

NATUR & PSYKE: Naturens helbredende kræfter

Torsdag 8. april 2021



NYBORG

Naturen er noget af det hotteste lige nu i erhvervslivet og i sundhedssektoren – fordi naturen er det stærkeste redskab, vi har imod stress og stressrelaterede sygdomme.

Hvad kan vi lære af jæger-samlerkulturen i forhold til vores moderne liv? Hvordan kan vi ændre vores liv fra et stressende hamsterhjul til et liv med større nærvær og glæde? Hvordan kan begrebet 'woodcraft' og æstetisk sansning af naturen bruges til at få os til at føle os trygge, til at finde tilbage til os selv, til behandling og til at tænke kreativt og nyskabende?

Aftenens oplægsholder er forsker og naturvejleder **Simon Høegmark**, som i mange år har formidlet om naturen og naturens helbredende kræfter. Han har igennem sin forskning gjort naturens positive påvirkning på mennesket til sit speciale.

Sted	Aktivitetshuset, Sprotøften 1, 5800 Nyborg
Tid	19.00 – 21.00
Pris	Kr. 25,-
Tilmelding	LOF Sydfyn via www.lof.dk/sydfyn eller tlf. 23 861 869
Arrangør	LOF Sydfyn og PsykInfo Svendborg

