



Foredrag ” Levende med demens – find styrken og livsglæden i nærværet og kreativiteten” med Lærke Egefjord

Torsdag d. 7/10 kl. 19.00-21.00
Skibhusvej 52 B 2, 5000 Odense C



Foredraget giver dig et indblik i, hvad demens er og hvordan kunst og kreativitet kan hjælpe til en bedre livskvalitet i en hverdag, hvor demensen er flyttet ind.

Vidste du for eksempel, at kunst og kreativt arbejde ligefrem kan dæmpe symptomer på eksempelvis stress, angst, depression og forebygge demens?

Samtidig bliver du klogere på, hvorfor vi ofte anser kreativiteten som noget, der er forbeholdt nogle få udvalgte, og hvordan du selv skaber de optimale rammer for at opleve følelsen af flow og livsglæde, som en kreativ stund kan give dig. For ALLE er kreative, og udvikling varer hele livet. Ny forskning har vist, at kunstoplevelser og det at arbejde med kreative projekter og håndværk kan styrke vores helbred, både fysisk og psykisk.

Teorien bindes denne aften op på små guidede kreative øvelser, hvor du/I får konkrete redskaber med fra foredraget til at leve et aktivt, kreativt liv med demens.

Fra hjerneforsker til billedkunstner – om Lærke Egefjord:

Med en baggrund som læge, forfatter og billedkunstner og med erfaring inden for hjerneforskning er kulturens og kreativitetens sundhedsmæssige aspekter, et område Lærke Egefjord udforsker og udfordrer i sin daglige praksis, blandt andet med foredrag på landets kunstmuseer, herunder ARoS, Trapholt, Arken, Kunsten Museum of Modern Art Aalborg med flere.

Læs mere om Lærke Egefjord på www.laerkegefjord.dk

Pris for deltagelse: Foredraget koster 50 kr. incl. kaffe/the i pausen og betales ved tilmelding.

Tilmelding sker til centerleder Anja Kajberg på mail demensfaellesskabetfyn@alzheimer.dk

Når din tilmelding er bekræftet, bedes du indbetale 50 kr. via mobile pay 313770 mrk. ”Foredrag”

De varmeste hilsner fra Aktivitetsudvalget og
Centerleder Anja Kajberg