

Kultur og sundhedsprojekter

Tidslinje

- 2016-2019** Kultur på recept
- 2016-2020** Tid til Læsning
 - 2017** Lungekor og livsglæde
- 2017-2021** Kulturinitiativers Sundhedsfremme - Netværk
 - 2018** Forprojekt: Gentænk Aldring
 - 2018** Strøm i hjernen, 2 dages workshop
 - 2018** High Tech Human Health, konference
 - 2018** Kulturmødet Mors, kultur- og sundhedsaktiviteter
 - 2019** Livemusik på intensiv – Meningsfulde øjeblikke
 - 2020** Musikterapi til fødselsangste
 - 2020** Sammen om Levende musik
 - 2020** Musikalske Besøgsvener
 - 2020** Musik og sundhed - klassisk hospitalsmusik
 - 2020** Rum der forbedrer sygeplejepraksis
 - 2021** Lydbilleder
 - 2021** Litterær fødselsforberedelse for førstegangsfødende
 - 2021** Sange uden sprog
 - 2021** Lyddesignredskab til fødsler
 - 2021** Et lille bid
 - 2021** Sang med mødre

Tid til læsning (2017-2020)

Guidet fælleslæsning er læsegrupper med højtlesning af skønlitteratur, og guidet fælles refleksion over de udvalgte tekster. Det har vist sig særligt attraktivt for psykisk sårbare borgere med fx. stress, angst, depression eller kroniske smerter. Projektet er udviklet i samarbejde med Læseforeningen, Aarhus Universitet samt biblioteker og sundhedsforvaltninger i 5 kommuner. Læsegrupperne er i forbindelse med projektet også afprøvet i Region Midtjyllands socialpsykiatri, hvor man efter en forsøgsperiode på to bosteder arbejder på at gøre tilbuddet permanent. Projektets mål er bl.a. at udvikle en implementeringsmodel for det kulturelle tilbud guidet fælleslæsning, sådan at guidet fælleslæsning kan bruges som en evidensbaseret sundhedsfremmeløsning i kommunalt regi.

Projektet er både støttet som et 1-årigt forprojekt i 2017 med 394.000 kr. fra Regionsrådet samt et efterfølgende 3-årigt projekt med 1.800.000 fra 2018 til 2020. Projektet er fortsat en stor del af læseforeningens arbejde, hvor der afholdes mere end 20 ugentlige læsegrupper i hele Danmark, hvoraf 8 finder sted i regionen.

Man kan læse meget mere på Læseforeningens hjemmeside - www.laeseforeningen.dk

Lungekor og Livsglæde (2017-2018)

Lungekor og livsglæde er et projekt målrettet borgere med lungesygdomme, hvor korsang bruges til at få mest muligt ud af deres begrænsede lungefunktion. Her benyttes vejrtrækningsøvelser og teknikker til at lære lungepatienterne at afspænde og kontrollere luften, så de får mest muligt ud af deres begrænsede lungefunktion. Lungekor kan på den måde bruges som et supplement til anden fysisk træning, og kan hjælpe dem til at tackle en hverdag med åndenød.

Forskning peger på, at korsang for lungepatienter har både har en række fysiske såvel som sociale fordele, der kan være effektfulde i en rehabiliteringssammenhæng. Det at synge i lungekor skaber et fællesskab og et rum at mødes med ligesindede, hvor man kan synge, træne, grine, bryde isolationen og styrke livsmodet. En undersøgelse fra 2013 viser, at 66% af danskere med KOL bor alene. Mange har sjældent kontakt med venner eller familie, de er uden for arbejdsmarkedet og indgår ikke i sociale fællesskaber med andre mennesker, som de har været vant til gennem deres liv. Derfor bliver lungekorets sociale aspekt ekstra vigtigt.

Regionsrådet bevilligede i 2017 181.000 kr. til det 1-årige projekt *Lungekor og Livsglæde* i Region Midtjylland, som en støtte til Lungeforeningens arbejde for at etablere nye lungekor i de midtjyske kommuner. I dag udbydes der permanent ca. 25 lungekor i hele Danmark, og 9 af disse findes i Region Midtjylland.

