



inbjuder till:

Webbinarie 21 september 2023 kl. 10-12 via ZOOM

Livsstil och Hjärnhälsa:

Lärdomar från FINGER-projektet för implementering på befolkningsnivå.



Föreläsare: **Krister Håkansson** Äldrecentrum i Stockholm

Med.dr. från Karolinska Institutet med en avhandling som handlade om betydelsen av sociala faktorer för hjärnhälsa. Han har därefter arbetat med olika forskningsprojekt, bl.a. FINGER-studien och uppföljande studier på den. Han är också universitetslektor i Psykologi och arbetar i dag även som senior rådgivare vid Äldrecentrum i Stockholm.



Den här föreläsningen beskriver kortfattat forskning kring sambandet mellan livsstil och hjärnhälsa, speciellt för risken att drabbas demens. Fokus ligger på den banbrytande FINGER-studien som visade att parallella livsstilsförändringar på flera områden kan förbättra minne och andra kognitiva funktioner hos äldre personer. Vad kan vi lära av FINGER för att åstadkomma hälsosamma livsstilsförändringar i befolkningen i stort? Hur kan den metod man använde i den vetenskapliga studien översättas till något som är realistiskt, resursnått

och effektivt för att tillämpa i större skala? En nyutvecklad implementeringsmodell med detta syfte presenteras med preliminära resultat från en pågående pilotstudie i en av Stockholms stadsdelar. Föreläsningen avslutas med diskussion och frågor.

Anmälan sker via denna länk: [ANMÄLAN](#) senast den 18 september 2023

Föreläsningen är kostnadsfri för anmälda deltagare!

Webbinariet genomförs med stöd från:



I samarbete med:

