



## LITTLE MOVEMENT - when every step is cherished

### GEWELDIG DAT JE LITTLE MOVEMENT GAAT VERTONEN.

In deze info-kit vind je alle informatie die je nodig hebt o.a.:

- de links naar de de film, inclusief aftermovie, beeldmateriaal en dans-oefening
- inspirerende tafelvragen voor een verdiepend nagesprek
- een makkelijk aan te passen uitnodiging voor je publiek
- een inclusieve (dans)-oefening
- tips om de film te vertonen

**Little Movement is een korte dansfilm waarin zes mensen met de ziekte van Huntington geportretteerd worden.** De film laat de kijker op poëtische wijze hun gesloten wereld ervaren en toont de positieve energie, de overlevingslust en de veerkracht van hun kwetsbare bestaan. Little Movement is een film van Maaïke van de Westeringh (regisseur, choreograaf, danser) en Sergio Gridelli (filmmaker) naar initiatief van Jaap Wagenaar (specialist ouderengeneeskunde)

### ONZE AMBITIE

Wij willen Huntington (inter-)nationaal meer bekendheid geven en zorgen voor dieper maatschappelijk bewustzijn rondom deze gemene ziekte. Daarom bieden we je deze film en extra's kosteloos aan. In bredere context is de film een pleidooi om bewuster te leven, te genieten van je beschikbare tijd. Door de intensieve zorg die deze progressieve ziekte vraagt, wordt het leven van Huntington-patiënten gestructureerd en gereguleerd. Juist daarom is vrij, intuïtief en vooral op je eigen voorwaarde bewegen essentieel. Het zorgt voor kleine maar o zo belangrijke vreugdemomenten. We brengen met Little Movement de boodschap van de Little Movement-performers over: om te **leven in het hier en nu**. Zij kennen het beloop van de ziekte van Huntington, weten hoe hun toekomst er uit kan gaan zien en beseffen daardoor hoe kostbaar het huidige moment is. Dit wordt gesymboliseerd door volledig op te kunnen gaan in de dans.

### SCREENING SUGGESTIES:

Little Movement is een korte film, daarom is het belangrijk dat de juiste aandacht er is. Fijn als je begint met een korte inleiding (zie bijv. link persbericht) zodat iedereen weet waar ze naar kijken.

- Bekijk als organisator/ gespreksleider de film ter voorbereiding vast een keertje.
- De film kan online worden afgespeeld vanaf het Vimeo-platform. Check daarom van te voren of er een goede internetverbinding is, en of de film zonder problemen afspeelt.
- De lange versie (20 min.) kan vanaf Vimeo gedownload worden. NB: We verzoeken je de film na vertoning direct te verwijderen van harde schijf of andere dragers.
- Zorg voor een groot scherm en voor vrij zicht zodat iedereen het goed kan zien.
- Demp de lichten en zorg voor rust voor aanvang van de film.
- De dansoefening kan zowel staand als zittend uitgevoerd worden, als intro of als afsluiting ingezet worden.
- Volgorde suggestie: laat eerst de korte film en aftermovie zien, pak een kopje thee, begin het nagesprek door middel van vragen en sluit af met de dans-oefening.

## HET NAGESPREK

Met onze ambities in het achterhoofd bieden we je hierbij een aantal vragen aan ter inspiratie, je kunt er vast nog een aantal bedenken die jouw specifieke doelgroep aanspreekt.

- Wat roept deze film bij je op?
- Wat raakt je in de bewegingen die de dansers maken?
- Wat vind je van de interviews?
- Hoe vind je dat de dansers in het leven staan?
- Hoe komt de boodschap van de performers bij jou binnen?
- In hoeverre denk je dat dans en muziek kunnen bijdragen aan het leven van mensen (met een progressieve ziekte)?
- In hoeverre kan deze film je anders laten kijken naar je eigen leven?

## LINKS NAAR FILM, BEELD, PROMOTIEMATERIAAL

[Link naar trailer](#)

[Link naar film](#) →

[Link naar film met aftermovie \(Nederlandse subs. - 20 min.\)](#)

[Link naar film met aftermovie \(English subs.- 20 min.\)](#)

[Link naar film](#)

[Globale uitleg ziekte van Huntington](#)

[Link naar dansoefening](#)

[Link naar persbericht](#)

[Link naar een poster voor jouw event](#)

[Link naar de LM-promo poster](#)

[Link naar beeldmateriaal](#) - gebruik onder vermelding van fotograaf: © Sergio Gridelli

## WIL JE MEER WETEN OVER DE ZIEKTE VAN HUNTINGTON OF HOE VERTONINGEN EERDER HEBBEN PLAATSGEVONDEN?

Neem contact op met Jaap Wagenaar, specialist ouderengeneeskunde.

Stuur een bericht naar: [jwagenaar@amstelring.nl](mailto:jwagenaar@amstelring.nl) en zie: <https://amstelring.nl/ziekte-van-huntington>

## HEB JE INTERESSE IN EEN LIVE DANS-WORKSHOP TIJDENS JOUW BIJEENKOMST

Regisseur van Little Movement Maaïke van de Westeringh (danser, choreograaf) maakt inclusieve dans- / bewegings-workshops op maat. Neem contact met haar via: [maaïke@kudde.info](mailto:maaïke@kudde.info) of bel: 06-19943179.

## BEDANKT!

We wensen jullie, namens makers en performers, een mooie vertoning toe! We horen graag hoe de Little Movement-bijeenkomst ervaren is, en – belangrijk – met hoeveel personen jullie waren zodat wij dat onze subsidiegevers weer kunnen laten weten. Stuur je ons een mailtje? Dat kan naar [info@kudde.nl](mailto:info@kudde.nl), dankjewel!

