

Dance for iNtergenerational Community Engagement (D4NCE) Tanz für generationenübergreifendes Engagement in der Gemeinschaft

WORUM GEHT ES IN DER STUDIE?

Sozialisieren Sie und tanzen Sie gemeinsam in einer **KOSTENLOSEN TANZKURSREIHE** und teilen Sie Ihre Erfahrungen davor und danach.

Wir untersuchen, wie sich das Wohlbefinden verändert und wie sich soziale Beziehungen entwickeln über eine Reihe von Tanzkursen «D4NCE». Um dieser Frage nachzugehen, werden die D4NCE-Tanzkurse entweder altersgemischt oder altersgleich sein.

WER KANN TEILNEHMEN?

Sie können teilnehmen, wenn Sie:

- **55 Jahre oder älter** sind; Die **deutsche Sprache** beherrschen
- **Wenig bis gar keine Tanzerfahrung** haben
- **Körperlich in der Lage sind, an einem Tanzkurs teilzunehmen**

WIE SIEHT DER STUDIENABLAUF AUS?

Eine Tanzkursreihe, die aus 2x 60-min. Tanzeinheiten pro Woche über 10 Wochen besteht.

Zusätzlich zur Tanzkursreihe, bitten wir Teilnehmer*innen, an zwei Terminen Fragebögen auszufüllen und Gehirnaktivitäten aufzeichnen zu lassen, während Sie kognitive Aktivitäten machen (Dauer: jeweils 90 min).

Nach jeder Woche werden Sie gebeten, Ihre Erfahrungen mitzuteilen.

Wo und wann?

Tanzen: ASVZ Irchel ab 4. Mai 2026

Option 1 (55+): Mo. 15:30-16:30 & Mi. 13:30-14:30

Option 2 (18-35 oder 55+): Mi. 15:00-16:00 & Fr. 15:30-16:30

Zusätzliche Termine: ETH Zürich; Vereinbarung nach Ihrer Verfügbarkeit

WAS ERHALTE ICH FÜR MEINE TEILNAHME?

Wir bieten die Tanzkursreihe kostenlos an.

Als Gegenleistung für die zwei zusätzlichen Termine bekommen Sie eine personalisierte Wasserflasche und CHF 75.