

# Teknologiekperimentarium for seniorer

## SÆT STRØM TIL HOVED, KROP OG VENSKABER

### Varde bibliotek søger seniordeltagere til Teknologiekperimentarium

15-20 seniorer fra Varde Kommune får i efteråret mulighed for at deltage i aktivitetsforløbet Teknologiekperimentarium for seniorer. Formålet er at undersøge, hvordan man med fysisk aktivitet, sund mad, natur og masser af ny læring kan holde sin hjerne frisk i længere tid og dermed på sigt forebygge bl.a. demens. Undervejs vil deltagerne blive testet. Forløbet består desuden af bl.a. :

Hjerneforsker Ellen Garde fortæller, hvordan hjernen virker

Oplev bibliotekets robotteknologier – bl.a. robotten Erling

Få målt din koncentrationsevne med en hjernescanner

GPS-skattejagt

Hjernerigtige måltider

Forløbet er del af en række forløb under overskriften "Hold hjernen frisk", der er fordelt på i alt otte forskellige kommuner med bibliotekerne som tovholdere. I Varde kommune er Biblioteket, Center for sundhedsfremme og Kultur og Fritid gået sammen om projektet.

Interesserede deltagere mellem 55-70 år kan henvende sig til teamleder Vibeke Bundgård [vibu@vardebib.dk](mailto:vibu@vardebib.dk) / 20405640 eller teamleder Kirstine Bruun [kibr@vardebib.dk](mailto:kibr@vardebib.dk) / 23433507 for mere information eller tilmelding.

Pilotprojektet "Hold hjernen frisk" er et tresporet samarbejde mellem Slots- og kulturstyrelsen, DGI og Center for Sund Aldring på Københavns Universitet.

Sporet "Kulturen i bevægelse – bevægelse i kulturen", som "Teknologiekperimentarium for seniorer" er del af, afvikles i første omgang af otte biblioteker og deres samarbejdspartnere over hele landet.

Projektet løber i 2017 og 2018 med første opstart i efteråret 2017. Det er støttet af Nordea-fonden.

NORDEA  
FONDEN

NordeaFonden\_Logo\_Black  
Minimum 10 mm bredt



Projektet Hold Hjernen Frisk er startet af DGI, Center for Sund Aldring på Københavns Universitet og Slots- og kulturstyrelsen med støtte af Nordea-fonden.



VARDE  
BIBLIOTEK

[www.vardebib.dk](http://www.vardebib.dk)

[www.facebook.com/vardebib](https://www.facebook.com/vardebib)

Vi arbejder hver dag for at skabe et rart bibliotek, et mødested, hvor alle har lyst til at komme, og hvor alle kan finde de udfordringer, oplysninger og oplevelser, de har brug for. På biblioteket er der frihed og tid til at danne din egen mening og høre andres.

Biblioteket er fyldt med netop det der er bedst for dig – og meget mere!