

## Muzykoterapia dla seniorów - bezpłatne wejściówki



## **Muzykoterapia dla seniorów - bezpłatne wejściówki**

Data publikacji

04.11.2021 13:42

## **Centrum Kulturalno-Kongresowe w Toruniu - CKK Jordanki zaprasza na Muzykoterapię dla seniorów.**

Zajęcia odbędą się 07.11.2021 r., w godz. 10:00 – 11:00, w Sali Prób CKK Jordanki, Aleja Solidarności 1-3, w Toruniu. Zajęcia mają na celu popularyzację metody muzykoterapii wśród seniorów, jako elementu stymulującego aktywność umysłową i fizyczną. Podczas zajęć wykorzystane będą: technika improwizacji ruchowej, techniki wizualizacyjne, relaksacyjne, itp. Będzie to jednocześnie okazja do integracji z innymi uczestnikami spotkań w miłej atmosferze.

Korzyści płynące z zajęć Muzykoterapii: poprawa koncentracji, trening wyobraźni, trening koordynacji ruchowej, rozwijanie własnej kreatywności, rozwijanie umiejętności interpretacji muzyki, rozwijanie interakcji z drugą osobą, zdobycie umiejętności improwizacji ruchowej.

Liczba miejsc jest ograniczona. Bezpłatne wejściówki można odebrać w kasie CKK Jordanki.

[Więcej informacji.](#)

Źródło: <http://mywtoruniu.pl/muzykoterapia-dla-seniorow-bezplatne-wejsciwki/>

Grafika: <https://pixabay.com/pl/>

- [PDF](#)
- [Drukuj](#)
- [Share](#)
  
- [Więcej aktualności](#)
- [Archiwum aktualności](#)