

## Künstlerisch-neurologische Musiktherapie

Aktives instrumentales Musizieren wirkt sich nachweislich positiv auf den ganzen Menschen aus:

- bei leichten kognitiven Einschränkungen
- im Frühstadium einer Demenz
- im Frühstadium von ALS
- nach einem Schlaganfall

Haben Sie früher ein Instrument erlernt und möchten Sie jetzt etwas aktiv für Körper, Geist und Seele tun? Nehmen Sie wieder Ihr Instrument zur Hand, erleben Sie die Freude am instrumentalen Musizieren und Ihre künstlerischen Ausdrucksmöglichkeiten!

Aktives instrumentales Musizieren fördert u.a.:

- die Stimulierung und Vernetzung vieler Hirnareale
- die Verbesserung der Gedächtnisleistung
- die Verbesserung der Feinmotorik
- die emotionale Ausgeglichenheit
- das Selbstvertrauen

Ich unterstütze Sie dabei:  
In einer vertrauensvollen und gelösten Atmosphäre musizieren wir gemeinsam. Unser Schwerpunkt liegt auf der Freude am Musizieren und dem Wiederentdecken der eigenen Fähigkeiten und Ressourcen.

Ob Geige, Cello, Flöte oder jedes andere Instrument, ich stelle auf Wunsch das komplette Notenmaterial her, so dass wir alle Stücke und Lieder auch zweitimmig zusammen spielen können und damit Freude am musikalischen Dialog erleben. Dabei kommt es nicht auf den Schwierigkeitsgrad der Stücke an!

Als erfahrene Geigerin und Musiktherapeutin biete ich Ihnen einen sicheren Rahmen, in dem Sie- auch nach einer eventuell langjährigen Pause- unbeschwert und mit Freude auf Ihrem Instrument musizieren können.



Julia Alexa Kraft

Im Alter von 3 Jahren habe ich mit dem Geigenspiel begonnen und diese Leidenschaft hat mich seitdem mein ganzes Leben begleitet.

Nach dem Musikstudium in Leipzig folgten Engagements u.a. im Gewandhausorchester Leipzig, Dresdner Philharmonie und Deutsche Oper Berlin. Ich spiele Konzerte im In- und Ausland und bin als Violinpädagogin tätig.

Da ich von der heilsamen Wirkung der Musik überzeugt bin, absolvierte ich von 2008-2012 ein Studium der Musiktherapie, sowie Ausbildungen in Hypnose und Gesprächstherapie.

Seit 2013 bin ich Heilpraktikerin für Psychotherapie.

Die künstlerisch-neurologische Musiktherapie ist eine von mir entwickelte Methode, mit der ich seit einigen Jahren erfolgreich mit Demenzzpatienten arbeite.