



Birgitte Kjeldsen



Anette Mathiesen



Pia Bak Jensen

*"Restitution er vigtig, når vi taler om stress, belastning og uro. I naturen er den ro, der skal til, for at vi kan restituere. Vi øver os i at VÆRE i stedet for at GØRE. Vi vandrer stille og roligt, så der er tid til at bruge sanserne. At bruge sanserne skaber nemlig også restitution. Fordi det får os ud af hovedet og ned i kroppen.*

*Vi sidder stille op ad et træ eller ligger i skovbunden eller ved vandet og lytter til lydene – lyden af vinden, vandet, fuglene eller andre dyr – og mærker roen fra jorden".*

Birgitte Kjeldsen

## TAG MED PÅ EN VANDRING I NATUREN OG I KUNSTENS VERDEN SØNDAG D. 08.09.2024

### PROGRAM

#### 10.00 – Naturvandring v/ trivselskonsulent Birgitte Kjeldsen

Mødested: Galleri BAK, Søren Lolks Vej 15, Tåsinge, 5700 Svendborg.

Der vil blive stillet rygsæk og liggeunderlag til din rådighed og du får samtidig udleveret en flaske vand.

#### 12.00 – Let frokost i galleriet

#### 13.00 – Artist-talk "I snak med BAK" v/ gallerist Pia Bak Jensen og billedkunstner Anette Mathiesen

Her kan du lytte til en uformel samtale med omdrejningspunkt i Anettes fortolkning af landskabet og om hvordan hun bruger naturen som inspirationskilde til skabelse af hendes landskabsbilleder.

Det er muligt at købe Anettes billeder på dagen.

Efter Artist-Talk kan du gå på opdagelse i galleriets mange kunstværker fra 25 forskellige kunstnere og blive inspireret til dit næste kunstkøb.

#### 14.00 – slut på dagen

Tilmelding er nødvendig og skal ske på ét af nedenstående telefonnr./mailadresse inden d. 01.08.2024

Beløb kr. 300,- bedes indbetalt til mobilepay box 4129HW efter bekræftelse på tilmelding

Vel mødt – vi glæder os til at se dig.