



Kultur, helse og omsorg
NASJONALT KOMPETANSESENTER

ÅRSRAPPORT 2020

Nasjonalt kompetansesenter
for kultur, helse og omsorg

Partnerskapet:



Innhold

1.	Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg	3
1.1	Om kompetansesenteret	3
1.2	Mål og krav til måloppnåelse	3
1.3	Partnerskapet og styret.....	4
1.4	Forarbeidet til kompetansesenteret.....	6
1.5	Samarbeid nasjonalt og internasjonalt	6
1.6	Medarbeidere i 2020	7
1.7	Presentasjoner på konferanser og arrangement.....	7
1.8	Arrangør/medarrangør.....	8
2	Våre fagområder – forskning, utdanning og praksis	13
2.1	Arrangementer, seminarer og konferanser.....	13
2.2	Opplæringsprogrammet Musikkbasert miljøbehandling	14
2.3	Tidsskriftet Nordic Journal of Arts, Culture and Health	17
2.4	Videreutdanning: Kunst og kultur i helse og omsorg 15 stp. / Nord universitet	18
2.5	Videreutdanning: Musikkbasert miljøbehandling 15 stp. / Nord universitet	19
2.6	Musikkbasert miljøbehandling Brønnøysund 2019-2020.....	20
2.7	Smertestudiet – om musikk og smertebehandling	21
2.8	Klokkeklovnene.....	21
2.9	Parkinsonprosjektet	22
2.10	Folkehelsealliansen i Trøndelag.....	22
2.11	Danseprosjektet Rethink Aging – Nordic: art, health & research	23
2.12	Kulturdeltakelse reduserer risiko for tidlig død.....	24
2.13	Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg i media.....	25

1. Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg

1.1 Om kompetansesenteret

Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg (Kompetansesenteret) ble etablert i Levanger 1. juli 2014. Senteret er forankret i Meld St. 29 (2012–2013) *Morgendagens omsorg*, som er lagt inn i Omsorgsplan 2020 og Kompetanseløft 2025. Kompetansesenteret rapporterer til Helsedirektoratet, som er oppdragsgiver.

Kompetansesenteret er et partnerskap mellom:

- HUNT forskningssenter (Fakultet for medisin og helsevitenskap, NTNU)
- Helse Nord-Trøndelag HF
- Levanger kommune
- Trøndelag fylkeskommune
- Nord universitet

Kompetansesenteret finansieres via en egen post på Statsbudsjettet, Helsedepartementet, med en grunnbevilgning på tre millioner kroner årlig (kap. 761, post 79).



Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg har kontorsted ved Nord universitet, Campus Levanger

1.2 Mål og krav til måloppnåelse

Kompetansesenteret har mål som gitt av Helse- og omsorgsdepartementet gjennom Helsedirektoratet i oppdragsbrevet datert 13.11.2013, og krav til måloppnåelse gjennom dialogen med oppdragsgiver som er Helsedirektoratet.

Målene er:

- Bidra til metode- og kvalitetsutvikling innenfor helse og omsorg lokalt, regionalt og nasjonalt, gjennom samhandling mellom utdanningssektoren, forskningsmiljøer og praksisfeltet.
- Dokumentere og utvikle sang, dans og andre kulturuttrykk i en helse- og omsorgs faglig ramme og utvikle systematiske tiltak som kan hjelpe utsatte individer og grupper og skape varierte og interessante arbeidsplasser for personalet.

- Bidra til spredning og implementering av ulike miljøterapeutiske metoder, herunder integrert bruk av musikk i omsorgstjenestene.
- Evaluere tiltak som iverksettes og måle effekter av nye metoder og behandlingsformer.

Kompetansesenteret skal bidra til å delta med forskning, opplæring og praksisutvikling i kultur- og helsefeltet og vektlegge samspillet mellom forskningsmiljøet, utdanning og praksis i sin virksomhet.

Kompetansesenterets arbeid skal gjennom systematisk bruk av kulturelle virkemidler i tjenestene og ved å inkludere kulturkompetanse i utdanningene, bidra til mer verdighet innen pleie og omsorg, økt interesse og status for, samt rekruttering til omsorgsyrkene. Gjennom økt bruk av kulturkompetanse og sterkere dialog mellom kulturfaglig og helse- og omsorgsfaglig kompetanse er målet å bidra til en bedre utnyttelse av ressursene i helsevesenet. Kompetansesenteret skal arbeide kunnskaps- og forskningsbasert og få fram ny kunnskap der sammenhenger mellom forskning, utdanning og praksisutvikling blir ivarettatt på en innovativ måte.

