

# Eindverslag 2022 tot juni 2024



Leeuwarden, 30 mei 2024, Directeur, Marlien Seinstra



# Inhoudsopgave

|                                                                                        |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Inleiding .....                                                                        | 3  |
| Hoofdstuk 1: Overzicht behaalde doelen .....                                           | 4  |
| 1.1 Opsomming algemene doelen Dans op Recept .....                                     | 4  |
| 1.2 Onze reguliere danslessen in Friesland.....                                        | 6  |
| 1.3 Experimenteren en verduurzamen van Danslabs binnen woonzorginstellingen .....      | 9  |
| 1.4 Wetenschappelijk onderzoek .....                                                   | 11 |
| 1.5 Onze dansvoorstellingen .....                                                      | 12 |
| 1.6 Uitbreiding Dans op Recept naar de provincie Groningen en Drenthe en Limburg ..... | 14 |
| Hoofdstuk 2. Overzicht andere activiteiten Dans op Recept .....                        | 17 |
| 3.1 Netwerkbijeenkomsten, presentaties en workshops .....                              | 17 |
| 3.2 Bouwen van duurzame samenwerkingsverbanden in Friesland .....                      | 17 |
| 3.4 PR en communicatie .....                                                           | 20 |
| 3.5 Uitbreiding docententeam en projectteam .....                                      | 22 |
| 3.6 Trainingen en intervisie .....                                                     | 23 |
| 3.7 Meedenkgroep .....                                                                 | 25 |
| Hoofdstuk 4. Dansgezelschap De Leefmeesters .....                                      | 27 |
| 4.1 Samenwerking met verschillende professionele makers uit Nederland .....            | 27 |
| 4.2 De spelers .....                                                                   | 27 |
| 4.3 Tour voorstellingen .....                                                          | 28 |
| Bijlage 1. Overzicht reguliere danslessen in Friesland en aantal deelnemers. ....      | 30 |
| Bijlage 2. Overzicht danslessen Groningen en Drenthe .....                             | 33 |
| Bijlage 3. Overzichten danslabs Friesland en Groningen.....                            | 35 |
| Bijlage 4. Overzicht gegeven workshops en presentaties 2022, 2023 en 2024 .....        | 41 |
| Bijlage 5. Overzicht onderzoek (studenten)projecten gekoppeld aan Dans op Recept ..... | 46 |



## Inleiding

Voor u ligt de inhoudelijke rapportage van Dans op Recept van 2022, 2023 tot juni 2024. Naast het inhoudelijk verslag bieden wij een tussentijds financieel verslag, om inzicht te geven in de kosten en baten van Dans op Recept tussen mei 2022 en juni 2024.

In 2022 werden de coronamaatregelen langzaam versoepeld. Uiteindelijk vervielen de laatste maatregelen in maart 2022. Na de coronacrisis in 2022 kon Dans op Recept weer opstarten met haar danslessen. Omdat we met kwetsbare doelgroepen te maken hebben, zagen we nog veel angst bij deelnemers om deel te nemen aan groepsactiviteiten. Dit heeft invloed gehad op het aantal deelnemers aan onze danslessen in 2022 en 2023. In deze rapportage is te lezen welke lessen er zijn gegeven en hoeveel deelnemers er waren.

In 2022 zijn we gestart met het experimenteren met onze Danslabs in Friesland binnen woonzorginstellingen. Dit bleek een groot succes. In 2023 en 2024 is het aantal danslabs enorm gegroeid en daarmee ook ons aantal deelnemers.

Dans op Recept heeft veel geïnvesteerd in duurzame samenwerkingsverbanden bouwen. In dit verslag is te lezen wie onze nieuwe samenwerkingspartners zijn. Daarnaast hebben we in 2022 de voorbereidingen voor de uitrol van Dans op Recept specifiek voor mensen met Parkinson naar de provincie Groningen, Drenthe en Limburg plaatsgevonden. In april 2023 zijn de lessen in de provincie Groningen op vier locaties gestart. Vanaf september kwamen daar nog drie locaties bij. Vanaf september 2023 zijn we ook gestart in de provincie Drenthe op vijf verschillende.

In 2023 hebben we drie succesvolle voorstellingen in verschillende theaters in Friesland georganiseerd voor onze deelnemers met als thema LE (E) F. In november 2024 zullen weer drie voorstellingen plaatsvinden met onze deelnemers in het theater, met als titel Hier en Nu.

In 2024 hebben we ons eigen dansgezelschap opgericht, De Leefmeesters opgericht. Vanaf januari 2024 startten de repetities en in april 2024 was de première van de eerste succesvolle voorstelling van het gezelschap, *Mijn 24 uur* in de Harmonie in Leeuwarden. Tussen april en november 2024 toert de voorstelling langs 10 verschillende theaters in Noord-Nederland. We zijn heel trots op de oprichting van het eerste inclusieve dansgezelschap van het noorden, want dit was er nog niet.

Wij wensen u veel leesplezier, namens,

Directeur- bestuurder, Marlien Seinstra en Raad van Toezicht: Dieneke Zwiers, Renate Vasterd en Titia van der Ploeg.



# Hoofdstuk 1: Overzicht behaalde doelen

## 1.1 Opsomming algemene doelen Dans op Recept

In 2022 hebben we doelen geformuleerd voor Dans op Recept. Hieronder beschrijven hoe we deze doelen bereikt hebben. Al deze doelen worden later in dit verslag inhoudelijk nog verder beschreven.

### Voor de doelgroep

- **Een bijdrage leveren aan de fysieke, mentale en sociale gezondheid van mensen met een chronische ziekte leveren. Bevorderen van culturele en maatschappelijke participatie van mensen met een chronische ziekte.** Dit doen we door reguliere danslessen en danslabs te ontwikkelen voor mensen met een chronische ziekte en ouderen in het algemeen. Daarnaast maken we voorstellingen met onze deelnemers van de danslessen en met ons dansgezelschap Leefmeesters. Binnen dit gezelschap kunnen geselecteerde deelnemers van Dans op Recept deelnemen aan voorstellingen samen met professionele dansers. Daarnaast brengt het project op persoonlijk vlak van onze deelnemers belangrijke positieve veranderingen teweeg. Dit weten we doordat deelnemers dit persoonlijk vertellen aan de dansdocenten, maar ook uit interviews die we hebben afgenomen onder deelnemers van de danslessen.
- **Landelijke uitrol voor een groter bereik, zodat meer mensen kunnen profiteren van de effecten van Dans op Recept.** We hebben onze danslessen uitgerold naar de provincie Groningen en Drenthe en vanaf 2025 ook in de provincie Limburg.
- **Cultureel aanbod bouwen dichtbij huis.** We zorgen dat we een goede spreiding van ons aanbod hebben per provincie, zodat mensen niet ver hoeven te reizen voor deelname aan de danslessen. De danslab vinden plaats binnen woonzorginstellingen, hierin voorzien we ouderen van cultureel aanbod in hun eigen leefomgeving.
- **Uitbreiding naar nieuwe doelgroepen met een chronische ziekte zodat we meer mensen bereiken.** Met onze externe danslabs ontwikkelen we danslessen speciaal voor nieuwe doelgroepen. We hebben dit in 2023/2024 gedaan voor mensen met chronische longklachten, mensen met MS en mensen met dementie.
- **Voorstellingen ontwikkelen met onze doelgroepen voor publiek.** Meerdere keren per jaar organiseren we dansvoorstellingen in het theater voor deelnemers van onze reguliere danslessen. Met onze voorstellingen stimuleren we gelijkwaardigheid en empowerment: Iedereen verdient een podium, zowel mensen met als zonder een beperking. Kunst gaat over het delen van verhalen. Met onze voorstellingen met onze doelgroepen laten we zien dat iedereen mee kan doen en delen we verhalen binnen een artistieke setting met het publiek

### Voor de zorginstellingen/zorgmedewerkers/overheid/culturele sector

- **Een bijdrage leveren aan de normalisering in de doorverwijzing van zorgprofessionals naar cultuurparticipatie.** Dit doen we door vele netwerkgesprekken te voeren en presentaties en workshops te geven aan zorgprofessionals, zorgorganisaties, beleidsmedewerkers, patiëntenverenigingen etc.



Elk domein en ook de patiënt zelf heeft zijn eigen taal. We moeten elkaar begrijpen in wat we doen en waar we een gezamenlijk belang hebben, namelijk een positieve bijdrage leveren aan mensen met een chronische ziekte. Door te werken aan dit gezamenlijk belang zullen meer mensen worden doorverwezen naar cultuurparticipatie en begrijpt iedereen waarom dit nodig is en wat er (praktisch) nodig is vanuit elk domein. Doordat Dans op Recept samenwerkt met wetenschappelijk onderzoekers, en zorgprofessionals zorgen we dat we de taal van artsen spreken. Door onze meedenk van deelnemers uit de danslessen met een chronische ziekte, die gemiddeld 4 keer per jaar bij elkaar komt, leren we de taal spreken van de patiënt. Daarnaast hebben we een team van 15 dansdocenten die de taal van de werkvloer en de creatieve kant vertegenwoordigen.

- **Stimulering van meer samenwerking tussen zorg en cultuur.** Dit doen we door veel danslabs in te zetten binnen (woon) zorginstellingen. Waarbij zorgmedewerkers actief worden gestimuleerd deel te nemen aan deze danslessen. Daarnaast werken we nauw samen met Revalidatie Friesland in het ontwikkelen van trainingen en intervisie dagen voor het dansdocententeam. En zorgen we dat we veel in beeld zijn bij verschillende zorgprofessionals, zodat ze patiënten doorverwijzen naar onze danslessen.
- **Domein overstijgend werken op inhoud en financiën.** Op het gebied van financiën streven wij naar financiering vanuit het culturele en sociale domein. Echter is dit bij veel gemeenten en provincies nog niet heel gewoonlijk en worden we door deze partijen toch vooral nog gefinancierd vanuit cultuurgeld. Uitzonderingen hierop zijn toekenningen van ZonMW. ZonMW financiert vernieuwing in de gezondheid, zorg en welzijn. Daarnaast worden we ook gefinancierd door Stichting Beatrixoord Noord Nederland, een stichting die projecten financiert die bijdragen aan de revalidatie en re-integratie van mensen met een chronische ziekte. Daarnaast dragen woonzorginstellingen financieel bij aan de danslabs. En natuurlijk de vergoeding van Zorgverzekeraar De Friesland voor de eigen bijdrage voor deelnemers van de Parkinsonlessen voor mensen die een aanvullende verzekering hebben bij de Friesland.
- **Inclusief werken en dit zichtbaar maken voor een groot publiek.** Dit doen we binnen al onze activiteiten. Met ons dansgezelschap willen we daarnaast door middel van onze nagesprekken met het publiek ook vooroordelen rondom chronisch ziek zijn bespreken.

#### Voor de maatschappij

- **Zorgverzekeraars overtuigen van het vergoeden van cultuurparticipatie.** Helaas blijkt het niet gemakkelijk om zorgverzekeraars mee te krijgen in de vergoeding van Dans op Recept. We zijn een relatief kleine partij voor veel groot zorgverzekeraars. We blijven hier echter energie op zetten en hopen ook dat de whitepaper over kunst in de zorg, die onlangs is opgesteld door Arts in health Nederland hier een landelijke beweging in kan brengen. We zijn ook met Arts in health in gesprek om te kijken of zij ingangen voor ons kunnen maken binnen verschillende zorgverzekeraars.
- **Een bijdrage leveren aan de afname van zorgkosten.** We hebben geprobeerd om samen met economen van de Rijksuniversiteit Groningen een onderzoek te starten om een berekening te laten maken van de vermindering van zorgkosten onder deelnemers van Dans op Recept, maar ze durfden dit onderzoek niet aan, omdat ze het te complex vonden. Wel gaat ZonMw hier een groot landelijk onderzoek naar doen in 2024, we zijn zeer in geïnteresseerd in de resultaten van dit onderzoek.



**Alternatief aanbod bieden binnen het medisch en welzijnsdomein.** Wanneer je de diagnose niet aangeboren hersenletsel, Parkinson of een andere chronische aandoening krijgt, wordt vaak het advies gegeven door de arts om in beweging te blijven. Vaak gaan mensen dan in eerste instantie naar een fysiotherapeut omdat dit bekend is. Binnen de fysiotherapie, een zorgtraject, wordt specifiek behandeld op de klachten, is de manier van werken vaak individueel of op apparaten. Binnen een dansles (culturele en sociale setting) voel je je geen patiënt, maar danser, terwijl er net zo goed gewerkt wordt aan de fysieke en mentale gezondheid van de deelnemers. Door onze danslessen aan te bieden, geven we mensen meer eigen regie in op welke manier ze willen blijven bewegen. Ook de deelname van onze dansers aan onze voorstellingen zorgen voor eigen regie.

## 1.2 Onze reguliere danslessen in Friesland

Dans op Recept maakt onderscheid tussen reguliere danslessen en danslabs. Reguliere danslessen vinden plaats op door ons geselecteerde locaties, die wij huren. Deelnemers betalen voor deze danslessen een eigen bijdrage. Onze reguliere danslessen hebben we verdeeld in danslessen voor mensen met Parkinson, danslessen voor mensen met niet aangeboren hersenletsel, danslessen voor mensen met chronische pijn, danslessen voor gemixte groepen.

Danslabs zijn danslessen die we binnen woonzorginstellingen aanbieden in samenwerking met verschillende zorgorganisaties. We bieden danslessen aan in de provincie Friesland, Groningen en Drenthe. We vinden spreiding van onze danslessen over de provincie van groot belang, zodat zoveel mogelijk mensen toegang hebben tot onze lessen. Per week geven we gemiddeld 47 verschillende lessen. In bijlage 1 en 2 is te lezen waar onze lessen hebben plaatsgevonden en hoeveel deelnemers we hebben per jaar. Deelname cijfers fluctueren wel door het jaar, omdat mensen het hele jaar in en uit kunnen stromen binnen onze lessen.

