

## ZET JE BREIN IN BEWEGING



RGM NEDERLAND

De Ronnie Gardiner Methode is ontwikkeld door de Amerikaanse jazz-drummer Ronnie Gardiner in de jaren tachtig van de vorige eeuw. Hij was van plan een methode te ontwikkelen die gebruikt kon worden om kinderen te helpen bij hun muzikale en motorische ontwikkeling. Al gauw bleek echter dat de methode zeer geschikt was om in te zetten voor mensen met aandoeningen aan het centraal zenuwstelsel (CVA/NAH, Parkinson, MS en dementie). In Zweden (waar Ronnie Gardiner al 50 jaar woont) is hij in 1993 begonnen met het opleiden van fysiotherapeuten, logopedisten muziektherapeuten en docenten basisonderwijs tot practitioner. Sindsdien wordt de methode toegepast in ziekenhuizen, revalidatiecentra, in praktijken en op scholen.

Een vrolijke, gestructureerde multi-sensorische oefenmethode voor de hersenen, waarbij ritme en muziek worden ingezet om o.a. beweging en spraak te stimuleren. Doordat er meerdere hersengebieden tegelijkertijd geactiveerd worden (denk aan: zien, horen, motoriek, spraak, geheugen) is het een enorm sterke manier om de conditie van de hersenen te verbeteren.

EN.....het is gewoon echt héél erg leuk.

De methode is geschikt voor iedereen. Jong/oud. Dik/dun. Goed of slecht ter been (zittend meedoen is heel gewoon). En niet vergeten dat bewegen goed is voor alle leeftijden!


ONTMOETEN start op 17 mei a.s. om 09.45 uur met een test voor de groep "Meet me at the Gym"

bij Total Fit, Hoge Heide 2 in Vlijmen. Komt u gerust kijken. U bent meer dan welkom.

Bij voldoende belangstelling kunnen en willen we ook starten in Drunen én (Oud)Heusden.

**Geïnteresseerd?** Meldt u zich dan aan als belangstellenden.

Wij houden u dan op de hoogte! Deelname kosten zullen zo laag mogelijk gehouden worden.

*Inschrijving is noodzakelijk.*  Stuur een mailtje naar [info@ontmoeten.nl](mailto:info@ontmoeten.nl)