

### Muzykoterapia dla seniorów



[1]

#### **Opis wydarzenia:**

Zajęcia z muzykoterapii dla seniorów, której elementy stymulować mają aktywność umysłową i fizyczną.

Podczas zajęć wykorzystane będą: technika improwizacji ruchowej, techniki wizualizacyjne, relaksacyjne i inne. Będzie to jednocześnie okazja do integracji z innymi uczestnikami spotkań w miłej atmosferze.

Cele zajęć:

poprawa 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 30 grudnia 2021 r.**

**Data:** 09.01.2022 11:00

09.01.2022 12:30

**Miejsce:** CKK Jordanki, Al. Solidarności 1-3

**Organizator:** [Toruńska Orkiestra Symfoniczna](#) [2]

**Kategoria wydarzenia:** Warsztaty

### Położenie:

### Odnosińiki:

[1] <https://torun.pl/sites/default/files/muzykoterapia-12.jpg>

[2] <https://torun.pl/pl/torunska-orkestra-symfoniczna>