Gemiddeld geven we vanaf 2023 ongeveer 46 verschillende danslessen per week. Het gemiddeld aantal deelnemers van een dansles is circa 10 deelnemers. Ons streven is om hier in de komende jaren 12 deelnemers van te maken. We blijven het hele jaar door investeren in doorverwijzers (vooral zorgmedewerkers) om de groei van het aantal deelnemers binnen de lessen te stimuleren. Ook hebben we geleerd dat lestijden invloed kunnen hebben op het aantal deelnemers. We hebben bijvoorbeeld de danslessen voor chronische pijn in Leeuwarden naar de avond verplaatst, toen kwamen er meer aanmeldingen bij. Stoppen van lessen wegens te weinig deelnemers doen we niet heel snel, omdat we weten dat het starten van nieuwe lessen en nieuwe deelnemers tijd en geld kost. Toch ervaren nog veel chronisch zieke mensen drempels om te gaan dansen of om überhaupt te gaan bewegen. We blijven streven naar meer normalisering van het actief deelnemen aan Dans op Recept door chronisch zieke mensen. Het organiseren van voorstellingen met onze deelnemers en de oprichting van ons eigen dansgezelschap gaan hieraan bij dragen.

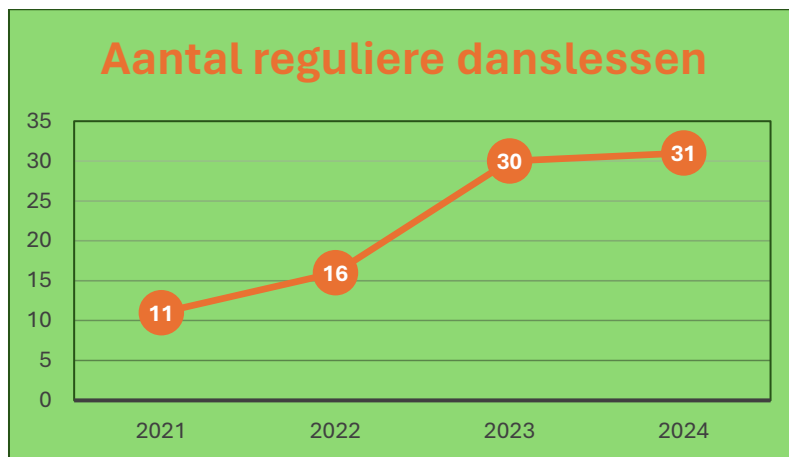
In 2023 hebben we een aantal lessen samengevoegd, waardoor groepen voller zijn en in de toekomst grotere kans hebben om te kunnen blijven bestaan zonder subsidie. In Drachten is de



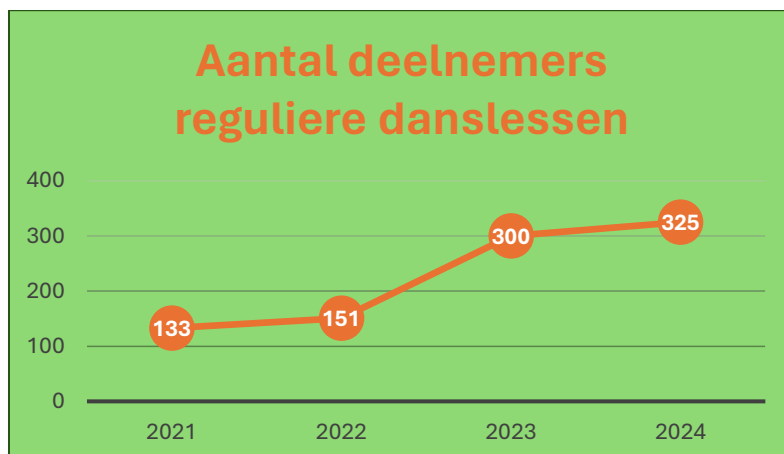
chronische pijngroep samengevoegd met de NAH groep. In Heerenveen en Dokkum is de NAH groep samengevoegd met de Parkinsongroep. Wel wordt eerst goed onderzocht of deze verschillende ziektebeelden en mensen goed bij elkaar passen.

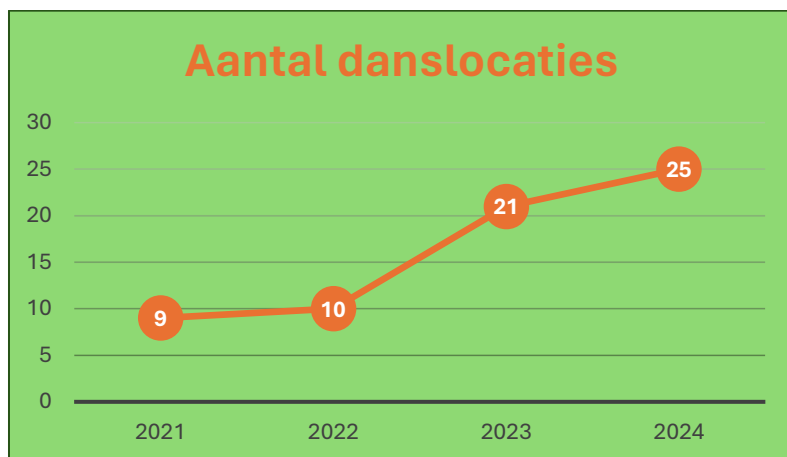
De bijdrage voor de danslessen voor mensen met Parkinson in Friesland zijn €10,00 per les. De eigen bijdrage voor de danslessen voor mensen met chronische pijn en niet aangeboren hersenletsel zijn € 4,50 per les. De eigen bijdrage voor de laatste twee genoemde groepen is januari 2024 naar € 7,50 per les. Vanaf 2025 stijgt deze prijs naar € 10,00 per les.

#### Overzicht reguliere danslessen in cijfers:



Cijfers van 2024 zijn tot juni 2024.





Cijfers 2024 zijn tot juni 2024



Foto: dansles voor mensen met Parkinson in Groningen, 2024



## 1.3 Experimenteren en verduurzamen van Danslabs binnen (woon) zorginstellingen

Vanaf 2022 is Dans op Recept gestart met de ontwikkeling van Danslabs binnen (woon) zorginstellingen. Een Danslab is een lessenserie die binnen een (woon) zorginstelling plaatsvindt voor ouderen die daar wonen of in aanleuningswoningen. Iedereen is welkom, zowel met als zonder rolstoel. De danslabs zijn niet specifiek ziekte gebonden maar gericht op ouderen in het algemeen. Ook nodigen we zorgmedewerkers uit om mee te doen mee aan de danslessen. Deelnemers aan de danslabs hoeven niet te betalen voor de danslessen

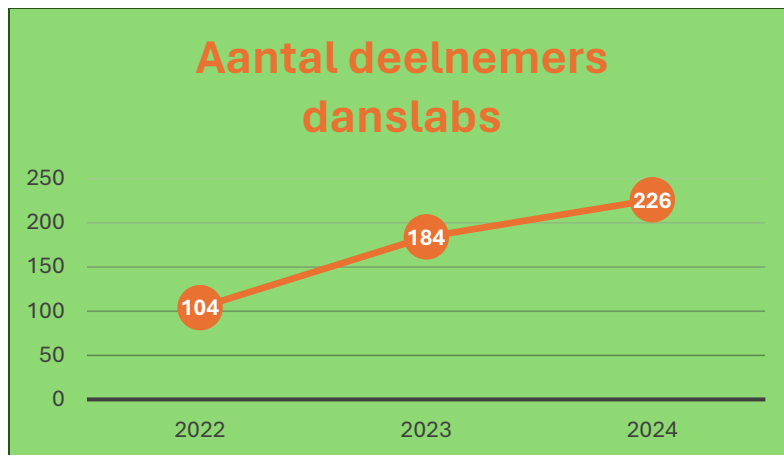
Bij de start in 2022 hebben verschillende zorgorganisaties in totaal 8 danslabs afgenomen, met een totaal van 129 lessen. Voorafgaand zijn meerdere gesprekken met managers en zorgmedewerkers geweest, om financiën en het belang van cultuur binnen de zorgen met elkaar te bespreken. Het inzetten van dans binnen woonzorginstellingen was namelijk zeker niet een normale gang van zaken. De Danslabs worden grotendeels gefinancierd door de zorginstelling zelf. Dans op Recept deed in 2022 en 2023 per danslab een kleine bedrage vanuit subsidiegeld erbij, om de zorginstelling laagdrempelig kennis te laten maken met dans binnen de hun organisatie. De meeste organisaties startten met het inkopen van 10 à 15 danslessen. Omdat de danslabs zo succesvol waren en goed bezocht werden door de bewoners, hebben bijna alle organisaties het aantal danslessen verlengd van 15 lessen naar gemiddeld 35 danslessen. Waardoor er bijna het gehele jaar wekelijks danslessen zijn voor bewoners. Hier zijn wij als Dans op Recept zeer blij mee. Met de groei van het aantal danslabs, is ook het totaal aantal deelnemers van Dans op Recept gestegen, waar we ook zeer trots op zijn.

Vanaf 2024 zijn we gestopt met subsidie toeleggen op de Danslabs, omdat we dit niet langer nodig is. We zagen namelijk dat steeds meer organisaties Dans op Recept wisten te vinden en zelf vroegen om danslabs binnen hun woonzorginstelling te verzorgen. Dit is een prachtige ontwikkeling, omdat we hiermee ons doel behalen, namelijk meer samenwerking tussen de zorg en cultuur.

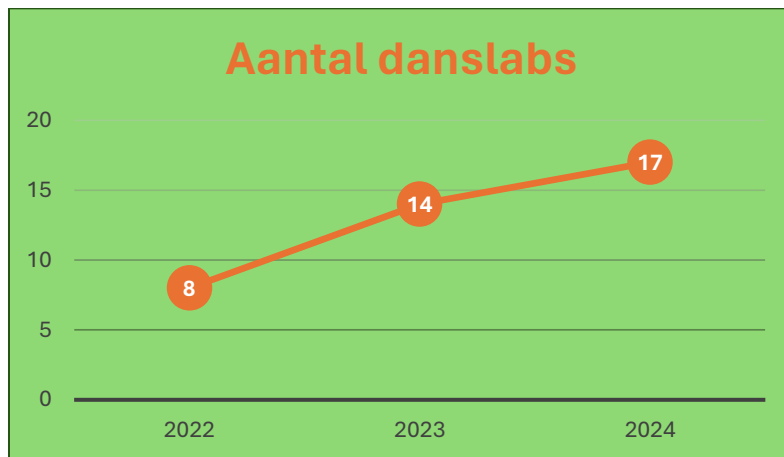
De danslabs vragen van onze dansdocenten wel een andere voorbereiding en lesinhoud dan onze reguliere danslessen specifiek voor een bepaald ziektebeeld. Hier spelen we op in binnen onze trainingen en intervisie bijeenkomsten die we organiseren voor het dansdocententeam. Daarnaast hebben we ook Danslabs ontwikkelt speciaal voor mensen met dementie, op aanvraag van een zorginstelling. Hier hebben we een aantal docenten speciaal voor getraind.



### Overzicht aantal danslabs per jaar in cijfers:



Cijfers van 2024 zijn tot juni 2024.



Cijfers 2024 zijn tot juni 2024.

### Externe danslabs

Naast danslessen binnen zorginstellingen hebben we in 2023 ook externe danslabs opgestart. Dit zijn danslessen buiten de zorg, speciaal voor specifieke ziektebeelden. Om zo ook te kunnen blijven experimenteren met nieuwe doelgroepen. Deze lessen vinden plaats in door ons gehuurde dansstudio's. De deelnemers betalen een eigen bijdrage van € 4,50 per les.

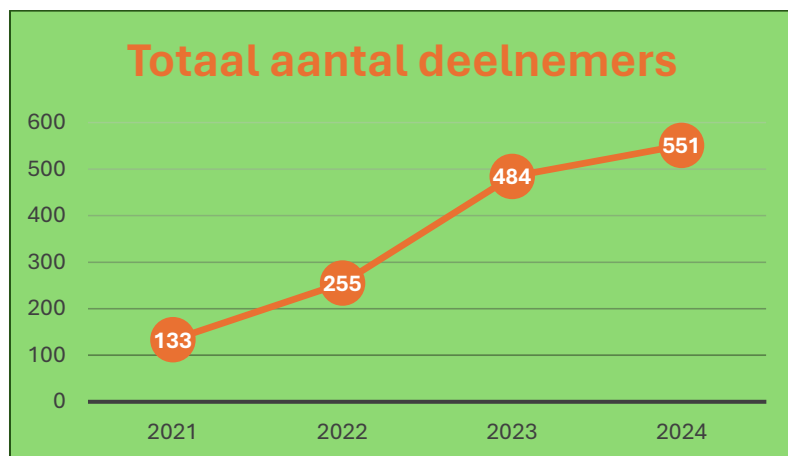
In 2023 hebben we een serie van 10 danslessen speciaal voor mensen met chronische longklachten in Kollum georganiseerd. Dit danslab zou ook worden gestart in Drachten en Leeuwarden, maar helaas was er te weinig animo voor deze danslessen. De doorverwijzing van de fysiotherapeuten die achter de organisatie van deze danslabs zat, bleek niet voldoende. De lessen in Kollum waren een groot succes en zijn vanaf 2023 regulier aanbod geworden van Dans op Recept en vinden nu 35 weken per jaar plaats.

Daarnaast zijn we in mei 2023 in samenwerking met de MS-patiëntenvereniging Friesland een danslab van 10 weken in Leeuwarden speciaal voor mensen met MS gestart. Dit is een zeer succesvol danslab, daarom kreeg het vanaf november 2023 een vervolg met weer 10 lessen.



Vanaf 2024 wordt deze les samengevoegd met de NAH dansles in Leeuwarden als reguliere danslesaanbod van Dans op Recept. Vanaf eind 2024 gaan we weer nieuwe externe danslabs ontwikkelen, deze keer in samenwerking met Revalidatie Friesland voor jongeren en kinderen van Lyndenstein.

Met de komst van de danslabs is het totaal aantal deelnemers van Dans op Recept gegroeid.



Cijfer van 2024 zijn tot juni.

## 1.4 Wetenschappelijk onderzoek

Eind 2022 heeft Wya Feenstra vanuit Revalidatie Friesland onderzoek gedaan naar de effecten van de danslessen voor mensen met NAH en chronische pijnklachten op pijn, vermoeidheid, kwaliteit van leven, zelfvertrouwen en maatschappelijke participatie. Halverwege 2022 raakte de betrokken onderzoeker vanuit Revalidatie Friesland chronisch ziek, waardoor het onderzoek stil kwam te liggen. Streven is dat eind 2024 de onderzoekresultaten alsnog worden uitgewerkt.