Læs mere om Lungeforeningens arbejde med Lungekor på www.lunge.dk

Kulturinitiativers sundhedsfremme – Netværk for kultur, beskæftigelse, social og sundhed (2017-2018, 2021-2023)

Netværket for *Kulturinitiativer Sundhedsfremme* beskæftiger sig med kultur, beskæftigelse, social og sundhedsmæssige løsninger. Netværket har til formål at fordre erfaringsudveksling på tværs af regionens kommuner, med henblik på at bidrage til skabelsen af nye kvalitets kultur- og sundhedssamarbejder til borgerne på tværs af sektorer. Der afholdes bl.a. netværksmøder og inspirationsevents, der har til formål at inspirere kommunale konsulenter, der arbejder på området til daglig, samt at fremme samarbejdet på tværs af kommunerne. For nuværende indgår der ti forskellige midtjyske kommuner i netværket, og derudover også Region Midtjylland og Aarhus Universitet, hvor Aarhus Universitet er ansvarlig for projektledelsen.

Silkeborg og Holstebro kommuner påbegyndte i 2017 netværket med en bevilling på 200.000 kr. fra Regionsrådet. Sidenhen har projektet i 2021 fået en bevilling på yderligere 445.534 kr. fra regionens Kulturpulje til en 3-årig projektperiode til at fortsætte udviklingen af netværket.

Forprojekt: Gentænk Aldring (2018)

Det er et kulturprojekt, som bygger bro mellem kultur og sundhed gennem semiprofessionelle dansekompanier for ældre over 60, der følges af forskere fra Aarhus Universitet og kommunale sundhedskonsulenter. Rethink Ageing sætter fokus på kunstens rolle og betydning i forhold til at skabe fysisk og mental trivsel, livskvalitet og positiv forandring hos borgere i alderen +60.

Konceptet blev udviklet i Aarhus under Kulturhovedstad 2017 og udbredes nu bl.a. til Ringkøbing-Skjern og Ikast-Brande kommuner. Regionsrådet bevilligede i 2018 380.000 kr. til Svalholm Dans til forprojektet Gentænk Aldring.

Strøm i hjernen (2018)

Projektet "Strøm i hjernen" bestod af to workshop-dage, der havde til formål at belyse og italesættende den stigende udfordring med problematiske hjernerystelser på en kunstnerisk måde. Projektet havde bl.a. deltagelse af hjernerystelsesramte og deres pårørende, sundhedsprofessionelle og kunstnere. Projektet fik stor opmærksomhed, og de kunstneriske fortolkninger blev efterfølgende opført på Nationalmuseet.

Administrationen bevilligede i 2018 25.000 kr. til projektet Strøm i hjernen og teatret FreezeProductions.

High Tech Human Health – konference (2018)

Region Midtjylland og Arts og Health fra Aarhus Universitet arrangerede i 2018 i fællesskab konferencen High Tech Human Health, der kredsede om samspillet mellem kultur, sundhed og teknologi. Region Midtjylland brugte 200.000 kr. på konferencen, der havde 350 deltagere fra bl.a. kommuner, forskere, erhvervsliv og sundheds- og kulturprofessionelle

Kulturmødet Mors, kultur- og sundhedsaktiviteter (2018)

Region Midtjylland har været afsender på en række kultur- og sundhedsaktiviteter på Kulturmødet på Mors, og var det igen i 2018. Regionsrådet bevilligede 25.000 kr. til kultur- og sundhedsaktiviteter, der bl.a. gik til en præsentation af projekterne Tid til læsning og Gentænk Aldring.

Livemusik på intensiv – Meningsfulde øjeblikke

Livemusik på intensiv drejer sig om at skabe meningsfulde øjeblikke for patienter indlagt på intensiv, hvis hverdag på hospitalet ellers ofte handler om sygdom og smerter. Forskning peger på at musik kan bidrage til øget sundhed, velvære og virke smertelindrende. Projektet har vist rigtig gode resultater i forhold til, hvordan man kan skabe meningsfulde øjeblikke for patienter indlagt på intensiv, hvilket kan være en stressfyldt og traumatiserende oplevelse.

