

Muzykoterapia dla seniorów



Muzykoterapia dla seniorów

Data publikacji

15.03.2024 12:36

Toruńska Orkiestra Symfoniczna zaprasza na zajęcia, których celem jest popularyzacja metody muzykoterapii wśród seniorów, jako elementu stymulującego aktywność umysłową i fizyczną. Podczas zajęć wykorzystane będą: technika improwizacji ruchowej, techniki

wizualizacyjne, relaksacyjne i inne.

Zajęcia odbędą się 24 marca 2024, o godz. 11:00 w Sali Prób, Centrum Kulturalno-Kongresowe Jordanki, Aleja Solidarności 1-3, Toruń.

Zajęcia mają na celu:

- poprawę koncentracji;
- trening wyobraźni;
- trening koordynacji ruchowej;
- rozwijanie własnej kreatywności;
- rozwijanie umiejętności interpretacji muzyki;
- rozwijanie interakcji z drugą osobą;
- zdobycie umiejętności improwizacji ruchowej.

Przygotowanie i prowadzenie: Maja Wlazły

Liczba miejsc ograniczona - bezpłatne wejściówki do odbioru w kasie CKK Jordanki od 14 marca 2024 r.

Zachęcamy do udziału.

Źródło: <https://jordanki.torun.pl/event/muzykoterapia-dla-seniorow-torun-2-2-2-2-2-2-2-2-2-3-2/>

Grafika: <https://www.pexels.com/pl-pl/zdjecie/pisanie-siedzenie-muzyka-muzyk-7322028/>

- [PDF](#)

- [Drukuj](#)

- [Share](#)

- [Więcej aktualności](#)

- [Archiwum aktualności](#)