Naast dit onderzoek hebben meer dan 11 verschillende studenten vanuit verschillende afstudeerscripties uiteenlopend onderzoek gedaan naar de danslessen van Dans op Recept. In bijlage 5 is een overzicht te vinden van alle onderzoeken en de resultaten van deze onderzoeken. Daarnaast heeft het instituut voor positieve gezondheid in samenwerking met het LKCA grootschalig onderzoek gedaan naar de effecten van Dans op Recept. De resultaten van dit onderzoek zijn te lezen in het onderzoek *Kunst als Verwondermiddel*. De link naar dit onderzoek is te vinden in bijlage 5. Daarnaast heeft de KWINK groep in 2024 in opdracht van het Fonds voor Cultuurparticipatie onderzoek gedaan naar de effecten van Dans op Recept. Dit rapport zal binnenkort verschijnen.

Omdat er de afgelopen veel tijd veel onderzoek is geweest naar Dans op Recept zijn we aan het kijken wat voor vervolgonderzoek we in de toekomst willen uitvoeren. Wij zijn niet van mening dat we nog meer bewijsmateriaal moeten leveren over de positieve werking van kunst binnen de zorg. Momenteel zijn er gesprekken met dr. Johan Kolsteeg, verbonden aan de Rijksuniversiteit Groningen en de afdeling arts in Health om gezamenlijk te onderzoeken wat voor nieuw onderzoek we vanaf 2025 willen opzetten.



## 1.5 Onze dansvoorstellingen

Het plan was om met de NAH/CP groepen 1 grootschalige voorstelling te organiseren in het theater. We hebben besloten om dit niet te doen, maar om kleinschalige voorstellingen met al onze doelgroepen te maken in het theater. Dit paste na overleg met de deelnemers beter bij deze doelgroepen. In 2023 heeft Dans op Recept drie voorstellingen georganiseerd in het theater voor deelnemers van verschillende danslocaties. De ervaring van optreden in een echt theater is een bijzondere en vaak nieuwe ervaring voor onze deelnemers. Daarnaast konden op deze manier deelnemers ook optredens van andere dansgroepen bekijken, wat erg verbindend werkte. In totaal hebben we 144 deelnemers van onze danslessen deelgenomen aan de voorstellingen en hebben we in totaal hebben met de drie voorstellingen 300 man publiek bereikt waaronder veel zorgprofessionals, familie en vrienden en mensen uit de doelgroep met een chronische ziekte.

Het thema en de titel van alle voorstellingen was (LE(E)F. Elke voorstelling sloten we af met een dansworkshop met het publiek op het podium. De voorstelling waren een groot succes, deelnemers en publiek waren zeer enthousiast, ontroerd en verrast. In november 2024 zullen weer drie nieuwe voorstellingen plaatsvinden met onze deelnemers, deze keer in Het Posthuis in Heerenveen, De Lawei in Drachten en Stadsschouwburg de Harmonie in Leeuwarden. De titel van de voorstellingen is Hier en nu! Ook hier zullen weer verschillende dansgroepen van verschillende locaties bij elkaar worden gebracht in het theater.

Van de voorstelling hebben we beeldmateriaal laten maken, zie hieronder de link naar het beeldmateriaal:

Drachten: <https://youtu.be/HtjN2cdqmf0> en <https://youtu.be/frR-LJfBEY>

Leeuwarden: <https://youtu.be/dhznzocIRBtE>

Sneek: <https://www.youtube.com/watch?v=OOoSr4HveJY>

### **Voorstelling LE ( E )F Leeuwarden**

Datum: 15 april 2023

Locatie: Stadsschouwburg De Harmonie

Tijdstip: 19.30 tot 21.15 uur

Aantal deelnemers: 70

Aantal publiek: 200 (uitverkocht)

Programma:

Optreden dansgroep De Dames uit Leeuwarden o.l.v. Marlien Seinstra

Solo van Vera Mulder met chronische pijn o.l.v. Miranda van Toor

Dansgroep voor mensen met Parkinson uit Frankeren en Harlingen o.l.v. Trudi Nolte

Dansgroep ZuidOostZorg uit Drachten o.l.v. Trudi Nolte

Dansgroep niet aangeboren hersenletsel uit Leeuwarden o.l.v. Trudi Nolte

Dansgroep voor mensen met Parkinson uit Leeuwarden o.l.v. Marlien Seinstra

Workshop dans voor het publiek onder leiding van Marlien Seinstra en Trudi Nolte



### **Voorstelling LE ( E )F Drachten**

Datum: 20 mei 2023

Locatie: Schouwburg De Lawei

Tijdstip: 10.30 tot 12.00 uur

Aantal deelnemers: 42

Aantal bezoekers: 60

Programma:

Dansgroep voor mensen met Parkinson uit Drachten o.l.v. Miranda van Toor

Dansgroep voor niet aangeboren hersenletsel en chronische pijn uit Drachten o.l.v. Miranda van Toor

Dansgroep chronische pijn uit Heerenveen o.l.v. Trijntje de Vries

Gedicht deelnemer chronische pijn o.l.v. Trijntje de Vries

Solo accordeon spel

Solo danser met MS

Solo van Vera Mulder met chronische pijn

Spoken word van Femke Weltevreden met chronische pijn

Dans workshop voor het publiek onder leiding van dansdocenten Trijntje de Vries en Miranda van Toor.

*Foto: flyer voorstelling LE( E ) F, 2023*



Dansgroep voor mensen met niet aangeboren hersenletsel o.l.v. Niels van der Wal



Dansgroep voor mensen met niet aangeboren hersenletsel uit Leeuwarden o.l.v. Trudi Nolte  
Solo danser met MS  
Solo van Vera Mulder met chronische pijn  
Spoken word van Femke Weltevreden met chronische pijn  
Dans workshop met het publiek onder leiding van dansdocenten Trudi Nolte en Niels van der Wal

## 1.6 Uitbreiding Dans op Recept naar de provincie Groningen en Drenthe en Limburg

In 2022 zijn we gestart met het voorbereiden van de uitrol van Dans op Recept specifiek voor mensen met de ziekte van Parkinson naar de provincie Groningen en Drenthe. Vanaf april 2023 zijn er in de provincie Groningen in de stad Groningen, Hoogezand, Leek en Appingedam danslessen gestart. Vanaf september startten ook danslessen in Winsum en Winschoten. De opkomst bij de start van het aantal deelnemers was groot. Vanaf september zijn ook de danslessen in de provincie Drenthe gestart op de volgende locaties: Roden, Emmen, Meppel, Zuidlaren en Assen. Naast reguliere danslessen zijn er ook twee danslabs gestart in de provincie Groningen van beide een serie van 10 danslessen.

Daarnaast worden momenteel de voorbereidingen getroffen om samen met dansgezelschap Sally Dans op Recept in Limburg uit te rollen. We zijn daar in de fase van subsidieaanvragen indienen. Doel is dat de danslessen in Limburg op vijf locaties starten van januari 2025.

De kosten voor de danslessen voor mensen met Parkinson in Groningen en Drenthe zijn € 4,50. We houden de eigen bijdrage aan de start laag, omdat we nieuwe deelnemers financieel laagdrempelig de kans willen bieden iets nieuws te proberen. Deze eigen bijdrage stijgt vanaf september 2024 in Groningen en Drenthe naar € 7,50 per les. Vanaf 2025 stijgt deze prijs naar € 10,00 per les.

Er zijn twee projectteams gestart in Groningen en Drenthe. Het projectteam van Groningen bestaat nu uit een medewerker van Kultuurloket (stichting Vrijdag) een beleidsmedewerker leefbaarheid en/of een beleidsmedewerker cultuur van de provincie Groningen, een dansdocent en fysiotherapeut gespecialiseerd in Parkinson verbonden aan fysiotherapiepraktijk De Roef, een revalidatie arts Francien van Nispen werkzaam bij het Martini Ziekenhuis, Jolanda Fritsma van Zorgbelang Groningen, projectleider landelijke uitrol van vanuit Dans op Recept, een medewerker van het Zorginnovatieforum en een medewerker van Punt voor Parkinson.

Het projectteam van Drenthe bestaat nu uit een medewerker van K&C, een beleidsmedewerker leefbaarheid en/of een beleidsmedewerker cultuur van de provincie Drenthe, een dansdocent en fysiotherapeut gespecialiseerd in Parkinson verbonden aan fysiotherapiepraktijk De Roef, een revalidatiearts werkzaam bij Wilhelmina Ziekenhuis, Zorgbelang Drenthe, projectleider landelijke uitrol van vanuit Dans op Recept, een medewerker van het Zorginnovatieforum en een medewerker van Punt voor Parkinson.

Deze projectteams zijn in de opstartfase een aantal keer bij elkaar gekomen om gezamenlijk dit project tot een succes te maken. We hebben geïnventariseerd wat er al is op het gebied van zorg/welzijn/cultuur initiatieven binnen de regio is en waar mogelijkheden zijn tot samenwerking.



Het team heeft geïnterviewd of de juiste partijen zijn aangehaakt en hoe we de doelgroep in de danslessen krijgen.





Foto: danslab Ureterp met Eva Thoman, 2022



## Hoofdstuk 2. Overzicht andere activiteiten Dans op Recept

### 3.1 Netwerkbijeenkomsten, presentaties en workshops

Dans op Recept heeft ervoor gekozen niet zelf netwerkbijeenkomsten te organiseren, maar aan te sluiten bij bestaande netwerkbijeenkomsten in het veld op het gebied van cultuur, zorg, sociaal domein. In de praktijk blijkt dit veel beter te werken dan zelf bijeenkomsten te organiseren. Veel al worden we gevraagd, soms zorgen we dat we op het programma komen van bestaande bijeenkomsten die belangrijk voor ons zijn.

Naast bijeenkomsten investeren we zeer veel in netwerkgesprekken met onze doorverwijzers en inkopers zoals zorgaanbieders, zorgprofessionals, culturele instellingen, fondsen, gemeenteambtenaren en ambtenaren van de drie noordelijke provincies, beide op het gebied van cultuur en het sociaal domein. En ook met welzijnsorganisaties, het onderwijs en patiëntenverenigingen. Tijdens deze bijeenkomsten geven we zoveel mogelijk workshops om iedereen te laten ervaren wat we binnen de danslessen van Dans op Recept doen en wat dans met je lichaam en geest doet. In bijlage 4 is te lezen voor welke partijen we dansworkshops en presentaties hebben gegeven. Het aantal workshops is stevig gegroeid de afgelopen jaren.



De workshop van 2024 zijn verwerkt tot juni.

### 3.2 Bouwen van duurzame samenwerkingsverbanden in Friesland

Dans op Recept heeft een zeer groot netwerk aan de achterkant dat we voorzien van informatie rondom Dans op Recept, te denken valt aan huisartsen, gezondheidscentra, fysiotherapeuten, welzijnsorganisaties, gemeenten om doorverwijzing naar onze danslessen van chronisch zieken te stimuleren. Daarnaast heeft Dans op Recept met verschillende organisaties duurzame samenwerkingsverbanden gebouwd. Met de volgende partijen heeft Dans op Recept in 2022/2023 langdurige samenwerkingsverbanden voor de komende jaren gebouwd.

1. SALLY dansgezelschap Maastricht: Dans op Recept heeft een samenwerkingsverband gebouwd voor vier jaar vanaf 2022 tot 2026, waarbij SALLY en Dans op Recept gezamenlijk een inclusief dansgezelschap gaan bouwen voor het noorden. Daarnaast



helpt Dans op Recept Sally om danslessen voor mensen met Parkinson in de provincie Limburg uit te rollen onder de naam van Dans op Recept. Deze afspraken zijn in een samenwerkingsovereenkomst vastgelegd. Vanaf 2024 zullen de danslessen in Limburg gaan plaatsvinden in 2023 worden hiervoor de voorbereidingen gedaan.

2. Revalidatie Friesland: Dans op Recept werkt sinds 2020 samen met Revalidatie Friesland. De samenwerking heeft de afgelopen jaren tussen beide partijen een uitwisseling van expertise en leerprocessen op gang gebracht. Belangrijk binnen de samenwerking is dat Dans op Recept geen zorgtraject is, maar een verankering van cultuurparticipatie in de zorg. Revalidatiearts Wya Feenstra en manager Peter Tammeling zijn als vertegenwoordiger van Revalidatie Friesland onderdeel van het projectteam van Dans op Recept. Hierdoor zijn de lijnen kort, is er ruimte voor dialoog en leren we snel van elkaars werkwijzen en methodieken. Daarnaast heeft de samenwerking met Revalidatie Friesland op grote schaal netwerken van de zorg en cultuur door heel Friesland bij elkaar gebracht. Zorgprofessionals verbonden aan Revalidatie Friesland over de hele provincie verwijzen chronisch zieken door naar de danslessen van Dans op Recept. Samen met verschillende zorgprofessionals zijn trainingen ontwikkeld, zodat dansdocenten in het verleden maar ook nieuwe dansdocenten in de toekomst getraind kunnen worden om kennis te krijgen van verschillende ziektebeelden en hoe daarmee om te gaan. Elke training wordt afgesloten met een certificaat. Naast de trainingen, ontwikkelt Revalidatie Friesland samen met Dans op Recept 3-jaarlijkse intervisie bijeenkomsten voor het dansdocententeam. Dans op Recept verzorgt het artistieke en creatieve gedeelte van de trainingen, Revalidatie Friesland is verantwoordelijk voor de medisch inhoudelijke bijdragen. Daarnaast zet Revalidatie Friesland medewerkers in ter ondersteuning van subsidie aanvragen, communicatie en praktische en inhoudelijke ondersteuning van de organisatie van netbijeenkomsten van Dans op Recept. Naast praktische en inhoudelijke ondersteuning draagt Revalidatie Friesland de komende jaren € 45.344 per jaar bij aan Dans op Recept door inzet van personeel vanuit Revalidatie Friesland voor het wetenschappelijk onderzoek. In de nieuwe samenwerkingsovereenkomst van 2022-2026 is vastgelegd hoe alle verantwoordelijkheden en taken zijn verdeeld en vastgelegd tussen beide partijen.
3. Fysiopraktijk de Roef in Leek en Roden, provincie Groningen en Drenthe. In samenwerking met De Roef zetten we onze danslessen op binnen deze fysiopraktijk onder onze naam. De docent die tevens fysiotherapeut daar is, wordt door ons betaald, middels een factuur vanuit de Roef. Inkomsten van de deelnemers van de danslessen gaan naar Dans op Recept. De eigenaar Jos Velema heeft tevens meegewerkt aan de voorbereidingen en uitvoering van de training voor de dansdocenten vanuit zijn expertise als fysiotherapeut specifiek voor mensen met Parkinson.
4. Atrium Sneek: Dans op Recept heeft nieuwe financiële afspraken gemaakt rondom de samenwerking tussen het Atrium en Dans op Recept voor de komende jaren. Binnen het Atrium vinden drie danslessen plaats van Dans op Recept, als sinds 2019.