Projektet startede med en bevilling på 100.000 kr. fra Sundhedsinnovationspuljen i Regional Udvikling i 2019, hvor projektet blev igangsat på AUH intensiv og kørte i 1,5 år. Siden har projektet af to omgange fået bevilliget penge af eksterne fonde – den sidste en bevilling på 7,5 mio. kr. bevilling fra Novo Nordisk Fonden.

Musikterapi til fødselsangste (2020-2021)

Projektet "Musikterapi til fødselsangste" undersøger muligheden for at benytte musikterapi til at hjælpe fødselsangste med bedre aktivt at kunne håndtere den angst, de oplever i forbindelse med deres graviditet og kommende fødsel. Der udvikles i samarbejde med en musikterapeut individuelle musiklister, der virker beroligende for den enkelte og som kan bruges i hjemmet og under fødslen.

Projektet fik i 2020 en bevilling på 100.000 kr. fra Sundhedsinnovationspuljen. Projektet blev afviklet på Hospitalsenheden Vest og knytter sig til Gynækologisk-Obstetriske afdeling.

Sammen om Levende musik (2020-2021)

Projektet "Sammen om Levende musik" har til formål at få mere professionel levende ud til flere i sundhedssektoren, og på den måde skabe meningsfulde oplevelser i en ellers sygdomspræget hverdag. Det er desuden også målet at undersøge om musikken kan afhjælpe nogle af de bivirkninger borgerne har fra eksempelvis dialysebehandling. Der bliver i dette projekt afviklet i alt 50 koncerter fordelt på både plejehjem, børn- og ungeafdeling og en dialyseklínik.

SOL-projektet er et samarbejde mellem både det Jyske Musikkonservatorium, Levende musik i skolen, Aarhus Kommune og Region Midtjylland, og løber i perioden 1. september 2020 til 31. december 2021. Projektet er støttet med 364.144 kr. af Region Midtjyllands kulturudviklingsmidler og er desuden også støttet af Statens kunsthøjskole.

Musikalske Besøgsvener (2020)

Projektet "Musikalske besøgsvener" arbejder mod at skabe musikoplevelser for udsatte og sårbare, der har svært ved selv at opsøge kulturelle tilbud. I projektperioden bliver der afviklet 10 forskellige intimkoncerter hjemme ved borgeren selv – blot i selskab med en besøgsvener og musikeren, der skal levere koncerten. Der er udvalgt kendte musikere, der særligt evner at skabe samvær og nærvær i hjemmet. Undervejs vil der undersøges hvilken værdiskabelse projektet har for den enkelte. Der tages udgangspunkt i hvordan musikoplevelser kan skabe en følelse af fællesskab for den enkelte og at øge kulturtilgængeligheden for flere befolkningsgrupper.

Projektet er udviklet af musiknetværket ROSA og udføres i samarbejde med bl.a. Røde Kors og Ældre Sagens besøgsvener. Der er fra Region Midtjyllands kulturpulje bevilliget 460.000 kr. til projektet i 2020.

Musik og sundhed - klassisk hospitalsmusik (2020-2021)

Projektet vil undersøge hvordan klassisk musik kan skabe adspredelse, glæde og ro for patienter. Musikken spilles af klassiskuddannede musikere, der forudgående er blevet uddannet i hvordan musikken påvirker hospitalsomgivelserne og patienterne. Det er målet at erfaringen fra dette pilotprojekt skal føre til, at musikken bliver en fast del af driften på hospitalet.

Projektet er et samarbejde mellem Ensemble Midtvest og Hospitalsenheden Vest, og er støttet med 20.000 kr fra Sundhedsinnovationspuljen i Regional udvikling.

Rum der forbedrer sygeplejepraksis (2020)

På mange afdelinger er pladsmangel en stor udfordring, og påvirker mange sygeplejerskers arbejdsgang i form af støj, stress og mange indtryk. Dette projekt har til formål at skabe en rumforandring af en personalefrokoststue og forsøge at gøre det til en lille oase, der skaber ro og giver et bedre arbejdsmiljø. Forskning peger på, at indretning, design og lys kan have stor betydning for vores velbefindende og humør. Dette projekt er et godt eksempel på, hvordan det kunstneriske greb kan bruges mere implicit og måske på sigt forbedre arbejdsmiljø og velvære.

