



SLOW ART DAY

Visste du att man tittar i genomsnitt i cirka åtta sekunder på ett konstverk?

Slow Art Day är ett koncept som föddes 2008 i New York och som går ut på att ge mer tid till att betrakta ett fåtal konstverk i stället för att se många väldigt snabbt.

På Slow Art Day uppmuntras alla att sakta ner och ta en stund för att verkligen titta på konst

Testa själv!

Följ instruktionerna nedan, på egen hand eller tillsammans med någon.

- Välj ut ett konstverk som du vill spendera tid med. Du kan stå eller sätta dig ner – bara att du känner dig bekväm.

- Ta gärna någon minut för att slappna av. Du kan till exempel blunda och ta några djupa andetag.



SLOW ART DAY

Visste du att man tittar i genomsnitt i cirka åtta sekunder på ett konstverk?

Slow Art Day är ett koncept som föddes 2008 i New York och som går ut på att ge mer tid till att betrakta ett fåtal konstverk i stället för att se många väldigt snabbt.

På Slow Art Day uppmuntras alla att sakta ner och ta en stund för att verkligen titta på konst

Testa själv!

Följ instruktionerna nedan, på egen hand eller tillsammans med någon.

- Välj ut ett konstverk som du vill spendera tid med. Du kan stå eller sätta dig ner – bara att du känner dig bekväm.

- Ta gärna någon minut för att slappna av. Du kan till exempel blunda och ta några djupa andetag.



- Titta på konstverket i 5 minuter.

Börja med att titta på verket i sin helhet och låt sedan blicken vandra. Lagg märke till former, färger, strukturer och detaljer. Stanna upp på de ställen där du känner att du vill fokusera blicken.

Några frågor som kan leda dig i din upplevelse:

- Vilka detaljer fångar din uppmärksamhet extra mycket?
- Vilka ord associerar du med konstverket?
- Vilka känslor dyker upp inom dig?
- Vilka frågor väcker konstverket?
- Påminner konstverket dig om något särskilt, till exempel en person eller ett minne?

Grattis, du har nu tittat noga på ett konstverk!

Prova gärna med fler konstverk och att ändra tiden! Varför inte testa med 10, 15 eller 60 minuter?

Och kom ihåg att det finns inga rätt eller fel i mötet med konsten. 😊



- Titta på konstverket i 5 minuter.

Börja med att titta på verket i sin helhet och låt sedan blicken vandra. Lagg märke till former, färger, strukturer och detaljer. Stanna upp på de ställen där du känner att du vill fokusera blicken.

Några frågor som kan leda dig i din upplevelse:

- Vilka detaljer fångar din uppmärksamhet extra mycket?
- Vilka ord associerar du med konstverket?
- Vilka känslor dyker upp inom dig?
- Vilka frågor väcker konstverket?
- Påminner konstverket dig om något särskilt, till exempel en person eller ett minne?

Grattis, du har nu tittat noga på ett konstverk!

Prova gärna med fler konstverk och att ändra tiden! Varför inte testa med 10, 15 eller 60 minuter?

Och kom ihåg att det finns inga rätt eller fel i mötet med konsten. 😊