Hjernetræning med musik for mennesker med demens og MCI – forår 2027



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

Hjernetræning med musik er et supplement til din øvrige træning og hjælper dig med at holde både krop og hjerne i gang.

Vi arbejder med bevægelse og musik, hvor vi udfordrer kroppen og hovedet på kryds og tværs. Vi træner siddende, bevæger os til musik og sætter lyde på bevægelserne. Træningen foregår i et trygt og hyggeligt fællesskab – og der er plads til smil og latter undervejs.

Underviser: Kirsten Pedersen fra Aarhus Musikskole

Tidspunkter
Mandag d. 4. januar kl. 10.00-11.15
Mandag d. 11. januar kl. 10.00-11.15
Mandag d. 18. januar kl. 10.00-11.15
Mandag d. 25. januar kl. 10.00-11.15
Mandag d. 1. februar kl. 10.00-11.15
Mandag d. 8. februar kl. 10.00-11.15
OBS: Ingen træning i uge 7 (mandag d. 15. februar) pga. vinterferie
Mandag d. 22. februar kl. 10.00-11.15
Mandag d. 1. marts kl. 10.00-11.15
Mandag d. 8. marts kl. 10.00-11.15
Mandag d. 15. marts kl. 10.00-11.15 (Sidste gang)

Praktisk information

Mødested
Folkehuset Ankersgade, lokale 2

Ankersgade 21, 8000 Aarhus C

Pris
500kr. pr. person (250kr. for pårørende)

Tilmelding
Via Aarhus Musikskoles hjemmeside: søg ”hjernetræning” – vælg ”Hjerne træning med musik for demensramte” – tryk på ”Tilmeld dig Hjernetræning”. Eller ring på tlf. 89 40 99 30, eller skriv til mail: sakaf@aarhus.dk

RØDE KORS

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 kan være behjælpelig med fx bustransport til og fra kulturaktiviteten og er med til selve aktiviteten, og understøtter på denne måde en tryg kulturoplevelse.

KONTAKT
Louise Jespersgaard fra Røde Kors Aarhus for yderligere information på **telefon**: 60167054 eller på **mail**: loujes@rodekors.dk

Demensvenlig By Aarhus

aarhus musikskole

SUNDHED OG OMSORG
Aarhus Kommune