

Dansprojekt för tjejer,
som dansar för att må bättre.

A photograph of two young women in a dance studio. The woman in the foreground is seen from the back, wearing a blue long-sleeved shirt, with her long brown hair tied up and slightly messy. The woman in the background is wearing a light grey long-sleeved shirt and is smiling while dancing. The background is a bright, out-of-focus dance studio.

**Dansa
utan krav!**

Trött på krav och prestation, vill du dansa och ha kul med andra?

Som deltagare i Dansprojektet är man tjej och går i åk 7 – åk 3 på gymnasiet, har något/några av nedanstående besvär och besöker elevhälsan/annan samtalskontakt upprepade gånger. Stress, oro, ont i magen, nedstämdhet, ont i huvudet, ont i nacke/rygg, trötthet/sömnbesvär, ensamhet

18 Februari startar en dansgrupp där du har möjlighet att vara med! Dansstudion ligger på Studieförbundet Vuxenskolan i Jönköping. 75 minuter en gång i veckan:

Måndagar 16.30 – 17.45

”Fokus ligger på rörelseglädje och kravlöshet, inte på prestation!”

Upplägg

Uppvärmning, danskoreografi, eget skapande, stretch och avslappning. Olika dansstilar kommer att utövas som Afro, Jazz, Funk och Modernt. Det finns inga krav på förkunskaper!

Anmälan

Anmäl dig via elevhälsan eller annan vuxenkontakt/samtalskontakt, till amanda.lindberg@sv.se eller ring 036-19 00 40. Ange namn, ålder, adress och telefonnummer samt kontaktuppgift till vårdnadshavare. Dansen startar med ett informationsmöte torsdagen den **4 Februari** på Studieförbundet Vuxenskolan. **Välkommen!**

Frågor?

Amanda Lindberg, Studieförbundet Vuxenskolan, amanda.lindberg@sv.se, 0704-313931 eller Ida-Klara Johansson, Region Jönköpings län, 070-590 56 05, ida-klara.johansson@rjl.se

Läs mer: www.1177.se/jonkopings-lan/dansfortjejer

