

# Persbericht

Leeuwarden, 1 september 2023

**‘Zelfs de stijfste hark is van harte welkom!’**

## Dans op Recept los op 40 plekken in het Noorden

LEEUWARDEN Op zo’n 40 locaties in Groningen, Drenthe en Friesland gaan de speciale danslessen van Dans op Recept weer van start. „Zelfs de stijfste hark in het park is bij ons van harte welkom, haha!” De stichting geeft dansles aan mensen met Parkinson, niet-aangeboren hersenletsel en chronische pijn. Het nieuwe cursusjaar in Friesland, Groningen en Drenthe staat dus op het punt van beginnen.

In Friesland beginnen vanaf 4 september de danslessen voor mensen met Parkinson, chronische pijn, niet-aangeboren hersenletsel, MS en dementie. De locaties zijn in Heerenveen, Leeuwarden, Bolsward, Dokkum, Franeker, Harlingen, Sneek, Kollum en Wolvega.

Marlien Seinstra is bedenker en directeur van Dans op Recept: een stichting die danslessen geeft aan mensen met Parkinson, niet-aangeboren hersenletsel en chronische pijn. Het nieuwe cursusjaar in Friesland, Groningen en Drenthe staat op het punt van beginnen. „We bestaan in Friesland al zo’n zeven jaar en inmiddels geven we les op zo’n veertig plekken in de noordelijke provincies.”

En iedereen kan dus meedoen. Leeftijd, gender, niveau: ze doen er niet toe. „Het gaat er vooral om dat je je vermaakt en je er beter door voelt. Het is prettig om je even geen patiënt te voelen. En men vindt het erg fijn om onder lotgenoten te zijn. Dat krijgen we vaak van de deelnemers terug”, aldus Seinstra die zelf nog altijd danslessen geeft in Leeuwarden.

Ze vervolgt: „Dans op Recept moet synoniem aan saamhorigheid staan. Daarom sluiten we elke les af aan de koffietafel. Zo worden we nog meer een veilige plek, waar je begrepen wordt. En waar het niet uitmaakt hoe je beweegt, zolang je maar beweegt!”

### Over Dans op Recept

Dans op Recept (winnaar &AWARD2020) is een baanbrekende stichting die dans inzet om het fysieke én mentale welbevinden van mensen met een chronische aandoening te verbeteren. Speciaal opgeleide docenten geven dansles aan mensen met Parkinson, niet-aangeboren hersenletsel en chronische pijn. Meer staat op [www.dansoprecept.nl](http://www.dansoprecept.nl)

Aanmelden voor een gratis proefles kan op [www.dansoprecept.nl](http://www.dansoprecept.nl) of via e-mail naar [administratie@dansoprecept.nl](mailto:administratie@dansoprecept.nl) of bel ons: 06 25 19 00 35.

**Voor uw redactie (en niet voor publicatie):**

Meer informatie en foto's vind je ook in onze **perskit** op onze website.