

Gode historier, meditation og smukke haver

Kom til en hjernevenlig museumsdag med oplevelser i roligt tempo på Ballerup Museum. Dagen er særligt for dig, der lever med en demenssygdom, har stress, eftervirkninger fra en hjernerystelse eller andre kognitive udfordringer samt pårørende og ledsagere.

torsdag den 21. maj kl. 10.00-15.00

Vi slukker for lydene i udstillingerne, byder på korte rundvisninger i roligt tempo og giver mulighed for at udforske museumsmiljøet gennem sanserne. Nyd din medbragte mad i det fri eller indendørs.

Program

- Museet er åbent kl. 10.00-15.00: Se udstillingerne. Købmanden står i butikken i Lynsmedens Hus. Tag en pause. Kaffe, te og småkager hentes på Lindbjerggård.
- Kl. 10.00-12.00 Smedjen arbejder i Lynsmedens Hus.
- Kl. 10.00 Rundvisning – fortællinger fra Ballerups historie. Mødested: Ved bystævnet. Varighed: 20 minutter.
- Kl. 10.30 Sansevandring i naturen v. Lisbeth Roed, naturterapeut. Mødested: Ved bystævnet. Varighed: 30-40 minutter.
- Kl. 11.00 Rundvisning – fra russisk prinsesse til bondekone i Ballerup. Mødested: Ved bystævnet. Varighed: 20 minutter.
- Kl. 11.30 Havevandring med smagsprøver. Mødested ved kastanjetræet. Varighed: 30 minutter.
- Kl. 13.00 Naturmeditation v. Lisbeth Roed, naturterapeut. Mødested: Ved bystævnet. Varighed: 30-40 minutter.
- Kl. 13.30 Hør om kvinden i graven i udstillingen "Kildedal – stationen uden by". Mødested: Ved bystævnet. Varighed: 10 minutter.
- Kl. 14.00 Qigong v. Kirsten Holmer, fysioterapeut. Mødested: Ved flagstangen i museumshaven. Varighed: 20-30 minutter.