1.3 Partnerskapet og styret

Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg er et partnerskap mellom HUNT forskningscenter, Helse Nord-Trøndelag HF, Levanger kommune, Trøndelag fylkeskommune og Nord universitet. Kompetansesenteret har et eget styre med en representant fra hver av partnerne.



HUNT forskningscenter, fakultet for medisin og helsevitenskap, NTNU, har et hovedansvar for forskningsarbeidet knyttet til kompetansesenteret. Leder ved HUNT forskningscenter, Steinar Krokstad, er nestleder i styret for Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg.



Helse Nord-Trøndelag HF bidrar med kunnskapsspredning, FoU og intern og ekstern erfaringsutveksling. Nancy Haugan, rådgiver ved Helse Nord-Trøndelag, er medlem i styret.



Levanger kommune bidrar i stor grad innenfor praksisutvikling og har som eier og driver av Ytterøy Helsetun en mønsterinstitusjon i Norge der bruk av miljøbehandling med integrert bruk av musikk, sang og bevegelse inngår. Kommunen har planfestet kultur- og helsesatsing i overordna-kommuneplan og i kommunedelplan for kultur - og for helse og omsorg. Kommunen er representert i styret med enhetsleder Einar Hindenes.



Trøndelag
fylkeskommune

Trøndelag fylkeskommune har vært et foregangsfylke i kultur- og helsearbeid gjennom sine prosjekter FOLK1 og FOLK2.

Fylkeskommunen jobber godt med spredning av kultur- og helsefeltet til kommuner i Trøndelag. Eirin Hermansen, folkehelserådgiver, er medlem i styret.



NORD
universitet

Nord universitet er vertskap for kompetansesenteret og har egne fagmiljø på Fakultet for lærerutdanning og kunst- og kulturfag og Fakultet for sykepleie og helsevitenskap. Nord universitet bidrar med kontorer og bistår med IT-tjenester, økonomi/regnskap, og er tilsetningsmyndighet. Kompetansesenteret er fysisk plassert med kontorer ved Nord universitet, Campus Levanger.

Styret i Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg består av:

Vegar Rangul, styreleder (Nord universitet)

Steinar Krokstad, nestleder (HUNT forskningssenter, NTNU)

Einar Hindenes, styremedlem (Levanger kommune)

Nancy Haugan, styremedlem (Helse Nord-Trøndelag HF)

Eirin Hermansen, styremedlem (Trøndelag fylkeskommune)

1.4 Forarbeidet til kompetansesenteret

Medlemmene i partnerskapet har på ulike måter samarbeidet om kultur- og helsevirksomhet siden år 2000. Dette samarbeidet var sentralt i opprettelsen av Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg i Levanger.

1984–1994	Arts in hospital. Internasjonal satsing gjennom Unesco.
1996–1999	Nasjonalt program for kunst og helse (35 prosjekter - 20 kommuner). Finansiert både via Norsk kulturråd og Helsedepartementet. Levanger kommune deltok i prosjektet.
2000–2002	Nasjonalt knutepunkt for kunst og helse (lokalisert i Levanger - med partnere i regionen). Samarbeid med partnere i regionen.
2001–2011	Kunst- og helseprosjekter ledet av Nord-Trøndelag fylkeskommune i samarbeid med lokale, regionale og nasjonale aktører.
2011–2013	Videreutvikling av kultur og helsearbeidet i regionen med base i Levanger og med Levanger kommune i førersetet.
2013–	Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg skrevet i St.meld.nr. 29 (2012–2013) Morgendagens omsorg og lagt inn i Omsorgsplan 2020.
2014–	Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg opprettes med egen post på Statsbudsjettet.

