



Välkommen till Café Minnesvärt!

Café Minnesvärt är en mötesplats för alla som på något sätt berörs av kognitiva sjukdomar. Kom till Ersta och lyssna på intressanta föreläsare. Start kl 18. Vi bjuder på fika. Allt kostnadsfritt. För anmälan och mer info, ring 08-714 63 20.



Torsdag 26 januari

VAD KAN VI LÄRA AV DEM SOM LEVER LÄNGST?

Henrik Ennart, vetenskapsjournalist på Svenska Dagbladet, har i böcker och reportage berättat om de blå zonerna där många blir 100 år med hälsan i behåll. Vad är deras recept för ett friskt åldrande? Vad kan vi lära av forskningen på dessa platser? Henrik kommer under sitt föredrag att fokusera på mat, fysisk aktivitet, sociala relationer och behovet av mål och mening.



Torsdag 23 februari

VILKEN BETYDELSE HAR BILDDIAGNOSTIK FÖR SJUKDOMAR I HJÄRNAN OCH RYGGMÄRGEN?

Tobias Granberg, röntgenläkare samt forskargrupsledare vid Karolinska Institutet, arbetar med att utveckla diagnostiken för bland annat demenssjukdomar. Tobias kommer att berätta om nya bildtekniker och hur dessa kan påverka diagnostiken och forskningen i Sverige för sjukdomar som drabbar hjärnan och ryggmärgen.



Torsdag 23 mars

STÖD FÖR ANHÖRIGA

Cecilia Erkstam är erfaren anhörigkonsulent inom äldreomsorgen i Södermalms stadsdelsförvaltning. Cecilia kommer att informera om vad Stockholms stad erbjuder för olika typer av stöd till dig som är anhörig till en sjuk närstående. Du är inte ensam!

Läs mer på
[erstadiakoni.se/
cafeminnesvart](http://erstadiakoni.se/cafeminnesvart)

ERSTA
DIAKONI 