



Reidar Myklebust held føredrag i senioruniversitetet på torsdag.

Torsdag 15. september kl.11 arrangerer Kvinnherad Senioruniversitet ope føredrag på Rosendal Fjordhotel. Føredragshaldar er vår velkjende professor Reidar Myklebust, og han skal snakka om demens og førebygging under tittelen *Hjernen og demens*.

Reidar Myklebust vil snakka om det er noko ein kan gjera for å bremsa auken av demens. Dette er eit tema professoren har mykje kunnskap om, og som han har førelest mykje om. Han slår mellom anna fast at det er viktig å trena hjernen på same vis som vi trenar resten av kroppen. Gode hjelpemiddel i så måte er løysing av kryssord og sudoku, og turgåing

Reidar er også opptatt av 'det rytmiske mennesket', og det å bruka musikk i terapien. Nokre av oss har høyrte interessante føredrag han har hatt om dette temaet.

- Vi er alle rytmiske. Har de lagt merke til at vi tramper takten heilt automatisk når vi høyrer på musikk? Han fortel vidare at musikk er eit godt hjelpemiddel i helsesamanheng, og viser til at pasientar med Parkinson bevegar seg betre når dei får gjera det til ein marsj. Å syngja til demente har også fine effektar. Dei som kjem på føredraget torsdag får høyra meir om dette interessante temaet. Det er alltid kjekt å høyra på Reidar, og ved universiteta både i Bergen og Tromsø der professoren har lang fartstid var han ein populær og høgt akta førelesar. Dette har også resultat i ei rad prisar. Dei som møter opp på Rosendal Fjordhotel torsdag får garantert ei interessann stung

Arrangementet er ope for alle, og det kostar 100,- for medlemmer og 150,- for ikkje-medlemmer.

Tekst og nett: Thor Inge Døssland

Foto: Grenda/ Morten Nygård