

Dance for PD och Danshälsa



Sir Tony Cragg

1

<https://www.sv.se/avdelningar/sv-jonkopings-lan/kategorier/danshalsan>

<https://folkhalsaochsjukvard.rjl.se/folkhalsa/folkhalsa/folkhalsa/dans-for-sig-med-parkinson-kultur-for-halsa/>

<https://www.folkuniversitetet.se/vara-skolor/balettakademien-dansstudion/balettakademien-stockholm/kurser/kurser-for-vuxna/ba-danshalsa/>

<http://www.kulturellahjarnan.se/sv/hem/>

2

IADMS
- International Association for
Dance Medicine & Science

<https://www.youtube.com/watch?v=HjpNV6jCMNY>

<https://www.movementdisorders.org>

<https://www.movedisorder.org>

3

På hemmaplan...

<https://www.youtube.com/watch?v=xRepMcE2MSw>

<https://www.youtube.com/watch?v=ZwGCYLGHZ2k>

<https://www.youtube.com/watch?v=ShsByAfGX7s>

4

Fler länkar:

<https://esmed.org/MRA/mra/article/view/5755>

<https://www.communitydance.org.uk>

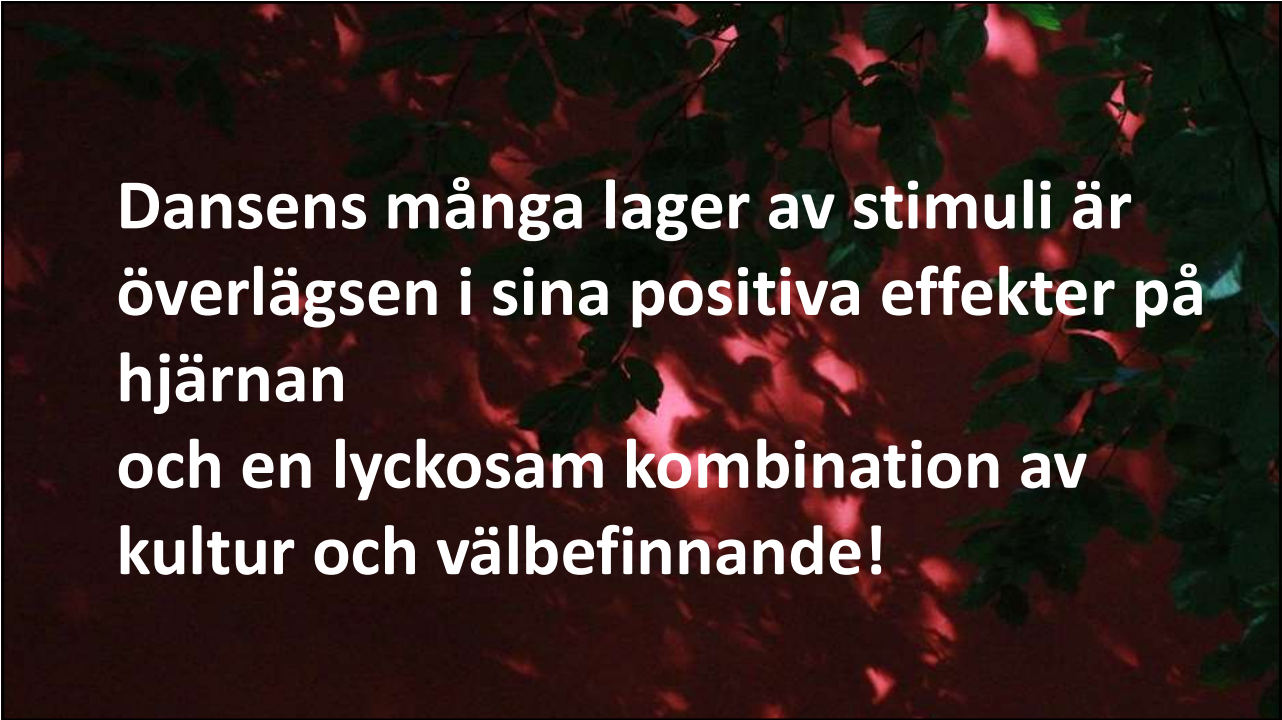
<https://www.folkuniversitetet.se/vara-skolor/balettakademien-dansstudio/balettakademien-stockholm/kurser/kurser-for-vuxna/danshalsa/>

