

Tanz soll die Seele stabilisieren, Weser Kurier (3. August 2021)

## Tanz soll die Seele stabilisieren

**Z**ur Verbesserung der seelischen Gesundheit soll eine neue Selbsthilfegruppe für Menschen, die unter Depressionen oder Angstzuständen leiden, aufgebaut werden. Dabei wird eine neue kreative Methode unter freiem Himmel angewendet: Voyomtanz. Einfache Ausdruckstänze werden verbunden mit Gefühlen, Gedanken und Texten, die sich die Teilnehmer beim Summen wie ein Lied dazu denken. Die Grundlagen wird die neue Gruppe, die sich dienstags im Freien treffen wird, gemeinsam erlernen. Interessierte können sich beim Netzwerk Selbsthilfe unter der Telefonnummer 70 45 81 oder per E-Mail an [info@netzwerk-selbsthilfe.com](mailto:info@netzwerk-selbsthilfe.com) melden. RIK