5. Zorg Innovatie Forum Groningen: Dans op Recept is onderdeel geworden van het netwerk van het Zorg Innovatieforum. Dit netwerk helpt ons bouwen aan een netwerk van zorgverleners, woonzorginstellingen in de provincie Groningen en Drenthe. En zorgt dat Dans op Recept zichtbaar wordt op verschillende symposia waar zorgverleners bij elkaar komen.
6. Amaryllis: Dans op Recept heeft een samenwerking voor de komende jaren gebouwd met Amaryllis, waarin Amaryllis Danslabs afneemt en inzet binnen het o.a. het Odense huis, verschillende ontmoeten en meedoen locaties en dagbestedingslocaties. Amaryllis draagt financieel bij aan de danslabs, Dans op Recept doet ook een kleine financiële bijdrage vanuit haar subsidie voor deze Danslabs.
7. ZuidOostZorg: heeft een samenwerkingsverband voor de komende jaren afgesproken. Dans op Recept verzorgde in 2022 op vijf locaties van ZuidOostZorg Danslabs voor bewoners en omwonenden van verschillende zorglocaties van ZuidOostZorg. Begin 2023 zijn de danslabs uitgebreid van vijf naar negen locaties en van 15 lessen per jaar na 35 lessen per jaar. Dit betekent wekelijkse danslessen, met uitzondering van de vakanties. De Danslabs zijn een groot succes en worden goed bezocht en vinden plaats binnen de woonzorginstelling.
8. Friese Netwerk longfysiotherapie: In samenwerking met dit netwerk heeft Dans op Recept in 2022 gewerkt aan de voorbereidingen om danslessen op te starten speciaal voor mensen met chronische longklachten in Friesland. Deze lessen zijn gestart in mei 2023 in Kollum.
9. MS-vereniging Friesland, in samenwerking met deze vereniging hebben we een danslab van 10 danslessen opgestart in Leeuwarden. Deze lessen worden vanaf oktober structureel aangeboden.
10. Noorderbreedte, Punt voor Parkinson en dagbesteding. In samenwerking met deze partij hebben we danslessen binnen de dagbesteding voor mensen met Parkinson opgezet. Ook zullen in de toekomst danslessen voor met NAH worden opgestart.
11. Punt voor Parkinson en dagbesteding Zorggroep Groningen. In samenwerking met deze partij hebben we een startbijeenkomst georganiseerd op locatie Maartenshof. Zij zijn ook lid van de werkgroep van Groningen.



### 3.4 PR en communicatie

Dans op Recept heeft in 2022 geïnvesteerd in een nieuwe website. Heldere communicatie en makkelijke aanmeldsystemen zijn voor onze doelgroep van groot belang. De voorbereidingen voor het bouwen en het schrijven van de teksten en verzamelen van foto en filmmateriaal voor de website heeft in 2022 plaatsgevonden. Begin 2023 ging de nieuwe website online. In samenwerking met de meedenkgroep van Dans op Recept is in 2023 een nieuw campagne beeld gemaakt, waarvan wij denken dat dit een bredere doelgroep aanspreekt. Dit nieuwe campagnebeeld is groots naar buiten gebracht op verschillende manieren:

1. Drie weken lang heeft ons campagnebeeld in drie provincies langs de weg gestaan.
2. Uitgebreide gerichte flyeracties.
3. Ons volledige netwerk van alle drie provincies via een persoonlijke brief en flyer op de hoogte gebracht van onze activiteiten.

Daarnaast stuurt Dans op Recept om de twee weken nieuwsbrieven met alle nieuwe ontwikkelingen. Begin 2024 is iemand aangenomen om onze social mediacampagnes nog betere en intensiever te gaan vormgeven en uitvoeren. Dagelijks worden er nieuwe berichten gepost op onze socials.

We besteden veel tijd en geld aan onze communicatie omdat we weten dat chronisch zieke mensen drempels ervaren om deel te nemen aan beweegaanbod zoals Dans op Recept.



*Foto: Campagnebeeld langs snelweg Assen, Drenthe, 2024*





*Foto: posters die we in 3 provincies langs de weg 2 weken lang hebben laten plaatsen in 2024.*



### 3.5 Uitbreiding docententeam en projectteam

De werkzaamheden van Dans op Recept zijn de afgelopen jaren gegroeid omdat we zijn gegroeid, daarmee is ons projectteam uitgebreid en ook ons dansdocententeam.

Eind 2022 is het projectteam uitgebreid met de volgende ZZP'ers:

- Marlien Seinstra, directeur bestuurder, 3 dagen in de week
- Nynke Dölle, projectleider landelijke uitrol Dans op Recept, 2 dagen in de week.
- Stagiaire Nynke Dusselaar voor 2 dagen in de week ( opleiding Social Work) voor een jaar.
- Marieke Mostert, zakelijke en administratieve coördinatie, 2 dagen in de week.
- Miranda van Toor, cursistenadministratie, 5 uren per week.
- Radboud Droog, communicatiemedewerker, circa 4 uren per week.

In 2023 en 2024 bestond uit het projectteam uit:

- Nynke Dölle, projectleider landelijke uitrol Dans op Recept, 2 dagen in de week.
- Anna Louise Kroijenga, sociaal mediabeheer, 4 uren per week
- Marieke Mostert, projectleider Leefmeesters en zakelijke ondersteuning, 2 dagen in de week.
- Ids Tjaarda, projectondersteuner en administratie, 2 dagen per week
- Hedwig Droog, projectondersteuner en administratie, 1 dag in de week
- Radboud Droog, communicatiemedewerker, voor circa 4 uren per week.

Omdat het aantal danslabs in Friesland groeide en Dans op Recept begin 2023 werd uitgerold naar Drenthe en Groningen, hadden we een uitbreiding van het dansdocententeam nodig. Alle nieuwe docenten zijn door middel van een sollicitatieprocedure geselecteerd. Eind 2022 is het dansdocententeam uitgebreid met 7 nieuwe dansdocenten, naast het bestaande dansdocententeam van 5:

- Anja Schadenberg voor Friesland
- Eva Thoman voor Friesland
- Lotte Geerts voor Groningen en Drenthe
- Leonieke Scholten voor Friesland
- Marjan Oostmeijer voor Drenthe
- Inge de Bruine voor Groningen
- Tialda Goodijk voor Friesland

In 2023 hebben we nog vier nieuwe dansdocenten aangenomen en getraind die vanaf september 2023 worden ingezet. Daarnaast hebben we een projectondersteuner voor twee dagen in de week aangenomen.

- Jenny Nijkamp voor Friesland
- Elise Warmelink voor Groningen
- Zoë Spijkerboer voor Groningen
- Bernadette Kuhlman voor Groningen
- Marloes Veenstra voor Friesland



In 2024 zijn hier bijgekomen:

- Lisette Seubring voor Friesland
- Froukje Zijlstra voor Friesland
- Pamela Goossen

Voor het dansgezelschap Leefmeesters hebben we het volgende team samengesteld:

- Choreografen: Marlien Seinstra, Miranda van Toor Ivgi & Greben, Ondersteunende choreografen: Grietine Molenbuur, Adriaan Luteijn
- Dansers: Jeroen van Bilsen, Wya Feenstra, Ashley Affolter, Femke Weltevreden, Inge Tuiman, Vera Mulder en Carel van Leeuwen.
- Licht en geluid: Bart en Otto Vastbinder en Nynke Dusselaar



*Foto: dansles voor mensen met Parkinson, Drachten, 2023*

### 3.6 Trainingen en intervisie

Om ons grote dansdocenten te voorzien van artistieke, medische en andere werk gerelateerde onderwerpen organiseert Dans op Recept gemiddeld drie keer per jaar intervisie bijeenkomsten voor het dansdocenten en het projectteam. Tijdens deze intervisiedagen biedt Dans op Recept (bij) scholing op theoretisch gebied over ziekte en symptomen, worden ervaringen gedeeld, en krijgt het team creatieve en artistieke input van verschillende gastchoreografen voor hun eigen lessen. Input voor de intervisie dagen wordt gedaan in samenwerking met Revalidatie Friesland.



Ook is er ook altijd ruimte voor een sociaal moment om met je collega's te kunnen uitwisselen, omdat het werk als dansdocent best een eenzaam beroep is. Je werkt altijd alleen. De intervisiebijeenkomsten worden gratis aangeboden aan het dansdocententeam. Doel van de intervisie bijeenkomsten zijn:

- Uitwisseling van werkervaring,
- Inspiratie voor inhoud van danslessen,
- Creatieve en artistieke input voor de danslessen
- Bespreken uitdagingen op de werkvloer.
- Bijscholing op verschillende relevante gebieden

Dans op Recept biedt (bij) scholingen op theoretisch gebied over verschillende ziektebeelden en symptomen, en hoe hier binnen de les mee om te gaan. Input voor de intervisie dagen wordt gedaan in samenwerking met Revalidatie Friesland.

Overzicht georganiseerde intervisie:

- Leeuwarden, 26 maart 2022 met als thema uitwisseling ervaringen rondom inhoud danslessen binnen danslabs
- Leeuwarden, 15 juli 2022 met als thema: lesinhoud, gastchoreograaf Meike de Groot van Dance Connect uit Amsterdam
- Leeuwarden, 11 maart 2023 met als thema dementie en gastchoreograaf Marjan Oostmeijer
- Groningen, 16 september 2023 met als thema brainstormen over gezamenlijke voorstellingen met onze deelnemers en workshop dans van gastchoreograaf Adriaan Luteijn uit Arnhem.
- Leeuwarden, februari 2024. Bijscholing over de werking van muziek door Remi Adriaansz en dansworkshop van dansgezelschap Ivgi & Greben uit Leeuwarden.
- Leeuwarden, 6 juli 2024 , Thema: inhoudelijke input voor ontwikkeling danslessen binnen de danslabs, bijscholing op het gebied van dementie en NAH door Wya Feenstra..
- Groningen, 14 september 2024. Invulling volgt.

### 3 soorten trainingen

Alle nieuwe dansdocenten krijgen voordat ze beginnen bij Dans op Recept een tweedaagse training van Dans op recept. Deze trainingen worden gegeven binnen Revalidatie Friesland in Beetsterzwaag. We bieden trainingen aan op het gebied van Parkinson, chronische pijn en niet aangeboren hersenletsel en dementie aangevuld met aan algemene training rondom de visie, missie en doelen van Dans op Recept. Deze trainingen zijn ontwikkeld samen met verschillende medewerkers van revalidatie Friesland, zoals revalidatieartsen, fysiotherapeuten en psychologen. Zonder deze training mogen dansdocenten niet starten met onze danslessen, hiermee bewaken we de kwaliteit van onze danslessen. Dansdocenten doen zelf een bijdrage voor het volgen van deze training van de rond de € 200,00.

In de toekomst willen we onze trainingen ook extern gaan aanbieden aan dansdocenten buiten Groningen, Friesland en Drenthe, omdat hier veel vraag naar is. Daarnaast zijn we momenteel in



samenwerking met revalidatie Friesland bezig inhoudelijke danstrainingen te ontwikkelen voor fysiotherapeuten die dansante fysiotherapie aanbieden binnen Revalidatie Friesland. Hiermee zal tevens een nauwere samenwerking tussen fysiotherapeuten en Dans op Recept ontstaan voor de toekomst van oud revalidanten naar onze danslessen.

### 3.7 Meedenkgroep

Vanaf 2023 heeft Dans op Recept een meedenkgroep opgericht, met deelnemers uit verschillende danslessen, om een diverse doelgroep te bevragen. Binnen de meedenk worden verschillende onderwerpen besproken, zoals communicatie en PR van Dans op Recept, inhoud voorstellingen, toegankelijkheid en toegankelijkheid Dans op Recept. Uitkomsten van de meedenksessie worden teruggekoppeld aan het projectteam en het dansdocententeam tijdens de intervisiedagen. De meedenk groep komt drie keer per jaar bij elkaar en voorziet Dans op Recept van zeer waardevolle informatie. Wij willen graag niet over maar met onze doelgroepen praten en voorzien in behoeften van onze doelgroepen.



Foto boven: dansles voor mensen met niet aangeboren hersenletsel Drachten, 2023 Foto onder: voorstelling Leefmeesters 2024





*Foto: Intervisie dag dansdocententeam Groningen, 2023*



## Hoofdstuk 4. Dansgezelschap De Leefmeesters

Het nieuwe Dansgezelschap Leefmeesters van Stichting Dans op Recept maakt dansvoorstellingen over leven met een chronische ziekte of beperking. Binnen het gezelschap werken professionele dansers samen met mensen met een chronische ziekte onder leiding van professionele choreografen uit Friesland en Groningen, zoals Ivgi & Greben. Voor elke voorstelling worden gastchoreografen uit heel Nederland gevraagd om choreografieën te maken voor het gezelschap.

Leefmeesters is het eerste inclusieve dansgezelschap van het Noorden. We willen met onze voorstellingen een positieve bijdrage leveren aan een meer diverse en inclusieve samenleving en podiumkunsten. Daarnaast hebben we met het gezelschap een artistieke poot binnen Dans op Recept opgezet, waar we geselecteerde deelnemers van Dans op Recept de mogelijkheid bieden hun talenten te ontwikkelen onder begeleiding van professionele choreografen.

### 4.1 Samenwerking met verschillende professionele makers uit Nederland

Leefmeesters vindt haar artistieke kwaliteit van groot belang. Daarom werkt ze samen met verschillende professionele gastchoreografen uit Nederland. Leefmeesters heeft een samenwerkingsverband met het dansgezelschap Ivgi & Greben uit Leeuwarden. Momenteel zijn er gesprekken met Club Guy en Roni voor een samenwerking met Leefmeesters vanaf 2025. Daarnaast is de bekende choreograaf Adriaan Luteijn van Introdans verbonden aan het gezelschap als choreograaf. Met het inzetten van verschillende choreografen uit Nederland bouwen we gezamenlijk aan een netwerk voor de inclusie dans in Nederland, brengen we professionele choreografen bij elkaar en krijgt Leefmeesters verschillende artistieke handtekeningen binnen haar voorstellingen, wat een grote meerwaarde is voor het totale artistieke beeld van de voorstellingen is. Voor de eerste voorstelling Mijn 24 uur hebben drie verschillende choreografen ( Marlien Seinstra, Miranda van Toor en Ivgi & Greben) afzonderlijk van elkaar gewerkt met 6 verschillende dansers. De artistieke eindregie ligt bij de artistiek leider Marlien Seinstra.

