

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 3 lutego 2022 r.

Data: 13.02.2022 11:00

13.02.2022 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>