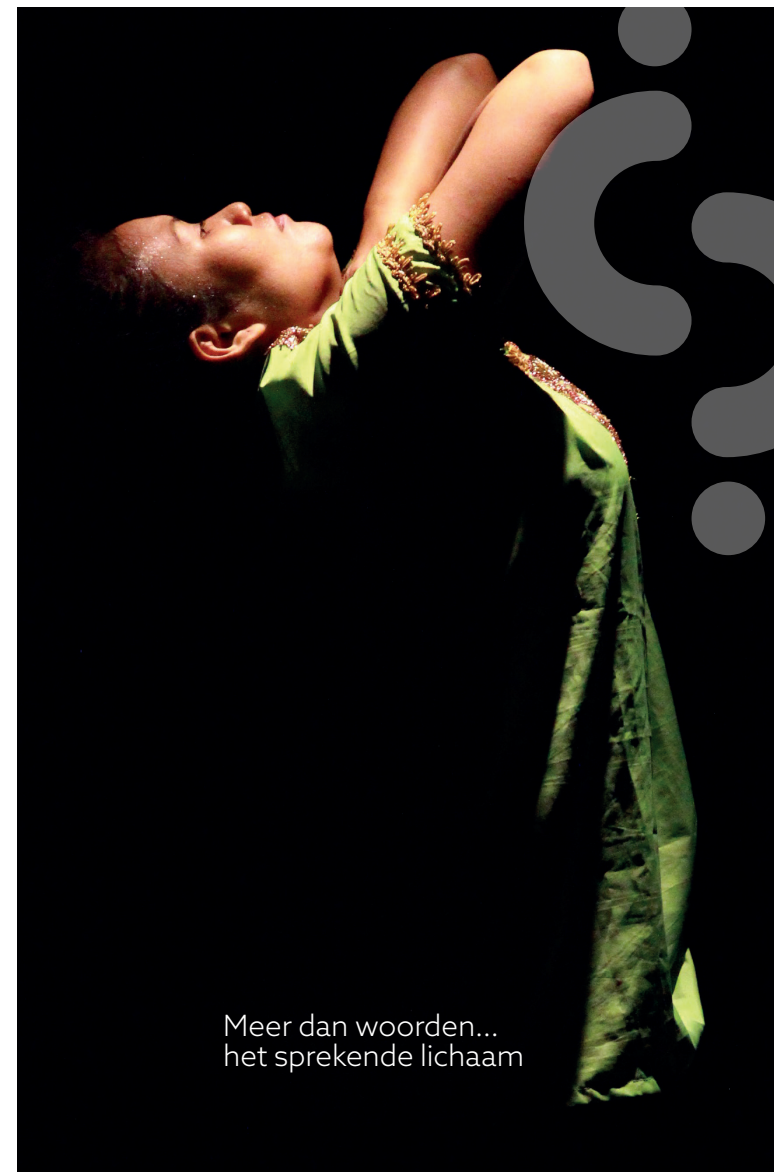
**Bewegingstherapie/  
Pscychomotorisch therapie  
Danstherapie**



**Zorggroep Sint-Kamillus**  
Krijkelberg 1, 3360 Bierbeek  
016 45 26 11

 [WWW.KAMILLUS.BE](http://WWW.KAMILLUS.BE)

 [SINTKAMILLUS](https://www.facebook.com/SINTKAMILLUS)



Meer dan woorden...  
het sprekende lichaam



## WAT IS DANSTHERAPIE?

Danstherapie is een creatieve therapie, waarin je vanuit je eigen willen en kunnen gaat ontdekken hoe jij het liefst en het best beweegt. Deze bewegingen ga je dan stapsgewijs verder ontwikkelen.

Door dans te communiceren op een directe manier. Je lichaam is het instrument en dans is het proces dat je gebruikt om het evenwicht tussen je lichaam en geest te versterken.

Dans is ook een kunstvorm waarbij beweging en emoties samengaan.

## DOELSTELLINGEN

Je eigen creatieve inbreng (jouw muziek en dansstijlen die je leuk vindt) en jouw ontwikkeling staan voorop.

Door te dansen in groep krijg je inzicht in je eigen bewegingen en in die van anderen. Thema's zoals lichaamsbeeld, lichaamsexpressie en lichaamspresentie komen aan bod.

Je kan je eigen mogelijkheden ontdekken, verruimen, grenzen bepalen, je overgeven aan muziek.

## WERKVORM

- Een open module van telkens een uur.
- Het zijn sessies in groep, met oog voor individuele noden.
- Laagdrempelig, loop maar gewoon binnen!

## PRAKTISCHE INFORMATIE

- Draag losse kledij.
- Breng gerust je eigen muziek mee.
- Er is ruimte voor verschillende dansstijlen: house, popping, reggae, modern, klassiek, ...

Wanneer kan je de therapie volgen?

- Op dinsdag op afspraak.