

Bewegen voor iedereen

onder leiding van Andrew Greenwood



Bewegen voor iedereen

onder leiding van Andrew Greenwood

Datum: dinsdag 6 november

Tijd: 10:00 uur

Plaats: ETZ Elisabeth,
Aula, route 73

stimuleren en een gezonde levenswijze aan te houden. Met zo min mogelijk moeite, maar wel met een direct voelbaar effect.

Patiënten die graag willen bewegen zijn dinsdag 6 november welkom in de Aula van het ETZ, locatie ETZ Elisabeth.

Beweging kent verschillende betekenisniveaus: het prikkelt herkenning, stimuleert de fantasie, legt nieuwe verbindingen in de hersenen aan (neuroplasticiteit) en geeft ruimte aan gevoel. Het actief, sociaal, creatief en interactief zijn én zelfreflectie, zijn enkele doelen die wij willen bereiken.

Andrew maakt gebruik van de Switch2Move (S2M) methode. Een methode die zich binnen de 'bewegingskunst' richt op het bevorderen van de gezondheid en het welzijn van de deelnemers. Meer dan alleen bewegingen, combineert S2M dans, lichamelijke beweging en hersenstimulatie door een benadering die innerlijke betrokkenheid koppelt aan fysieke activiteit.

"Ik geloof sterk in de voordelen van dans voor patiënten. Andrew heeft indrukwekkend werk gedaan om deze nieuwe therapeutische interventie in steeds meer landen toegankelijk te maken."

Prof. Bastiaan R. Bloem, MD,
PHD

Op deze manier worden het ritme van het lichaam en de communicatie tussen de systemen hersteld. Dit gebeurt zodanig dat het een gewoonte wordt om de hersenen te

Aanmelden:

Telefoon: (013) 221 20 03

Email: activiteitenzorg@etz.nl

Telefoon

(013) 221 20 03

E-mail

activiteitenzorg@etz.nl

Internet

www.etz.nl

Correspondentie

Postbus 90151

5000 LC Tilburg

ETZ Elisabeth

Hilvarenbeekseweg 60

5022 GC Tilburg

ETZ TweeSteden

Dr. Deelenlaan 5

5042 AD Tilburg

ETZ Waalwijk

Kasteellaan 2

5141 BM Waalwijk