### 4.2 De spelers

De spelers van Leefmeesters bestaan altijd uit ervaringsdeskundigen, mensen die te maken hebben met een chronische ziekte samen met professionele dansers en muzikanten. De verhalen van de dansers met een chronische ziekte zijn uitgangspunt voor het maken van de voorstellingen. Dansers met een chronische ziekte worden vanuit de verschillende danslessen van Dans op Recept geselecteerd door de artistiek leider van het gezelschap. Op basis van persoonlijke verhalen van de dansers, beschikbaarheid, authenticiteit van de spelers en artistiek interessant genoeg worden spelers geselecteerd om zo ook de artistieke kwaliteit van de Leefmeesters te waarborgen. Leefmeesters vindt het van belang dat zowel de professionele dansers en muzikanten en de mensen met een chronische ziekte allemaal



worden betaald voor hun werkzaamheden, zodat iedereen volwaardig meedoet. Het maakproces van een voorstelling duurt een half jaar, waarin wekelijks met de dansers wordt gewerkt. Het jaar wordt verdeeld in een half jaar maken en een half jaar toeren van de voorstelling. Momenteel zijn we in gesprek met Stadsschouwburg De Harmonie, want zij willen graag coproducent van Leefmeesters worden. Gezamenlijk kijken we wat dit in de praktijk betekent.

#### 4.3 Tour voorstellingen

De voorstellingen van Leefmeesters toeren langs theaters in Noord-Nederland. Doel is dat dit vanaf 2025 ook landelijk wordt. Ook spelen we op verschillende symposia of in opdracht van gemeenten. Per jaar is het doel om gemiddeld 10 keer te spelen. Ons publiek bestaat uit mensen die zelf chronisch ziek zijn, zorgmedewerkers, ambtenaren, mantelzorgers en dansliefhebbers. Gemiddeld willen we met onze eerste tour 2000 bezoekers bereiken omdat we nog nieuw zijn. Met meer bekendheid door te spelen, zullen onze publieksaantallen ook toenemen.

Het toeren van de voorstelling vraagt veel van de spelers, daarom wordt achter de schermen alles zo geregeld met vervoer van en naar het theater, rustplekken, prikkelarme omgevingen, aangepaste catering etc om het voor iedereen mogelijk maken om te kunnen spelen. Tijdens de tour zorgt een productieleiding voor al deze randvoorwaarden.

De eerste voorstelling van Leefmeesters, Mijn 24 uur speelde op de volgende locaties:

11 april, Première Stadsschouwburg De Harmonie, Leeuwarden, aantal bezoekers: 300  
18 april, Theater Sense, Dokkum (ingekocht door gemeente Noardeast Friesland), aantal bezoekers: 100 bezoekers  
9 mei Grand Theatre, Groningen, 80 bezoekers  
29 mei Theater de Nieuwe Kolk, Assen, 60 bezoekers  
6 juni, Talmasymposium, Emmeloord, 120 bezoekers  
15 juni Theater De Lawei, Drachten  
30 juni City proms festival, Leeuwarden  
10 oktober, Schouwburg Ogterop, Meppel  
27 oktober, Cultuurhuis de Klinker-Winschoten  
17 november theater Koornbeurs Franeker





Foto boven: Leefmeesters, foto beneden dansles Appingedam 2024



## Bijlage 1. Overzicht reguliere danslessen in Friesland en aantal deelnemers.

**Overzicht danslessen voor mensen met Parkinson. Alle lessen vinden 35 x per jaar plaats. Deelnemers cijfers fluctueren het hele jaar door.**

| Locatie    | Adres                                                            | Dag en tijdstip                                                              | Aantal deelnemers 2022 | Aantal deelnemers 2023 | Aantal deelnemers 2024 |
|------------|------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|------------------------|------------------------|------------------------|
| Leeuwarden | Sportlokaal DB<br>Dirk vanaf 2024<br>dansstudio Ivgi<br>& Greben | Donderdag<br>10.00- 11.00                                                    | 17                     | 19                     | 22                     |
| Drachten   | Schouwburg De<br>Lawei                                           | Woensdag<br>9.30- 10.30                                                      | 17                     | 22                     | 20                     |
| Heerenveen | De Rinkelbom                                                     | Maandag<br>10.00- 11.00<br>Samengevoegd<br>met NAH van af<br>2023            | 7                      | 7                      | 5                      |
| Dokkum     | De IJsborg                                                       | Donderdag<br>10.00-11.00<br>Gemixte groep<br>Parkinson/NAH/C<br>P vanaf 2023 | 5                      | 8                      | 6                      |
| Harlingen  | Clubgebouw<br>Hosanna                                            | Dinsdag<br>11.45- 12.45<br>Samengevoegd<br>met NAH vanaf<br>2023             | 9                      | 15                     | 13                     |
| Sneek      | Kunstencentrum<br>Het Atrium                                     | Maandag<br>10.30-11.30                                                       | 15                     | 15                     | 19                     |
| Franeker   | Het Want                                                         | Dinsdag<br>10.00-11.00                                                       | 9                      | 13                     | 12                     |
| Kollum     | Fysiotherapie<br>Kollum-<br>Grijpskerk                           | Vrijdag<br>9.30-10.30                                                        | 6                      | 10                     |                        |
| Bolsward   | Verzorgingshuis<br>Bloemkamp,<br>Patyna                          | Donderdag<br>15.15-16.15                                                     | 8                      | 9                      | 6                      |
| Wolvega    | Fitness HIER!,                                                   | Vanaf september<br>2023                                                      |                        | 4                      | 7                      |



**Totaal aantal deelnemers 2022: 86**  
**Totaal aantal deelnemers 2023: 121**  
**Totaal aantal deelnemers 2024: 110**

**Overzicht danslessen voor mensen met niet aangeboren hersenletsel en chronische pijn in Friesland en aantal deelnemers. Alle lessen vinden 35 keer per jaar plaats.**  
**Deelnemersaantallen fluctueren het hele jaar door.**

| <b>Locatie</b> | <b>Adres</b>                                             | <b>Dag en tijdstip</b>                                            | <b>Aantal deelnemers 2022</b> | <b>Aantal deelnemers 2023</b> | <b>Aantal deelnemers 2024</b> |
|----------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|
| Leeuwarden     | Sportlokaal DB<br>Vanaf 2024<br>dansstudio Ivgi & Greben | Donderdag<br>13.00-14.00                                          | 6                             | 11                            | 12                            |
| Drachten       | Schouwburg<br>De Lawei                                   | Woensdag<br>11.00-12.00<br>Samengevoegd met CP                    | 6                             | 17                            | 10                            |
| Harlingen      | Clubgebouw<br>Hosanna                                    | Dinsdag<br>10.00- 11.00<br>Samengevoegd met Parkinson vanaf 2023  | 5                             | 15                            | 13                            |
| Sneek          | Kunstencentrum Het Atrium                                | Maandag<br>9.30- 10.30                                            | 10                            | 6                             | 6                             |
| Heerenveen     | De Rinkebom                                              | Maandag<br>10.00-11.00<br>Samen met Parkinson vanaf 2023          | 7                             | 7                             | 9                             |
| Dokkum         | De Waadwente,<br>Birdaarderstraat 68                     | Vrijdag 13.00-14.00<br>Gemixte groep Parkinson/NAH /CP vanaf 2023 | 5                             | 9                             | 6                             |

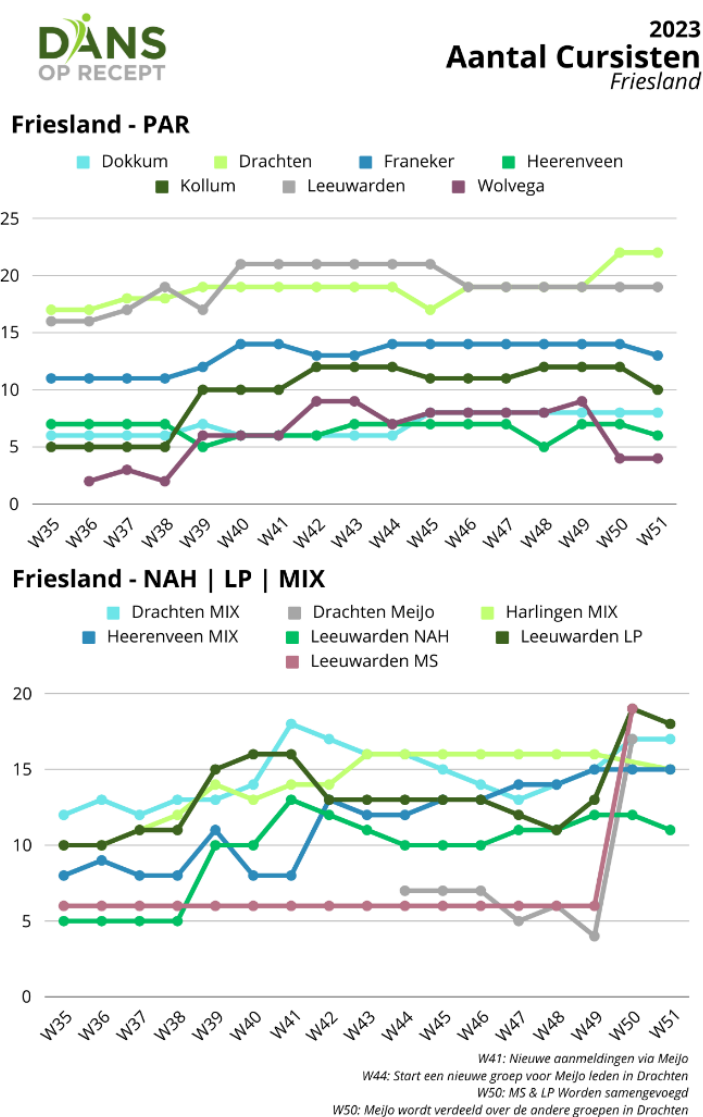


|                                    |                                                                |                                                                        |  |    |   |
|------------------------------------|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|--|----|---|
| Kollum<br>Vanaf 2024<br>Buitenpost | Fysiotherapie<br>Kollum-<br>Grijpskerk<br>De anjen 2<br>Kollum | Vrijdag 11.30-<br>12.30<br>Samengevoegd<br>met Parkinson<br>vanaf 2023 |  | 10 | 9 |
|------------------------------------|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|--|----|---|

**Totaal aantal deelnemers 2022: 39**

**Totaal aantal deelnemers 2023: 75**

**Totaal aantal deelnemers 2024: 64**



**Zoals is te zien, fluctueren cijfers van deelnemers, soms stoppen mensen, soms komen er nieuwe deelnemers bij halverwege het seizoen.**



## Bijlage 2. Overzicht danslessen Groningen en Drenthe

### Overzicht danslessen voor mensen met Parkinson in de provincie Groningen vanaf april 2023

| Locatie        | Adres                              | Dag en tijdstip           | Aantal deelnemers 2023 | Aantal deelnemers 2024 |
|----------------|------------------------------------|---------------------------|------------------------|------------------------|
| Stad Groningen | Maartsenhof                        | Maandag<br>13.30- 14.30   | 8                      | 7                      |
| Appingedam     | Multifunctioneel Centrum Kabzeel   | Donderdag<br>9.30- 10.30  | 13                     | 13                     |
| Leek           | Rodenburg Hal                      | Maandag<br>10.00- 11.00   | 5                      | 5                      |
| Hoogezand      | Ontmoetingscentrum Woldwijk        | Vrijdag<br>13.00- 14.00   | 11                     | 9                      |
| Winsum         | Cultureel Centrum De Blauwe Schuit | Maandag<br>10.30- 11.30   | 10                     | 10                     |
| Winschoten     | Theater Winschoten de Klinker      | Donderdag<br>10.00- 11.00 | 5                      | 6                      |
| Ter Apel       | Dienstencentrum Dr.                | Woensdag 16.15- 17.15     |                        | 13                     |
| Stadskanaal    | Kunstensschool ZG                  | Maandag 9.30- 10.30       |                        | 6                      |

