

Kunst, mestring og omsorg 2020 - Workshops

Dansens muligheter til å skape kommunikasjon på nye måter mellom ansatte og beboer/pasient.

I denne workshopen vil deltakerne bevege seg fra tradisjonelle danseformer til andre metoder som kan skape nærhet og kommunikasjon. Vi skal utforske og lære bevegelsesmetoder tilpasset en til en og grupper. Deltakerne gis mulighet til å utveksle tanker, ideer og egne erfaringer underveis og dele best praksis. Avslutningsvis vil vi reflektere over dansens muligheter til å skape aktivitet og kommunikasjon, samt hvilken helsefremmende betydning dans og bevegelse kan ha.
Med Anna C. Nordanstedt

Dans: Flyt i kropp og sinn - tilstedeværelse, bevegelse og ro.

I denne workshopen presenteres metoder for hvordan man kan skape flyt mellom kropp og sinn. Flyt er en tilstand av sirkulasjon og bevegelse og står i kontrast til stagnasjon eller blokkering. Du får kjennskap til prinsipper og praktiske øvelser som du kan bruke i din egen hverdag, både for din egen del og med pasienter. Vi jobber med bevegelser som er enkle å utføre og som krever lite innsats, men som kan fremme velvære og større kontakt med en selv og øyeblikket her og nå. Metodene er trygge å utføre.

Med Kari Anne Vadstenvik Bjerkestrand

Bildet som kommunikasjonsmiddel. Fortellergrupper og kunstmvisninger for personer med demens.

Bilder og kreativ fortelling

Hvordan kan en fortellergruppe åpne opp for at personer med demens kan bruke sin kreativitet? Utgangspunktet for gruppen er et tvetydig fotografi eller maleri som kan forstås og tolkes på ulike måter, hvor alle bidrar med tanker og ideer om bildet og skaper en felles fortelling. Ingen svar er rette eller feile. Den som leder gruppen stiller åpne spørsmål som skal stimulere deltakerne til å bruke fantasien og forestillingsevnen. Å ta i bruk bilder på denne måten kan gjøre det lettere for personen som er syk å gi uttrykk for tanker og følelser, samtidig som det er noe konkret å forholde seg til.

Med Hanne Jones, Verdighetsenteret

Kunstmvisninger for personer med demens

Hvordan kan et kunstverk møte mennesker med demens?

Gjennom en åpen og inkluderende samtale ønsker vi å skape innganger til kunstverket og vekke engasjement for kunsten. Målet med kunstmvisningene på KODE er å skape begeistring og undring gjennom å pirre blikket og vekke hele sanseapparatet.

I workshopen får deltakerne bli med på et *Kunstøyeblikk*. Her demonstreres metoden som bygger på assosiasjoner, fantasi, interaksjon og opplevelsen av å få ta del i verdifulle øyeblikk.

Med Helga Anspach, formidler, KODE Bergen
Siri Breistein, kunstformidler, gründer

Mønster som metode. Hvordan kan det å lage bilder av filt skape opplevelse av samvær, mestring og glede.

Hvordan kan man arbeide med materialet filt sammen med personer som har en demensdiagnose og annen kognitiv svikt? På denne workshopen får deltakerne anledning til å øve seg i å være lyttende ovenfor andre, gjennom en rekke øvelser som springer ut fra erfaringer fra Mønsterprosjektet. Deltakerne vil jobbe både individuelt og i grupper. Lek, fantasi, evne til å lytte, humor og tillit er viktige stikkord.

Materialer og teknikker er inspirert fra kunstner og atelierista Anne Helga Hennings bakgrunn som billedkunstner, som for eksempel form, farge og taktilitet.

Med Anne Helga Henning, kunstner og atelierista

Musikkbasert miljøbehandling – bruk av musikk, sang og bevegelse i daglig helse- og omsorgsarbeid.

Hvordan kan musikk, sang og bevegelse brukes som miljøbehandling i det daglige pleie- og omsorgsarbeidet for å dempe uro og øke velvære for ansatte og beboere? Musikkbasert miljøbehandling handler om å bruke individuelt tilpasset musikk som en naturlig del av miljøbehandlingen. På denne workshopen lærer du mer om dette og hvordan du kan kartlegge musikkpreferanse og -smak, ikke minst hos eldre med kognitiv svikt/demensdiagnose. Det blir også mulighet for å teste ut kartleggingen selv. Sang og bevegelse inngår i workshopen. Musikkbasert miljøbehandling er et opplæringsprogram lagt inn i eldremeldingen *Leve hele livet*.

Med Helene Jøssund, sykepleier Trondhjems hospital, Trondheim

Charlotte Stav, Musikkpedagog/miljøterapeut, Høllonda helse- og omsorgssenter, Melhus kommune

Klubbkonseptet i Oslo kommune - hvordan organiseres aktivitetsklubber. Praksis fra jazzklubb og operaklubb.

Hva skjer når beboere med felles interesser møtes på tvers av avdelinger? Nye bekjentskap finner sted, og samtaler mellom mennesker som deler samme interesse gir glede og et avbrekk i hverdagen. Dette er ideen bak klubbkonseptet. På denne workshopen får du lære det praktiske rundt organiseringen av operaklubb og jazzklubb, med eksempler fra Sofienberghjemmet og Økernhjemmet. Du får enkle tips om hvordan en workshop kan gjøres på ditt arbeidssted. Det er ofte lettere enn man tror. Disse klubbkonseptene har overføringsverdi til andre typer musikkklubber.

Med Kristine Thomassen, kulturleder Sofienberghjemmet, Oslo kommune

Gunn Alice Soløst, tidligere aktivtør og frivillighetskoordinator Økernhjemmet, Oslo kommune

Møte med minner – hvordan forberede og bruke museumsbesøk som del av personsentrert demensomsorg.

En tur på museum kan glede, engasjere og åpne for en god prat om tiden som var og livet i dag. På museet finner vi kunsten, gjenstandene og miljøene som vi kjenner og som vi knytter våre personlige opplevelser til. Personer med demens strever ofte med å huske egen livshistorie. På museet ser og lytter vi - kanskje smaker og tar på også. Da stimuleres sansene våre og minnene kommer fram. Slik er det også for personer med demens når de er på museumsbesøk; de får tilgang til egen livshistorie. For oss som er rundt personen med demens, kan museet være en arena eller et verktøy for å bli bedre kjent med mennesket bak demenssykdommen. Workshopen viser hvordan du kan bruke museumsbesøket som del av personsentret omsorg.

Med Ellen Wasserfall, Senter for fagutvikling og forskning, Oslo kommune

Kjersti Lind, formidler, Norsk Teknisk Museum

Bruk av drama i demensomsorgen.

«Tenk hvis... å tre inn i skoene til en person som utvikler demens og den pårørende». Deltakerne får prøve ut 7 faser i spill. Workshopen tar sikte på å benytte dramateknikker for å gi deltakerne innblikk i situasjonen til personer med en demenssykdom og deres pårørende. Dette kan være nyttige verktøy som den enkelte kan ta i bruk i egen arbeidshverdag.

Med Katrine Heggstad, høyskolelektor

Kari Mjaaland Heggstad, dosent