

Hjernetræning med musik for mennesker med demens

Tilbuddet er for dig, som lever med en demenssygdom
– du er velkommen til at tage en ven eller anden pårørende med

Hjernetræning med musik er et supplement til den træning, som du ellers laver for at holde dig i gang. Vi skal træne og udfordre kroppen og hovedet på kryds og tværs. Vi træner til musik og sætter lyde på bevægelserne, mens vi sidder ned. Aktiviteten indebærer, at du er selvhjulpnen i forbindelse med træningen. Vi slutter træningen med afspænding. Det kommer til at være sjovt!



Praktiske oplysninger

Pris: Det er gratis at deltage, men kræver tilmelding
Sted: DemensHjørnet, Ceres Allé 13, 8000 Aarhus C
Underviser: Per Holm Dahl, Aarhus Musikskole

Tidspunkter:

Tirsdag den 12. august	kl. 10.00-11.15
Tirsdag den 19. august	kl. 10.00-11.15
Tirsdag den 26. august	kl. 10.00-11.15
Tirsdag den 2. september	kl. 10.00-11.15
Tirsdag den 9. september	kl. 10.00-11.15
Tirsdag den 16. september	kl. 10.00-11.15
Tirsdag den 23. september	kl. 10.00-11.15
Tirsdag den 30. september	kl. 10.00-11.15
Tirsdag den 7. oktober	kl. 10.00-11.15

Tilmelding:

Ved DemensHjørnet på telefon 87 13 19 37
Telefon- og åbningstid: mandag kl. 9-16 og tirsdag-fredag kl. 9-14

OBS: Der er mulighed for at hoppe på midt i forløbet.

Tilbud om følgeven

Gennem Røde Kors Aarhus er der mulighed for at en frivillig følgeven kan ledsage dig, der lever med demens, til denne kulturaktivitet.

Den frivillige følgeven er behjælpelig med fx bustransport til og fra kulturaktiviteten og er med til selve aktiviteten, og understøtter på denne måde en tryk kulturoplevelse.

Kontakt Louise Jespersgaard i Røde Kors Aarhus for yderligere information på telefon: 60167054 eller på: loujes@rodekors.dk.