**Totaal aantal deelnemers 2023: 52**

**Totaal aantal deelnemers 2024: 69**

### Overzicht danslessen voor mensen met Parkinson in de provincie Drenthe vanaf september 2023 en 2024

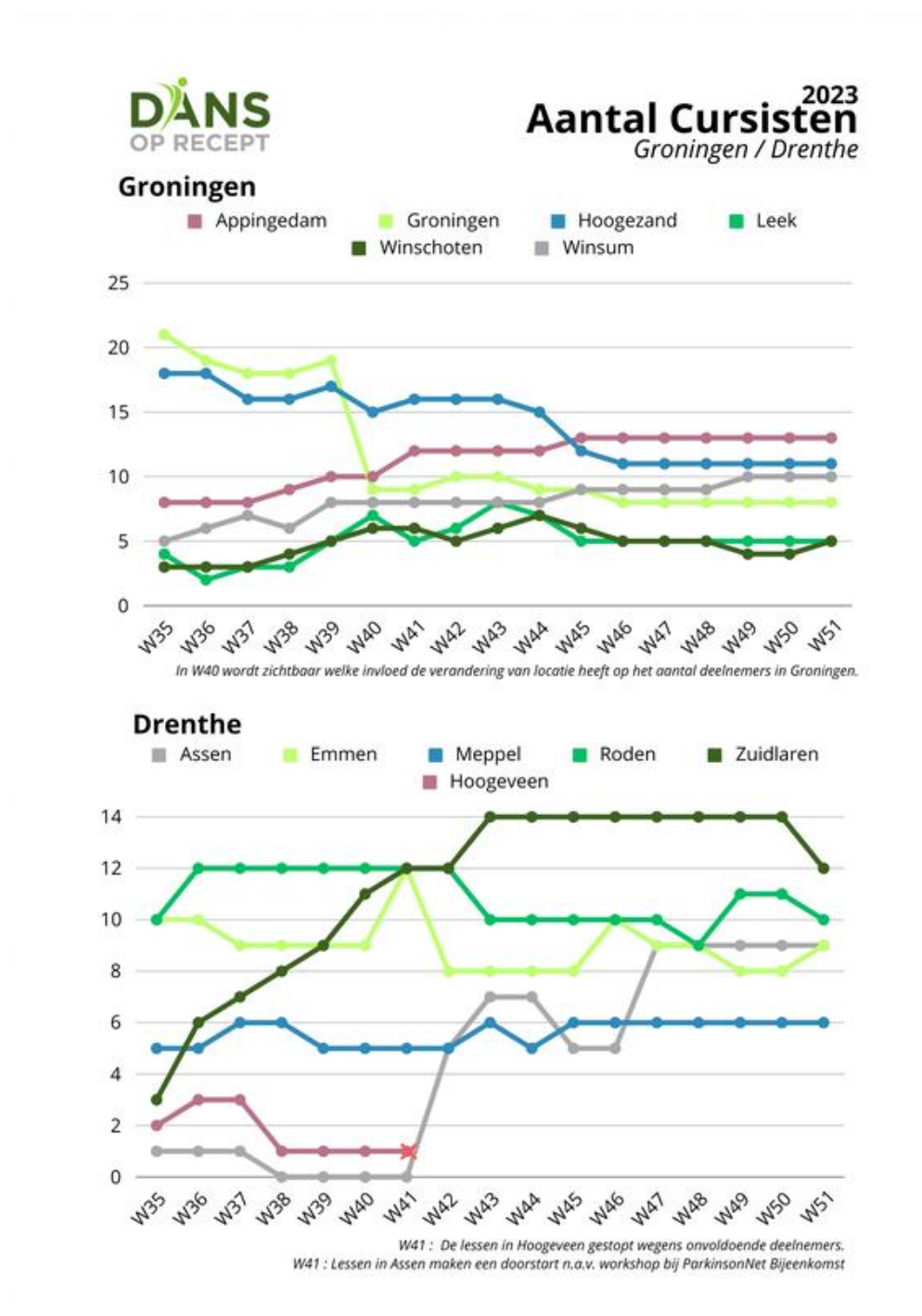
| Locatie   | Adres                 | Dag en tijdstip           | Aantal deelnemers 2023 | Aantal deelnemers 2024 |
|-----------|-----------------------|---------------------------|------------------------|------------------------|
| Roden     | De Hullen             | Donderdag<br>10.45- 11.45 | 10                     | 10                     |
| Emmen     | Kim's Fame School.    | Woensdag<br>13.00- 14.00  | 9                      | 9                      |
| Meppel    | Revalidatie Friesland | Woensdag<br>15.15-16.15   | 6                      | 7                      |
| Zuidlaren | De Mozaiek            | Donderdag                 | 12                     | 9                      |



|       |                   |                         |   |   |
|-------|-------------------|-------------------------|---|---|
|       |                   | 12.30-13.30             |   |   |
| Assen | Podium Zuidhaege, | Vrijdag<br>15.00- 16.00 | 9 | 8 |

Totaal aantal deelnemers 2023: 46

Totaal aantal deelnemers 2024: 43



## Bijlage 3. Overzichten danslabs Friesland en Groningen

### 2022: Overzicht Danslabs binnen zorginstellingen Friesland en aantal deelnemers

| Organisatie                                                               | Locatie                                  | Dag en tijdstip                  | Aantal lessen en periode                                        | Aantal deelnemers |
|---------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-------------------|
| Dansles voor gemixte ouderen in samenwerking met <b>Amaryllis</b>         | <b>Stiens</b><br>De skalm                | Donderdag<br>11.30-<br>11.15 uur | Aantal lessen: 15<br>Periode: oktober-<br>november 2022         | 10                |
| Dansles voor ouderen met dementie in samenwerking met <b>Amaryllis</b>    | <b>Leeuwarden</b><br>Odensehuis          | Woensdag<br>13.00 -<br>14.00 uur | Aantal lessen: 15<br>Periode: oktober-<br>november 2022         | 12                |
| Dansles voor ouderen in samenwerking met <b>ZuidOostZorg</b>              | <b>Drachten</b><br>Sunenz                | Woensdag<br>10.00 -<br>11.00 uur | Aantal lessen: 14<br>Periode: 14 sept- tot 21 december 2022     | 9                 |
| Dansles voor gemixte ouderen in samenwerking met <b>ZuidOostZorg</b>      | <b>Gorredijk</b><br>De miente            | Woensdag<br>10.30-<br>11.30 uur  | Aantal lessen: 35<br>Periode: 14 september tot 14 juni 2022     | 15                |
| Dansles voor gemixte ouderen in samenwerking met <b>ZuidOostZorg</b>      | <b>Drachten</b><br>Rispinge,             | Dinsdag<br>14.30-<br>15.30       | Aantal lessen: 12<br>Periode: 28 september tot 21 december 2022 | 20                |
| Dansles voor gemixte ouderen in samenwerking met <b>ZuidOostZorg</b>      | <b>Ureterp</b><br>De Lijte               | Donderdag<br>14.30 –<br>15.30    | Aantal lessen: 14<br>Periode: 14 september tot 21 december 2022 | 19                |
| Dansles voor ouderen met dementie in samenwerking met <b>ZuidOostZorg</b> | <b>Drachten</b><br>Sunesz<br>Blommehoeke | Woensdag<br>11.15-<br>12.00 uur  | Aantal lessen: 15<br>September tot december 2022                | 25                |

**Totaal aantal danslabs: 7**

**Totaal aantal lessen: 120**

**Totaal aantal deelnemers: 110**



## 2023: Overzicht Danslabs binnen zorginstellingen Friesland en aantal deelnemers

| Organisatie                                                                                    | Locatie                                                               | Dag en tijdstip                                                   | Aantal lessen en periode                                                   | Aantal deelnemers |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| Dansles voor gemixte ouderen in samenwerking met <b>Amaryllis en Ardemazorg</b>                | <b>Stiens</b><br>De skalm                                             | Donderdag<br>11.30-11.15<br>Om de week                            | Aantal lessen: 9<br>Periode: januari tot december 2023                     | 10                |
| Dansles voor ouderen met dementie in samenwerking met <b>Amaryllis</b>                         | <b>Leeuwarden</b><br>Odensehuis Gerard Smit                           | Woensdag<br>13.00 -14.00<br>Om de week                            | Aantal lessen: 22<br>Periode: januari tot december 2023                    | 12                |
| Dansles voor ouderen in samenwerking met <b>ZuidOostZorg</b>                                   | <b>Drachten</b><br>Sunenz                                             | Woensdag<br>10.00 -11.00                                          | Aantal lessen: 35<br>Periode: januari tot december 2023                    | 9                 |
| Dansles voor gemixte ouderen in samenwerking met <b>ZuidOostZorg</b>                           | <b>Gorredijk</b><br>De miente                                         | Woensdag<br>10.30- 11.30                                          | Aantal lessen: 20<br>Periode: januari tot december 2023                    | 15                |
| Dansles voor gemixte ouderen in samenwerking met <b>ZuidOostZorg</b>                           | <b>Drachten</b><br>Rispinge,                                          | Dinsdag<br>14.30- 15.30<br>Om de week                             | Aantal lessen: 17<br>Periode: februari tot december 2023                   | 20                |
| Dansles voor gemixte ouderen in samenwerking met <b>ZuidOostZorg</b>                           | <b>Ureterp</b><br>De Lijte                                            | Donderdag<br>14.30 –15.30                                         | Aantal lessen: 35<br>Periode: januari tot december 2023                    | 19                |
| Dansles voor ouderen met dementie in samenwerking met <b>ZuidOostZorg</b>                      | <b>Drachten</b><br>Blommehoeke B                                      | Woensdag<br>11.15- 12.00<br>u                                     | Aantal lessen: 33<br>Periode: januari tot december 2023                    | 25                |
| Dansles voor gemixte ouderen in samenwerking met <b>Aardema-Zorggroep</b>                      | <b>Leeuwarden</b><br>Westend                                          | Vrijdag<br>10.30-11.30                                            | Aantal lessen: 15<br>Periode: maart tot december 2023                      | 15                |
| Dansles voor ouderen met NAH, dementie en Parkinson in samenwerking met <b>Huys ter Swaach</b> | <b>Beetsterzwaag</b><br>Revalidatiecentrum                            | Woensdag<br>15.00-16.00                                           | Aantal lessen: 6<br>Mei tot juli 2023                                      | 15                |
| Dansles voor mensen met Parkinson in samenwerking met <b>Noorderbreedte</b>                    | <b>Leeuwarden</b><br>Noorderbreedte Punt voor Parkinson, dagbesteding | Dinsdag:<br>10.30-11.30<br>Woensdag:<br>10.30-11.30<br>Om de week | Aantal lessen: 23<br>Periode: maart tot juli & september tot december 2023 | 15                |
| Dansles voor gemixte ouderen in                                                                | <b>Grou</b><br>De muldyk                                              | Donderdag<br>11.00-12.00                                          | Aantal lessen: 22                                                          | 9                 |



|                                                                      |                                                       |                            |                                                   |    |
|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|----------------------------|---------------------------------------------------|----|
| samenwerking met <b>Amaryllis</b>                                    |                                                       |                            | Periode: februari tot december 2023               |    |
| Dansles voor gemixte ouderen in samenwerking met <b>ZuidOostZorg</b> | <b>Appelscha</b><br>Revalidatiecentrum<br>Beatrixoord | Woensdag<br>15.15 - 16.15  | Aantal lessen: 35<br>september 2023 tot juli 2024 | 20 |
| Dansles voor gemixte ouderen in samenwerking met <b>ZuidOostZorg</b> | <b>Oosterwolde</b><br>Schapekamp 1                    | Donderdag<br>10.30 - 11.30 | Aantal lessen: 35<br>september 2023 tot juli 2024 | 7  |
| Dansles voor gemixte ouderen in samenwerking met <b>ZuidOostZorg</b> | <b>Dokkum</b><br>Waadwente                            | vrijdag<br>14.30-15.30     | Aantal lessen: 35<br>september 2023 tot juli 2024 | 10 |

**Totaal aantal danslabs: 15**

**Totaal aantal lessen: 342**

**Totaal aantal deelnemers: 201**

### 2023 Overzicht externe danslabs in Friesland en aantal deelnemers

| Les                                                                                                        | Locatie                                                                       | Dag en tijdstip          | Aantal lessen en periode                                   | Aantal deelnemers 2023 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|------------------------------------------------------------|------------------------|
| Dansles voor mensen met MS                                                                                 | <b>Leeuwarden</b><br>Sportlokaal DB<br>vanaf 2024<br>dansstudio Ivgi & Greben | Donderdag<br>12.30-13.30 | Aantal lessen: 10<br>Juni tot oktober                      | 7                      |
| Dansles voor mensen met chronische longklachten in samenwerking met Fysiotherapiepraktijk Kollum-Grijskerk | <b>Kollum</b><br>Fysiotherapie<br>praktijk Kollum-<br>Grijskerk               | Vrijdag<br>9.30-10.30    | Aantal lessen: 10<br>Periode: 12 mei tot september 2023    | 6                      |
| Dansles voor mensen met MS                                                                                 | <b>Leeuwarden</b><br>Sportlokaal DB<br>vanaf 2024<br>dansstudio Ivgi & Greben | Donderdag<br>12.30-13.30 | Aantal lessen: 10<br>november 2023 tot februari 2024       | 7                      |
| Gemixte dansles voor mensen met chronische longklachten en mensen met Parkinson en NAH                     | <b>Kollum</b><br><b>Vanaf 2024 in Buitenpost</b><br>De Kolle                  | Vrijdag<br>10.30- 11.30  | Aantal lessen: 35<br>Periode: september 2023 tot juni 2024 | 12                     |

**Totaal aantal externe danslabs: 4**

**Totaal aantal lessen: 65**

**Totaal aantal deelnemers: 32**



## Overzicht danslabs provincie Groningen 2023 en aantal deelnemers

| Les                                                                                   | Locatie              | Dag en tijdstip                                    | Aantal lessen en periode                         | Aantal deelnemers 2023 |
|---------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------------------------------------------|--------------------------------------------------|------------------------|
| Dansles voor gemixte ouderen in samenwerking met <b>Zorg Innovatieforum Groningen</b> | Haren<br>t Clockhuys | Elke laatste vrijdag van de maand<br>13.30 – 14.30 | Aantal lessen: 11<br>Periode: dec '23 tm dec '24 | 15                     |

**Totaal aantal danslabs: 1**

**Totaal aantal lessen: 15**

**Totaal aantal deelnemers: 15**



## Overzicht danslabs 2024 van alle drie provincies

| Organisatie                                                                                                        | Locatie                             | Aantal lessen en periode                                | Aantal deelnemers |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------------------------|-------------------|
| Dansles voor gemixte ouderen in samenwerking met <b>Zorg Innovatieforum Groningen</b>                              | Haren                               | Dec 24 tot dec 25, Totaal 11 lessen, 1 keer in de maand | 20                |
| Dansles voor gemixte ouderen in samenwerking met <b>Bernlef</b>                                                    | Groningen                           | 1 nov tot 6 januari 2024<br>Totaal aantal lessen 10     | 5                 |
| Dansles voor ouderen met NAH, dementie en Parkinson in samenwerking met in samenwerking met <b>Huys ter Swaach</b> | Huys ter Swaach<br>In Beetsterzwaag | Januari tot december 2024<br>Totaal 16 lessen           | 15                |
| Dansles voor gemixte ouderen in samenwerking met <b>ZuidOostZorg</b>                                               | Voltawerk<br>Gorredijk              | Februari tot juli 2024<br>Totaal van 15                 | 15                |
| Dansles voor gemixte ouderen in samenwerking met <b>ZuidOostZorg</b>                                               | Waadwente                           | Sept 2023- juni 2024<br>Totaal 35 lessen                | 20                |
| Dansles voor gemixte ouderen in samenwerking met <b>Amaryllis</b>                                                  | Grou                                | Totaal aantal lessen 19                                 | 6                 |
| Dansles voor gemixte ouderen in samenwerking met <b>ZuidOostZorg</b>                                               | Oosterwolde                         | Totaal aantal lessen 35                                 | 10                |
| Dansles voor gemixte ouderen in samenwerking met <b>ZuidOostZorg</b>                                               | Appelscha                           | Totaal aantal lessen 35                                 | 20                |
| Dansles voor ouderen met dementie in samenwerking met <b>Amaryllis</b>                                             | Odensehuis<br>Amaryllis             | Totaal aantal lessen 19                                 | 10                |
| Dansles voor gemixte ouderen in samenwerking met <b>ZuidOostZorg</b>                                               | De Miente<br>Gorredijk              | Totaal aantal danslessen 35                             | 10                |
| Dansles voor mensen met Parkinson in samenwerking met <b>Noorderbreedte</b>                                        | Punt voor Parkinson<br>Leeuwarden   | Januari tot juli 2024<br>Totaal aantal lessen 15        | 15                |
| Dansles voor gemixte ouderen in samenwerking met <b>ZuidOostZorg</b>                                               | Rispinge<br>Drachten                | Totaal aantal lessen 35                                 | 18                |
| Dansles voor ouderen met dementie in samenwerking met <b>ZuidOostZorg</b>                                          | Blommehoeke<br>Drachten             | Totaal aantal lessen 35                                 | 20                |
| Dansles voor gemixte ouderen in samenwerking met <b>ZuidOostZorg</b>                                               | De Lijte Ureterp<br>ZOO             | Totaal aantal lessen 35                                 | 20                |



|                                                                      |                 |                                                             |                 |
|----------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------------------------------------|-----------------|
| Dansles voor gemixte ouderen in samenwerking met <b>ZuidOostZorg</b> | Sunenz Drachten | Totaal aantal lessen 35                                     | 10              |
| Dansles voor gemixte ouderen in samenwerking met <b>Alliade</b>      | Heerenveen      | September tot december 2024<br>Totaal aantal lessen 14      | Nog niet bekend |
| Dansles voor gemixte ouderen in samenwerking met <b>Bernlef</b>      | Groningen       | Aantal lessen: 10<br>Periode: 1 november t/m 6 januari 2024 | 12              |