Projektet er et samarbejde mellem Opvågning på regionshospitalet Randers og en arkitekt og konsulent. Projektet er støttet med 20.000 fra Sundhedsinnovationspuljen i Regional udvikling.

Lydbilleder (2021-)

Projektet "Lydbilleder" ønsker at give borgere i behandling og rehabilitering adgang til kunstneriske oplevelser. Dette gøres ved 10-15 minutters digitale poetiske lydrejser, der kan give et frirum fra hospitalsomgivelserne for en stund. Lydbillederne kan tilgås via borgerens egen mobiltelefon, og er på den måde et let tilgængeligt medie, der ikke påvirker hospitalets daglige drift.

Projektet er udviklet i samarbejde mellem teatret Carte Blanche og sundhedsfaglig viden fra MarselisborgCentret, Fællesfaciliteter og Psykiatriens Hus. "Lydbilleder" er i 2021 støttet med 100.000 kr. fra Sundhedsinnovationspuljen og er derudover også støttet med 500.000 fra Statens kunsthøjskole.

Litterær fødselsforberedelse for førstegangsfødende (2021-)

Dette projekt har til formål at tilbyde førstegangsfødende et læsegruppeforløb, hvor de med skønlitteraturen og i fællesskab med andre gravide kan forberede sig, reflektere og dele tanker om graviditet, fødsel og moderskab. På den måde bliver litteraturen en metode til at omfavne gravides behov for fødselsforberedelse og kan på den måde formodentlig forebygge mental mistrivsel som fx efterfødselsreaktioner, og på den måde sikre en god tilknytning mellem mor og barn fra starten.

Projektet er igangsat som et samarbejde mellem Aarhus Jordemoderpraksis og Læseforeningen, og er bevilliget 100.000 kr. fra Sundhedsinnovationspuljen i Region Udvikling.

Sange uden sprog (2021-)

"Sange uden sprog" henvender sig til børn og unge med funktionsnedsættelser, der ikke har noget sprog. Det er målet at man gennem musikterapi, sangskrivning og pædagogik kan give borgerne mulighed for at udvikle deres kommunikative evner ved at møde dem i deres lyde og udtryk. Der udvikles individuelle sange til hver enkel borger ud fra en række musikterapeutiske sessioner, hvor deres lydsprog og udtryk undersøges. Disse sange skal videre kunne understøtte borgerens udvikling af kommunikative evner og give dem en følelse af at blive set, samt øge personalets forståelse for den enkeltes udtryk.

Projektet er udviklet i samarbejde mellem døgntilbuddet Fenrighus i Aarhus og musikterapeut Line Gade, og har af Sundhedsinnovationspuljen i Regional Udvikling fået en bevilling på 100.000 kr. til projektet.

Lyddesignredskab til fødsler (2021-)

I dette projekt er det målet at udvikle et specialiseret digitalt lydredskab, der kan benyttes aktivt af jordemødre under og efter en fødsel. Udviklingen af redskabet tager afsæt i både jordemoderfaglig viden og forskning om lyds påvirkning, og på sigt ønskes det også at skabe et omsluttende lyddesign i hele rummet, der kan være med til at skabe en god atmosfære. Der er netop evidens for, at lyd og musik kan anvendes til at sænke bl.a. stress og smerteniveauer og

samtidig virke som hjælpemiddel til vejrtrækning og bevægelse under fødslen. Udviklingen af et sådant lydredskab vil på sigt kunne implementeres på andre afdelinger til fx smertelindring.

Projektet afprøves og udvikles på fødselsafdelingen i Hospitalsenheden Vest, og der samarbejdes med komponist Kåre William Wulff og Birgitte Folmann fra UC SYD. Sundhedsinnovationspuljen ved Regional udvikling har bevilliget 100.000 kr. til projektet.

Et lille bid (2021-)

Dette projekt har fokus på at give muligheden for at opleve små udpluk fra lokale teaterforestillinger, og på den måde øge adgangen til kulturelle tilbud for patienter, pårørende og medarbejdere. Der er fundet evidens for at kulturelle oplevelser kan have sundhedsfremmende effekter, og det er derfor netop vigtigt at gøre kultur mere bredt tilgængeligt for flere borgere

Dette er målet for Randers EgnsTeater og Regionshospitalet Randers, der i samarbejde har påbegyndt projektet. Sundhedsinnovationspuljen i Regional udvikling har i 2021 støttet projektet med 90.000.