https://parkinsonskane.se/evenemang/lund-har-dans-och-rorelsetraining-med-birgitta-och-laura-2-2/2024-11-07/?utm_campaign=cmp_3222454&utm_source=getnewsletter&utm_medium=email

https://www.theguardian.com/society/2018/nov/05/parkinsons-disease-and-dance-it-keeps-me-alive?CMP=share_btn_fb&fbclid=IwAR13xOLVFBHrEZTlrhlsWR3WCAUCZMhY0hI9ifXVE8rBL9PSSRWaqYsk7Wc

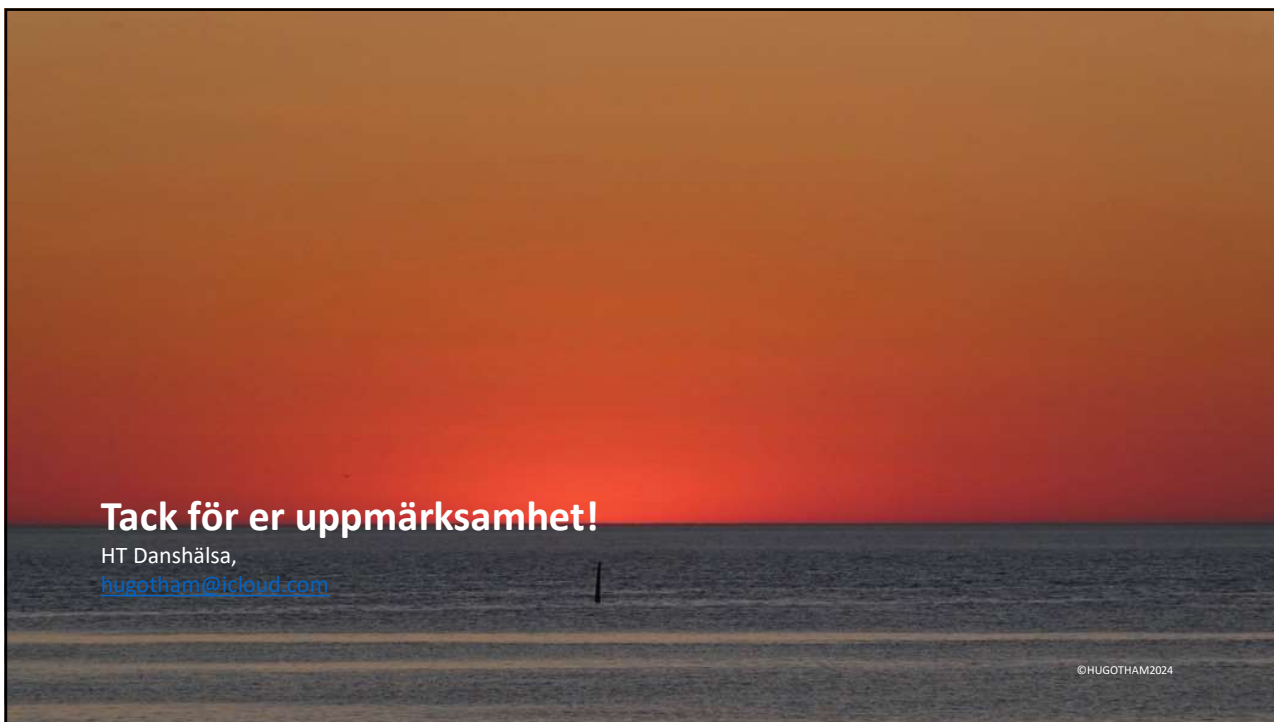
<https://theconversation.com/how-mindfulness-and-dance-can-stimulate-a-part-of-the-brain-that-can-improve-mental-health-184925?fbclid=IwAR2JIo0B0rWsx0IbvBHHnbTxJZF7--JoeuU9NALDtCOKDp3KVnz1O4V8sm4>

5



Dansens många lager av stimuli är överlägsen i sina positiva effekter på hjärnan och en lyckosam kombination av kultur och välbefinnande!

6



7