

Seniorimusiikkitoiminta

- musiikkiliikuntaa (tuolijumppaa yms. musiikin tahdissa)
- lauluja painottaen tuttuja lauluja (kansanlauluja, vanhoja kotimaisia laulelmiä ja iskelmiä, koululauluja jne.) kitarasäestyksellä
- lauluja ja kehorytmejä yhdistäen (taputuksia, napsutuksia...)
- soittamista rytmisoittimilla (kapuloilla, marakasseilla jne.)
- rytmirinkulan kanssa liikkumista
- musiikin aktiivista ja eläytyvää kuuntelua

Toimintaan osallistuminen ei edellytä soitto- tai laulutaitoja. Pelkkä läsnäoleminen ja musiikista nauttiminen riittävät.