Sang med mødre: et før- og efterfødselsforløb (2021-)

"Sang med mødre" er et projektforsløb målrettet sårbare mødre, og har til formål at udgøre en tidlig og præventiv indsats for mødre, der er i risiko for at få efterfødselsreaktioner. Projektet starter 8 uger før fødslen og igen 8 uger efter fødslen. Her mødes kvinderne i grupper på 4-6 personer med en sanglærer, der faciliterer sangtimen og udvælger sange, som kan hjælpe med at sætte ord på nogle af de følelser, der er forbundet med at være mor. Forløbet har til formål både at øge morens trivsel samt at styrke tilknytningsprocessen mellem mor og barn fra allerede før barnet er født.

Projektet er igangsat af Den Kreative Skole i Silkeborg, Holstebro Musikskole og Kulturskolen Viborg, der afvikler tre forløb i hver af skolernes respektive kommuner. Efterfølgende er der indgået et samarbejde med WHO og Nordisk Kulturfond, hvor de forskningsmæssige parametre løftes til et internationalt niveau. Projektet er støttet med 99.373 kr. Region Midtjyllands Kulturpulje i 2021.

Andre partnerskaber

Kultur på recept (2016-2019)

Kultur og sundhed er et strategisk indsatsområde i Region Midtjyllands kulturpolitik, og flere af kommunerne i regionen arbejder med kultur- og sundhedsprojekter. Her er en oversigt over Kultur på Recept-projekter i Region Midtjylland, som er udarbejdet med det formål at skabe overblik, inspirere og dele erfaringer. Kultur på Recept henvender sig til borgere, som er ledige eller sygemeldte med stress, angst eller depression. Målet er at styrke borgerens mentale sundhed ved at fokusere på kultur fremfor sygdom.

Sundhedsstyrelsen

- Formidling af resultater

For at få et større indblik i hver kommunes indsats på området kan der læses en mere detaljeret rapportering [her](#).

Dans med parkinsons (2017-2019)

Forskning viser, at dans og musik har en række både fysiske og sociale fordele, der er effektfulde i en rehabiliteringssammenhæng, og projektet arbejder derfor blandt andet for at gøre dansetræning vederlagsfri på linje med fysioterapeutiske tilbud.

Region Midtjylland har været repræsenteret i styregruppen for Parkinsonforeningens nationale projekt Dans med Parkinson, der udbreder dansegrupper til Parkinsonramte over hele landet. Regionen har med sin deltagelse mulighed for at være helt tæt på den nyeste udvikling i dette banebrydende projekt, der har store perspektiver for de muligheder, det offentlige giver Parkinsonramte og deres pårørende.

Projektet har modtaget 3,75 mio. kr. fra Trygfonden.

Den interaktive fødestue (2015-)

Projektet sætter fokus på at skabe en fødestue, der er mere end bare funktionel. Dette gøres ved at gøre brug af andre medier såsom videoinstallation, lys, lyd, indretning og atmosfære. Et fødemiljø, som opleves trygt og hjemligt, stimulerer produktionen af det ve-stimulerende hormon oxytocin hos den fødende – og understøtter derved hurtigere fødsler med færre komplikationer. Med det afsæt har man på Regionshospitalet Herning nytænkt fødestuen, så den ligner alt andet end en operationsstue. Designet giver mulighed for at projicere stemningsskabende billeder op på alle vægge – og overlader det til den vordende far at vælge lige de stemninger, der bedst støtter hans partner, som fødslen skrider frem. Den interaktive fødestue er hurtigt blevet populær i Herning, og konceptet er nu også udmøntet i en barselsstue, der ikke ligner noget på et sygehus.

Projekter er Hospitalsenhed Vests flagskib inden for Kultur og Sundhed udviklet i 2015. Det er blevet en stor succes og er fortsat et tilbud til fødende på hospitalet. Region Midtjylland har været en sideløbende samarbejdspartner gennem projektet.