**Totaal aantal danslabs: 17**

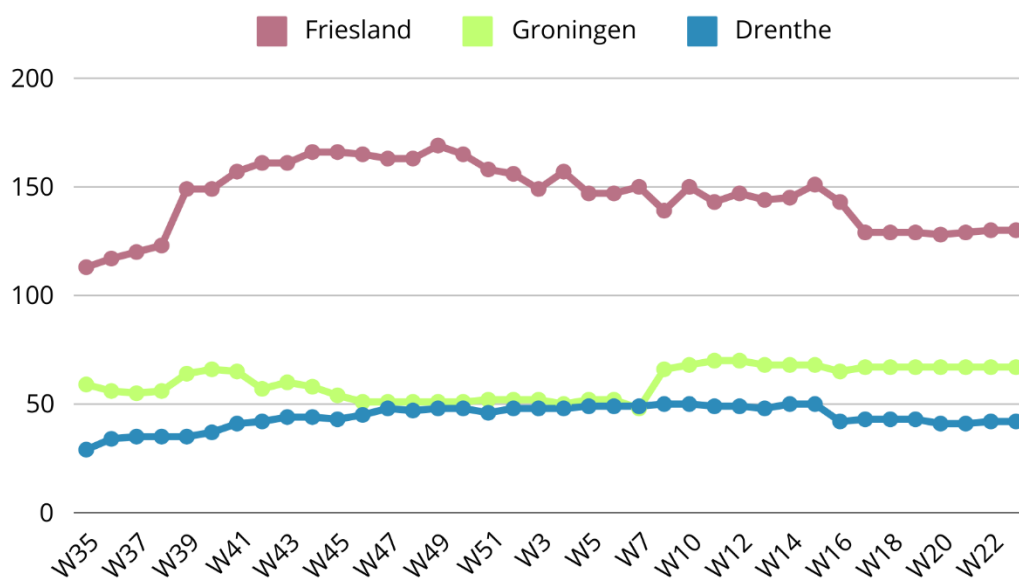
**Totaal aantal lessen: 409**

**Totaal aantal deelnemers: 226**



## TOTALEN

**2023 -2024**



**Hierboven: Overzicht totalen deelnemers.**



## Bijlage 4. Overzicht gegeven workshops en presentaties 2022, 2023 en 2024

### 2022

| Datum                     | Activiteit                                                                                                            | organisatie                        | Locatie     |
|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|-------------|
| 14 mei                    | Dansworkshop voor patiënten dag                                                                                       | UMCG in Groningen                  | Groningen   |
| 23 september              | Dansworkshop tijdens symposium Niet aangeboren hersenletsel voor zorgprofessionals                                    | MCL in                             | Leeuwarden  |
| 22 april                  | Presentatie Dans op Recept voor inkopers van verschillende zorgverzekeraars in samenwerking met Revalidatie Friesland | Revion                             | Den Haag    |
| 3 februari                | Online Presentatie over Dans op Recept voor Creative ageing                                                           |                                    |             |
| 5 juni                    | Presentatie en dansworkshop tijdens inclusie dansfestival van Keunstwurk in                                           | Stadsschouwburg Harmonie           | Leeuwarden  |
| 8 juni                    | Presentatie en dansworkshop in tijdens Inspiratiedag kunst en cultuurparticipatie in de zorg en welzijn               | Bij vrijdag                        | Groningen   |
| 18 oktober                | Presentatie en dansworkshop voor mensen met met NAH tijdens NAH café in Leeuwarden                                    |                                    | Leeuwarden  |
| 11 november en 6 december | Dansworkshop voor mensen met Parkinson                                                                                | Punt voor Parkinson Noorderbreedte | Leeuwarden  |
| 4 november                | Dansworkshop tijdens symposium voor zorgprofessionals in                                                              | Zorg Innovatie Forum               | Groningen   |
| 18 november               | Presentatie en dansworkshop voor ouderen (beweeg&ontmoet middag)                                                      |                                    | Heerenveen. |
| 18 november               | Stand met flyers bij ouderenmiddag in de                                                                              | Stadsschouwburg Harmonie           | Leeuwarden  |



|             |                                                                              |                          |            |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|------------|
| 28 november | Dansworkshop tijdens festival Van zorg naar gezondheid (noord nederland)     | Stadsschouwburg Harmonie | Leeuwarden |
| 30 november | Presentatie en dansworkshop voor ouderen                                     | Seniorencafé bibliotheek | Sneek      |
| 9 december  | Dansworkshop voor middag voor ouderen                                        | Haren                    | Groningen  |
| 15 december | Presentatie en dansworkshop voor mensen met Parkinson voor het Parkinsoncafé | Sunenz                   | Drachten   |

## 2023

| datum     | Activiteit                   | Organisatie                                   | locatie                 |
|-----------|------------------------------|-----------------------------------------------|-------------------------|
| 11-1-2023 | workshop                     | Parkinsoncafé Groningen                       | Groningen stad          |
| 25-1-2023 | workshop                     | Seniorencafé bibliotheek                      | Bolsward                |
| 22-3-2023 | Presentatie en workshop      | Chronische pijn netwerk                       | Franeke                 |
| 28-3-2023 | Presentatie en workshop      | Stichting Kameraad                            | Leeuwarden              |
| 28-3-2023 | presentatie en workshop      | Amaryllis                                     | Leeuwarden              |
| 17-4-2023 | Presentatie en workshop      | NHL/Stenden Social Work                       | Leeuwarden              |
| 18-4-2023 | presentatie en workshop      | studenten social work NHL Stenden             | Leeuwarden              |
| 22-4-2023 | presentatie en workshop      | patiëntenvereniging MS-café Friesland         | Leeuwarden              |
| 3-6-2023  | workshop                     | jubiläum dag chronische pijn                  | Amersfoort              |
| 6-6-2023  | Presentatie en workshop      | bijeenkomst cultuurcoaches Vrijdag            | Groningen               |
| 6-6-2023  | workshop                     | beweegweek in Gorredijk.                      | Gorredijk               |
| 29-6-2023 | keynote                      | Dansacademie Codarts Rotterdam                | Rotterdam               |
| 7-08-23   | Danslessen voor Parkinson TV | ParkinsonTV                                   | 6 x Online uitzendingen |
| 18-9-2023 |                              | Gezondheidsfestival in Veenhuizen             | Veenhuizen              |
| 19-9-2023 | presentatie en workshop      | Parkinson café Meppel                         | Meppel                  |
| 21-9-2023 | workshop                     | Alzheimer dag Odensehuis Leeuwarden           | Leeuwarden              |
| 23-9-2023 | workshop                     | Burendag Ureterp (initiatief vanuit de Lijte) | Ureterp                 |
| 29-9-2023 | presentatie en workshop      | Parkinson café Appingedam                     | Appingedam              |
| 29-9-2023 | presentatie en workshop      | Parkinson café Emmen                          | Emmen                   |
| 30-9-2023 | workshop                     | Open Dag Fitness HIER                         | Wolvega                 |



|            |                                         |                                                     |             |
|------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------|-------------|
| 6-10-2023  | workshop                                | Opening seizoen 't Clockhuys Haren                  | Haren       |
| 12-10-2023 | workshop                                | Ureterp jong en oud                                 | Ureterp     |
| 12-10-2023 | workshop en presentatie                 | Parkinsoncafé Stadskanaal                           | Stadskanaal |
| 12-10-2023 | workshop en presentatie                 | Parkinson café Assen                                | Assen       |
| 17-10-2023 | Presentatie en workshop                 | ParkinsonNet bijeenkomst                            | Veendam     |
| 18-10-2023 | workshop                                | Toekomst markt Harlingen                            | Harlingen   |
| 30-10-2023 | Presentatie en workshop voor ambtenaren | afdeling Samenleving gemeente                       | Gieten      |
| 14-11-2023 | Presentatie en workshop                 | Bijeenkomst Eenzaamheid gemeente                    | Appingedam  |
| 13-11-2023 | Demonstratie met deelnemers             | Bijeenkomst Parkinson Punt Drenthe PPN demonstratie | Assen       |
| 17-nov     | workshop                                | Try Fysio                                           | Ter Apel    |
| 22-12-2023 | workshop                                | Zorggroep Meander                                   | Veendam     |
| 11-10-2023 | workshop                                | Mei Jo van Kwadrant groep                           | Drachten    |
| 9-10-2023  | workshop                                | Mei Jo van Kwadrant groep                           | Heerenveen  |
| 12-10-2023 | workshop                                | Mei Jo van Kwadrant groep                           | Leeuwarden  |
| 10-11-2023 | workshop                                | Mei Jo van Kwadrant groep                           | Wolvega     |
| 27-11-2023 | Keynote                                 | symposium VRA vereniging revalidatie artsen         | Den Bosch   |
| 22-11-2023 | presentatie en workshop                 | Parkinson café Leeuwarden                           | Leeuwarden  |

## Tot juni 2024

| <b>Datum</b> | <b>Activiteit</b>                                                      | <b>organisatie</b>       | <b>Locatie</b> |
|--------------|------------------------------------------------------------------------|--------------------------|----------------|
| 22-01-2024   | Dansworkshop voor 12 studenten en 2 activiteitenbegeleiders            | Noorderpoort             | Blijham        |
| 25-01-2024   | Dansworkshop 12 studenten en 2 activiteitenbegeleiders                 | Noorderpoort             | Winschoten     |
| 06-02-2024   | Presentatie en dansworkshop voor mensen met dementie op Alzheimer-café | Alzheimer-café           | Leeuwarden     |
| 08-03-2024   | Dansworkshop internationale vrouwendag                                 | Sociaal werk Coevorden   | Coevorden      |
| 12-03-2024   | Presentatie en workshop Netwerk fysiotherapeuten                       | Netwerk fysiotherapeuten | Meppel         |
| 15-03-2024   | Workshop opening ZOZ Oosterwolde                                       | ZuidOostZorg             | Oosterwolde    |
| 21-03-2024   | Workshop Alliade voor zorgmedewerkers                                  | Alliade                  | Wolvega        |
| 22-03-2024   | Workshop 50+markt                                                      | Sunenz                   | Drachten       |



|                            |                                                                                     |                         |                        |
|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------|
| 02-04-2024                 | Presentatie en workshop 3e jaars studenten<br>Noorderpoort<br>Maatschappelijke Zorg | Noorderpoort            | Groningen              |
| 20-04-2024                 | Presentatie en workshop voor mensen mensen met Nah                                  | NAH patiëntenvereniging | Beetsterzwaag          |
| 13-05-2024                 | Presentatie en workshop                                                             | alzheimercafé           | Wolvega                |
| 13-05-2024                 | workshops voor studenten tijdens Creatief Agogisch Festival                         | NHL Stenden             | Leeuwarden             |
| 25-05-2024 +<br>26-05-2024 | dance talks en workshop en presentatie                                              | Podium Zuidhaege        | Move Me Festival Assen |
| 27-05-2024                 | energizer en presentatie voor netwerk Sportakkoord en VNG                           | VNG                     | Leeuwarden             |
| 28-05-2024                 | Workshop ontmoetingsplek (dementerenden)                                            | Amaryllis               | Bilgaard Leeuwarden    |
| 03-06-2024                 | workshop Kunstenschool                                                              | Kunstenschool           | Stadskanaal            |
| 05-06-2024                 | Workshop Parkinson jaarcongres                                                      | Parkinsonnet            | Nieuwegein             |
| 06-06-2024                 | Workshop tijdens symposium Talmahuizen voor zorgmedewerkers                         | Talmalectoraat          | Emmeloord              |
| 13-06-2024                 | workshop Parkinson café Assen                                                       | Parkinson café Assen    | Assen                  |
| 18-06-2024                 | Workshop Gemixte ouderen                                                            | Alliade                 | Heerenveen             |
| 21-06-2024                 | workshop vrijwilligers                                                              | Luisterlijn             | Leeuwarden             |
| 25-06-2024                 | Workshop ontmoetingsplek (dementerenden)                                            | Amaryllis               | Bilgaard Amaryllis     |
| 10-06 t/m 30-06-2024       | Workshops op 6 locaties van Zinnzorg                                                | Zinnzorg                | Groningen              |
| 03-07-2024                 | Workshop Gemixte ouderen                                                            | Amaryllis               | Stiens                 |
| 09-07-2024                 | Workshop Gemixte ouderen                                                            | Alliade                 | Heerenveen             |
| 16-07-2024                 | Workshop ontmoetingsplek (dementerenden)                                            | Amaryllis               | Bilgaard leeuwarden    |
| 19-09-2024                 | workshop Alzheimer café                                                             | Alzheimer café          | Winsum                 |



|            |                             |                           |                 |
|------------|-----------------------------|---------------------------|-----------------|
| 20-09-2024 | Presentatie en workshop NAH | Trefpunt Groningen        | Groningen       |
| 08-11-2024 | Workshop voor mantelzorgers | Dag voor de Mantelzorgers | Baflo Groningen |



