

## Vejen ud af ensomheden - fakta, forebyggelse og nye tiltag (Aarhus)

Underviser |

Hvordan forebygges ensomhed og hvad kan en ensomhedsstrategi indeholde? Kom til en spændende kursusdag og hør, hvor I kan sætte ind her og nu.

Coronakrisen har fået antallet af ensomme til at stige markant. Af mange grunde. Ikke mindst ældre føler sig mere ensomme, men også unge rammes i større grad.

De fleste oplever ensomhed og perioder med mindre social kontakt på et eller andet tidspunkt i deres liv. Men får ensomheden og den sociale isolation lov at bide sig fast, kan det føre til både fysisk og psykisk sygdom. Det gælder både for alle aldersgrupper.

Kom til en spændende dag og få adgang til den nyeste forskning på området og tæt indblik i effektiv forebyggelse og behandling.

Omsæt tal og statistik til konkrete tiltag

Nyere forskning slår fast, at ensomhed kan være lige så skadelige for vores helbred som eksempelvis rygning og forhøjet blodtryk. Faktisk viser undersøgelser, at ensomhed kan forøge risikoen for en for tidlig død med hele 14%. Men hvordan måler vi egentlig ensomhed? Hvem er særligt udsat og hvilke typer af forebyggelse og behandling er mest effektiv. Kort sagt - hvad virker?

Vibeke Manniche (læge, ph.d.) giver indblik i den nyeste forskning på området, fakta om ensomhedens helbredsmæssige konsekvenser samt ikke mindst forslag til konkrete tiltag.

Kom til en spændende og højaktuel dag, som er bygget op omkring fakta, diskussioner, vidensdeling, øvelser og sparring.

Vær opmærksom på, at vi også gerne kommer ud og afholder foredrag/kursus om emnet hos jer selv. Kontakt vores Kundeservice på tlf. 31 10 70 70 og hør nærmere om muligheder og priser.

---

### PRIS

2395 kr. (ex. moms)- **kun ved tilmelding inden d. 27/08-21**

Normalpris 2995.00 kr. (ex. moms)

---

Dato: 28/09-2021

Forplejning: Fuld forplejning

Underviser:

Lokation: LIVA Lighthouse

Kategori: Arbejdsmarked & Beskæftigelse Børn & Unge Det sociale område Forvaltning Jura Ledelse & HR Sundhed Ældre

Tilmeld dig online på [www.livakurser.dk](http://www.livakurser.dk)

Præsentation af  
UNDERVISER

Tilmeld dig online på [www.livakurser.dk](http://www.livakurser.dk)