

# Kersverse Stichting Uit de Kunst geeft gehoor aan groeiend probleem

GORINCHEM – Eén op de zeven kinderen is te zwaar. Een groeiend probleem onder jongeren en kinderen. In de afgelopen 20 jaar is het aantal kinderen met overgewicht verdubbeld.

Dat beaamt ook Marina Bykova, dansdocente van het nieuwe Instituut voor Dans en Muziek. Zij pleit voor meer beweging bij kinderen en jongeren. Onlangs is het Instituut voor Dans en Muziek in het leven geroepen door dansdocente Marina Bykova, waarmee ze gehoor geeft aan de behoefte bij scholen en ouders voor meer dans en bewegingsactiviteiten.

„Kinderen hebben te veel energie om niet te bewegen. Door dans krijgen ze werkelijk ‘lenige hersenen’. Onderzoek toont aan dat de hersenen tijdens dansen optimaal werken en het lichaam nuttige stoffen aanmaakt. Het gewicht neemt daardoor af. Dans als therapie wordt steeds vaker aangeraden en toegepast in het speciaal onderwijs. Ons lesprogramma ‘Uit de kunst!’ is dan ook met veel belangstelling en enthousiasme op scholen ontvangen.”

Met haar jarenlange ervaring met kinderen heeft Marina binnen haar kersverse stichting een eigen en

unieke methode ontwikkeld, die kinderen laat kennismaken met verschillende stijlen van dans en beweging. Ook leert zij kinderen te luisteren naar ritme en muziek door het eerst te laten voelen in hun lichaam.

„Tijdens onze lessen worden lichaam, hersenen en gevoel actief gebruikt. Leerkrachten geven aan dat kinderen op school behoefte hebben aan dit soort activiteiten. En de stralende gezichten van kinderen geven ons werkelijk de vleugels voor deze nieuwe start”, aldus de trotse oprichtster van de Stichting.



*Dansdocente Marina Bykova met haar jongste groep kinderen.*