## Bijlage 5. Overzicht onderzoek (studenten)projecten gekoppeld aan Dans op Recept

| Naam uitvoerder<br>Organisatie                | Functie destijds              | Soort project                                                                                                                                                                                                            | Eindproduct                                                                                                                  | Resultaten                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------|-------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Wya Feenstra<br>Revalidatie Friesland<br>2022 | Revalidatiearts / onderzoeker | An exploratory longitudinal cohort study to investigate the effect of dance on self-esteem in people with PD. Second, we analyzed the effects on quality of life, balance confidence and the severity of motor symptoms. | Gepubliceerd artikel; J Neurol. 2022 Jun 28<br>Mondelinge presentatie DCRM (internationaal revalidatie congres) 2018 en 2020 | Self-esteem scores were stable across the two baseline measurements and improved significantly after the dance classes (1.5 points improvement between T1b and T2, 95% CI: 0.3, 2.7; p=0.012). Additionally, quality of life improved significantly (3.4 points reduction between T1b and T2, 95%CI: -5.7, -1.2; p=0.003) as did motor symptoms (6.2 points reduction between T1b and T2, 95%CI: -10.1, -2.4; p=0.002). Balance confidence did not change. |
| Anje Groen<br>Dans op Recept<br>2022          | Vrijwilligster                | Start enquête voor alle deelnemers aan de proefles                                                                                                                                                                       | Uitwerking start enquête danslessen Dans op Recept per locatie en Friesland breed.                                           | 63 deelnemers hebben de enquête ingevuld. De leeftijd varieert tussen de 50 en 90 jaar. De grootste groep deelnemers is tussen 60 en 70                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |



|  |  |                   |                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--|--|-------------------|---------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | voor<br>Parkinson | O.a. voor<br>terugkoppeling<br>aan fondsen. | <p>jaar oud. De meerderheid van deze deelnemers gaat naar de les omdat ze denken dat het goed voor ze is.</p> <p>De meeste deelnemers zijn van de lessen op de hoogte gebracht door de fysiotherapeut / arts of zorgverlener. De krant wordt ook opgegeven als middel om in aanraking te komen met de danslessen.</p> <p>De meerderheid heeft geen danservaring. Ze kijken voornamelijk uit naar de lessen / het dansen en naar lichamelijke verbetering. Het sociale aspect wordt daarnaast genoemd. Waar de mensen tegenop kijken is voornamelijk pijn en de angst om te vallen.</p> <p>Het grootste deel van de deelnemers is Parkinsonpatiënt, bijna een kwart is mantelzorger en er is één belangstellende.</p> |
|--|--|-------------------|---------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



|                                              |                                                                             |                                                                                             |                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tahmina Rahimi<br>Universiteit Utrecht       | 4 <sup>e</sup> jaars geneeskunde student                                    | Uitvoeren metingen eerste onderzoek. Interviews afnemen. Meeschrijven artikel.              | Meegeschreven aan gepubliceerde artikel, CV building                                                                                                                | Zie conclusie uiteindelijke artikel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Marrit Klamer<br>Rijksuniversiteit Groningen | Master student Bewegingswetenschappen. Als vrijwilliger de metingen gedaan. | Uitvoeren metingen eerste onderzoek. Invoeren data.                                         | CV building                                                                                                                                                         | Zie conclusie uiteindelijke artikel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Lisa Rooks<br>Hanzehogeschool Groningen      | 4 <sup>e</sup> jaars fysiotherapie student                                  | Review schrijven<br>Uitvoeren metingen eerste onderzoek. Interviews afnemen. Invoeren data. | Afstudeerscriptie fysiotherapie<br>EFFECTEN VAN DANSTHERAPIE OP HET NIVEAU VAN ADL-FUNCTIONEREN BIJ PATIËNTEN MET DE ZIEKTE VAN PARKINSON: EEN SYSTEMATISCHE REVIEW | 5 studies geïncludeerd, 4 RCT's en 1 clinical trial. Kwaliteit beoordeeld met PEDro (4-7/10) en STROBE (19/22) checklist. Geen studie met ADL als primaire uitkomstmaat, wel secundair. Er wordt vooral gekeken naar motorisch functioneren en minder op ADL en participatie niveau. Conclusie: dans lijkt een positief effect te hebben om ADL functioneren, echter de resultaten zijn niet significant. |
| Suze Gort<br>ArtEZ University of Arts Arnhem | 4 <sup>e</sup> jaar student Dans Docent (nu student bewegingswetenschappen) | Kwalitatief onderzoek danslessen Parkinson om lessen te                                     | Tot het weer dinsdag is<br>De wens van de parkinsonpatiënt centraal in de dansles                                                                                   | In de scriptie worden een aantal aanbevelingen gegeven om de danslessen te optimaliseren, besproken worden                                                                                                                                                                                                                                                                                                |



|                                                                                         |                                                                   |                                                                                                                  |                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                         |                                                                   | optimaliseren                                                                                                    |                                                                                  | o.a. het gebruik van creatieve opdrachten, spiegels en aanwezigheid mantelzorgers.                                                                                                                                                               |
| Joyce Dijkstra<br>Hanze Hogeschool Groningen                                            | 4 <sup>e</sup> jaars student fysiotherapie                        | Kwalitatieve analyse exit interviews                                                                             | Afstudeerscriptie fysiotherapie 3 <sup>e</sup> prijs 'beste scriptie studiejaar' | Zie tabel 3 lijst met thema's<br>Opmerkelijk: De ervaren invloed op de motoriek lijkt in de data het minst belangrijk te zijn voor de participanten. Echter is het voor sommige participanten wel de motivatie om mee te doen aan Dans op Recept |
| Heleen Reinders-Messelink<br>Revalidatie Friesland                                      | Beleidsmedewerker wetenschappelijk onderzoek                      | Substitutie onderzoek                                                                                            | Verslag voor Innovatiefonds De Friesland                                         | 11 van de 28 (39%) deelnemers zijn minder fysiotherapie gaan gebruiken sinds start danslessen (15 FT gelijk, 2 freq omhoog om andere reden)<br>Geen van de ondervraagden (n = 31) rapporteerde gezondheidsproblemen door dansen.                 |
| Jorine Schoenmaker<br>Rijksuniversiteit Groningen<br>In samenwerking met Dans op Recept | Master student Human Movement Sciences, specialisatie Revalidatie | Eigen onderzoek naar gebruikte leerstrategieën (explicit and implicit motor learning) in reguliere fysiotherapie | Masterscriptie Bewegingswetenschappen<br>Poster DCRM 2020                        | Both dance teachers and physiotherapists made more use of implicit methods. And in terms of frequency, dance teachers employed more implicit methods while making less use of                                                                    |



|                                            |                                            |                                                                                                                                             |                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------------|--------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                            |                                            | e en danslessen.                                                                                                                            |                                                             | explicit methods than physiotherapists.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Wendy Bergstra<br>Avans+ Hogeschool Zwolle | Fysiotherapeut, master opleiding Geriatrie | Kwalitatief onderzoek naar factoren die van invloed zijn op beweeggedrag bij mensen met Parkinson (8 semi-gestructureerde interviews)       | Afstudeerscriptie Masteropleiding Geriatrich fysiotherapeut | <i>Conclusion:</i> This study provided insight into how patients with Parkinson's disease feel about the factors that influence exercise behavior. A number of factors identified in the present study corresponded with the wider literature. Self-efficacy and emotional, physical and social factors all played a key role in patients' exercise behavior. |
| Wendy Verhoeven<br>Avans Hogeschool Breda  | 4 <sup>e</sup> jaars student fysiotherapie | Kwalitatief onderzoek: hoe ervaren Parkinsonpatiënten danstherapie? (6 semi-gestructureerde interviews, fenomenologische onderzoeksmethode) | Afstudeerscriptie fysiotherapie                             | <b>Conclusie:</b> Het sociale aspect is een belangrijk onderdeel van danstherapie. De ongedwongen en ongestructureerde manier van bewegen, en de afwisseling in zowel muziek als de oefeningen, werd duidelijk benoemd als prettig en plezierig.                                                                                                              |



|                                                        |                                               |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Wya<br>Feenstra<br>Revalidatie<br>Friesland            | Revalidatiearts /<br>onderzoeker              | An<br>exploratory<br>longitudinal<br>cohort study<br>to investigate<br>the effect of<br>dance on<br>self-esteem,<br>quality of life,<br>participation<br>and balance<br>confidence in<br>people with<br>acquired<br>brain injury                    | Submittable<br>artikel?<br>Momenteel N =9  | Dataverzameling<br>heeft<br>plaatsgevonden,<br>lessen in<br>Coronatijd gestart.<br>Hoeveelheid en<br>volledigheid data<br>valt erg tegen. Dit<br>geldt meer voor<br>Chronische Pijn<br>dan NAH.                                                                                                                                  |
| Wya<br>Feenstra<br>Revalidatie<br>Friesland            | Revalidatiearts /<br>onderzoeker              | An<br>exploratory<br>longitudinal<br>cohort study<br>to investigate<br>the effect of<br>dance on<br>pain, self-<br>esteem,<br>quality of life,<br>participation<br>and fear of<br>movement in<br>people with<br>chronic<br>musculoskel<br>etal pain | Submittable<br>artikel??<br>Momenteel N =6 | Dataverzameling<br>heeft<br>plaatsgevonden,<br>lessen in<br>Coronatijd gestart.<br>Hoeveelheid en<br>volledigheid data<br>valt erg tegen. Dit<br>geldt meer voor<br>Chronische Pijn<br>dan NAH.                                                                                                                                  |
| Dennis<br>De Bruin<br>Hanzehoges<br>chool<br>Groningen | 4 <sup>e</sup> jaars student<br>fysiotherapie | Voorlichting<br>geven aan<br>deelnemers<br>.<br>Systematic<br>he review<br>effect dans<br>bij<br>chronische<br>pijn                                                                                                                                 | Afstudeerscriptie<br>fysiotherapie         | <b>Conclusie:</b> Uit het<br>onderzoek is<br>gebleken, dat dans<br>een effectieve<br>interventie blijkt te<br>zijn op de kwaliteit<br>van leven, bij<br>mensen met<br>chronische pijn.<br>Uit deze studies<br>komt niet alleen<br>naar voren dat<br>dansen effect<br>heeft op kwaliteit<br>van leven, maar<br>ook op pijn en het |



|                                                  |                                            |                                                                                 |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------|--------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                  |                                            |                                                                                 |                                                                     | dagelijks functioneren. Dans kan ingezet worden door de fysiotherapeut als effectief middel tegen chronische pijnklachten en de kwaliteit van leven verbeteren.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Hester Cruiming<br>Hanzehoge school<br>Groningen | 4 <sup>e</sup> jaars student fysiotherapie | Voorlichting geven aan deelnemers .<br>Systematische review effect dans bij NAH | Afstudeerscriptie fysiotherapie<br>Kwalitatief goed, te publiceren? | In de zes geïncludeerde studies kwam een verbetering naar voren in de balans welke is gemeten middels de Berg Balance Scale of MiniBESTest. Naast een verbetering in de balans is er in twee studies een verbetering gevonden op het valrisico welke is gemeten middels de Functional Reach Test. Als derde en laatste uitkomstmaat laten vier studies een verbetering zien in de functionele mobiliteit na het volgen van dans wat door middel van de Timed Up and Go test is gemeten. |



|                                                      |                                                                       |                                                                                                                                                              |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Mirjam Veeneman<br>NHL Stenden Hogeschool Leeuwarden | Studente Verpleegkunde<br>In opdracht van TALMA lectoraat NHL Stenden | Dansen als interventie bij de ziekte van Parkinson, niet aangeboren hersenletsel en chronische pijn. De samenwerking tussen de verpleegkundige en kunstenaar | Afstudeerscriptie HBO-V genomineerd voor de van Welderen prijs en de LC awards. | Verpleegkundigen zijn over het algemeen positief over het inzetten van kunst op de afdeling. Wel zit er verschil in intrinsieke motivatie om dit in te zetten op de afdeling en te signaleren, gezien verschillen in interesse en verschillende ervaring in werkdruk. De minderheid van de verpleegkundigen had meegemaakt dat er danskunst werd ingezet op de afdeling. Geen van de verpleegkundigen heeft een danskunstenaar getroffen in diens loopbaan als zorgverlener. Verpleegkundigen beschikken vaak over de kennis wat kunst kan doen met de mentale gesteldheid en gezondheid, maar er ontbreekt specifieke kennis over de doelgroepen. Dit betreft voornamelijk de fysieke voor- en eventuele nadelen. Er is behoefte naar het implementeren van behoeften in |
|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



|                                            |                                                |                                                              |                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                            |                                                |                                                              |                                                                | het zorgplan, scholing voor verpleegkundigen en een centraal aanspreekpunt voor de samenwerking en organisatie van kunstactiviteiten.                                                                                                                                                                                                                        |
| Lisa Rooks<br>Avans+ Hogeschool Zwolle     | Fysiotherapeute.<br>Master opleiding Geriatrie | Uitwerken data<br>Chronische Pijn<br>Exit interviews afnemen | Afstudeerscriptie<br>Masteropleiding Geriatisch fysiotherapeut | Door ziekte niet af kunnen ronden                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Jacolien Doorn<br>Avans+ Hogeschool Zwolle | Fysiotherapeute.<br>Master opleiding Geriatrie | Uitwerken data NAH<br>Exits interviews afnemen               | Afstudeerscriptie<br>Masteropleiding Geriatisch fysiotherapeut | <b>Conclusie:</b> Er zijn aanwijzingen dat er een verbetering kan optreden in zelfwaarde en vertrouwen in eigen kunnen bij NAH patiënten door de danslessen.<br><b>Impact statement:</b><br>Danslessen kunnen mogelijk een waardevolle toevoeging zijn voor chronische NAH-patiënten om niet alleen op fysiek vlak vooruit te gaan maar ook in zelfwaarde en |



|                                      |      |                                                                                               |                                               |                                                                          |
|--------------------------------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
|                                      |      |                                                                                               |                                               | vertrouwen in eigen kunnen.                                              |
| Vacature staat uit voor studenten    |      | Uitwerken Exit interview NAH (n=9)                                                            | Afstudeerscriptie Input voor vervolgonderzoek | Volgt                                                                    |
| Vacature staat uit voor studenten    |      | Uitwerken Exit interviews Chronische pijn (n=6)                                               | Afstudeerscriptie Input voor vervolgonderzoek | Volgt                                                                    |
| LKCA 2023 Kunst als verwonder middel | LKCA | Over de inzet van actieve cultuurparticipatie voor Positieve Gezondheid in de eerstelijnszorg |                                               | <a href="#">Kunst-als-verwondermiddel_DEF-1[2305843009279583442].pdf</a> |