1.5 Samarbeid nasjonalt og internasjonalt

Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg samarbeider med ulike fag- og forskningsmiljø. Vår mest sentrale samarbeidspartner er Nasjonal kompetansetjeneste for aldring og helse (Aldring og helse). Vi samarbeider også med Verdighetscenteret i Bergen, NTNU, Norsk kulturskoleråd, Krafttak for sang, Trondheim kommune, Riksteatret, Senter for fagutvikling og forskning (Oslo kommune), Sykehjemsetaten i Oslo kommune, flere høgskoler og universitet, Norges Parkinsonforbund med flere. Vi samarbeider med Utviklingscenter for sykehjem og hjemmetjeneste (USHT) og kommuner over hele landet. Vi deltar i Folkehelsealliansen i Trøndelag og samarbeider med ulike fagpersoner og fagmiljøer innen kunst-, kultur og helsefeltet, blant annet det nasjonale nettverket musikk og eldre helse.

Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg deltar også i internasjonale fag og forskningsnettverk i blant annet Sverige, Danmark, Finland, Island, England og Australia.

1.6 Medarbeidere i 2020

Kompetansesenteret hadde i 2020 følgende ansatte og engasjerte i hel- og deltidsstillinger:

HELTIDSSTILLING:

Daglig leder, Odd Håpnes

Kommunikasjonsrådgiver, Marthe Haugdal

DELTIDSSTILLING:

Koordinator, Jorunn Aurstad (50%)

Fagveileder barn og unge, Aase-Hilde Brekke (20%)

Dansekonsulent, Anna C. Nordanstedt (20%)

Professor drama/teater, Wenche Torrissen (20%)

Forsker, Ingrid Følling (20%)

I tillegg medfinansieres instruktører på «Parkinsonprosjektet» sammen med Levanger kommune og Norges Parkinsonforbund avdeling Nord-Trøndelag.

Kompetansesenteret administrerer opplæringsprogrammet Musikkbasert miljøbehandling (MMB) og engasjerer sammen med Nord universitet fagpersoner til undervisning og utvikling samt koordinering av MMB. Medarbeidere i kompetansesenteret jobber også med MMB. I tillegg er fagpersoner engasjert direkte i opplæringsprogrammet.

1.7 Presentasjoner på konferanser og arrangement

- | | |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 01.02 | Om norsk kultur og historie for innvandrerkvinner, Prosjekt inkludering, Falstadsenteret, Levanger |
| 06.02 | Hva kan kunst og kultur bidra med innenfor helse og omsorg og hvordan? Bachelor sykepleie, FSH, Nord universitet, Campus Levanger |
| 10.02 | Kulturens rolle for læring, helse og omsorg, Møte med Høyres programgruppe for ny folkehelsepolitikk, HUNT Forskningscenter, NTNU, Levanger |
| 13.02 | Kulturens rolle og betydning for helse og folkehelse, Fagskolen Trøndelag fylkeskommune, Levanger |
| 23.09 | Still hjerne dumme spørsmål, Forskningsdagene 2020 |
| 24.09 | Om Musikkbasert miljøbehandling, webinar |
| 01.10 | Hva er det med kunsten og kulturen som bidrar til helse og omsorg, Erfaringer fra Musikkbasert miljøbehandling, Dialogkonferanse for MMB nettverket Helgeland, Brønnøysund, digital forelesning |
| 26.10 | Fagdag i musikk og Musikkbasert miljøbehandling, Brønnøysund vgs. |

- 04.11 Om Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg, møte med Høyres fraksjon i Helse- og omsorgskomiteen
- 10.12 Hva er det med kultur som kan gi en helsegevinst og hvordan? Møte med minner, Oslo kommune, Webinar

1.8 Arrangør/medarrangør

Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg var arrangør og medarrangør på en rekke arrangementer i 2020. Noen av kompetansesenterets planer ble påvirket av Covid 19, og noen av arrangementene ble dessverre avlyst.

Kunst og kulturs rolle i et aldersvennlig samfunn

LITTERATURHUSET I OSLO, AMALIE SKRAM

Onsdag 18. mars kl. 18.30–20.00

Hva sier moderne hjerneforskning om kultur, læring og helse – i et livsløpsperspektiv? Hvilke satsninger og tiltak kan dette inspirere til i kommunene - med god, personsentrert eldreomsorg? Hvordan legge til rette for frivillig engasjement, så også friske eldre vil bidra?

Innledningsforedrag: Den kulturelle hjernen
Om kultur, utvikling og aktivitet – også i livets siste fase.
Gunnar Bjursell, professor em. Karolinska Institutet, Stockholm

Panelsamtale: Kunst og kulturs rolle – på tvers av generasjoner
Ledet av: Odd Håpnes – daglig leder, Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg
Panelet: Kari Midtbø Kristiansen – daglig leder, Nasjonal kompetansetjeneste for aldring og helse
Eva Waaler – direktør, kommunale langtidshjem og helsehus, Sykehjemsetaten, Oslo kommune
Hanne Jones – rådgiver, avd. Frivillighet og kultur, Verdighetsenteret
Gunnar Bjursell – professor em. Karolinska Institutet, Stockholm
Jan Øyvind Helgesen – musiker, også musikalske innslag i programmet

Konferansier: Sverre Chr. Wilhelmsen – brobygger, Verdighetsenteret
Billetter: 100,- / 70,- (student/honør) → www.litteraturhuset.no

Arrangør: Kultur, helse og omsorg, Verdighetsenteret, TEATRET, Samarbeid med Sykehjemsetaten, Oslo

Kunst og kulturs rolle i et aldersvennlig samfunn

Arrangementet på Litteraturhuset i Oslo om kunsten og kulturens rolle i et aldersvennlig samfunn skulle gjennomføres 18.03, men ble avlyst på grunn av Covid 19.

Hvilken kunnskap gir moderne hjerneforskning om den betydning kunst og kultur kan ha for den enkeltes mestring, læring og helse – i et livsløpsperspektiv? Hvilke tiltak kan dette inspirere til innen institusjonsbasert omsorg i kommunene? Hvordan kan vi legge til rette for frivillig engasjement, der også friske eldre finner det enkelt og interessant å delta?

PROGRAMMET

Innledningsforedrag: Den kulturelle hjernen

Om kultur, læring og aktivitet – også i livets siste fase. Hva sier hjerneforskningen? Gunnar Bjursell, professor em. Karolinska Institutet, Stockholm

Panelsamtale om kunsten og kulturens rolle i et aldersvennlig samfunn:

På hvilke måter kan kunst og kultur få en sterkere rolle i et aldersvennlig samfunn, både i eget liv og som bidrag til å nå helse- og omsorgstjenestenes mål om å sikre den enkeltes mulighet til støttebehandling, aktivitet og fellesskap?

I panelet:

Kari Midtbø Kristiansen – daglig leder, Nasjonal kompetansetjeneste for aldring og helse

Eva Waaler – direktør for kommunale langtidshjem og helsehus, Sykehjemsetaten, Oslo kommune

Hanne Jones – rådgiver, avd. Frivillighet og kultur, Verdighetsenteret

Gunnar Bjursell – professor em. Karolinska Institutet, Stockholm

Samtalen ledes av Odd Håpnes – daglig leder, Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg

Konferansier: Sverre Chr. Wilhelmsen – brobygger, Verdighetsenteret

Arrangører:

Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg, Verdighetsenteret og Riksteatret, i samarbeid med Sykehjemsetaten i Oslo kommune.

RIKSTEATRET – OSLO, TORSDAG 19.–FREDAG 20. MARS 2020

Kunst, mestring og omsorg 2020

Nasjonalt konferanse om dans, billedkunst, musikk og teater som ressurs i eldreomsorg

Arrangører:  Kultur, helse og omsorg NASJONALT KOMPETANSESENTER  Verdighetsenteret OMSORG FOR GAMLE  RIKSTEATRET I samarbeid med:  Sykehjemsetaten  Oslo

Konferansen Kunst, mestring og omsorg

Todagens konferanse 19. – 20.03, med ca. 240 deltakere på Riksteatret i Oslo. Denne ble i siste liten avlyst på grunn av Covid 19.

Arrangør: Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg, Verdighetsenteret og Riksteatret i samarbeid med Sykehjemsetaten, Oslo kommune.

Hvordan kan vi nå helse- og omsorgstjenestenes mål om å sikre den enkeltes mulighet til å ha en aktiv og meningsfylt tilværelse?

Målgrupper: Institusjons- og kvalitetssjefer, helseog omsorgsarbeidere, aktivitets-, kultur- og frivillighetskoordinatorer, trivselskontakter, frivillige, pårørende, kunstnere, formidlere og kulturarbeidere.

UTDRAG FRA PROGRAMMET:

Kroppslig bevegelse som livsbetingelse og profesjonell kunnskap

Gunn Engelsrud – professor, Norges Idrettshøgskole

Musikkens kraft og virkning på hjernen

Geir Olve Skeie – pianist, nevrolog ved Haukeland Sykehus, professor II Griegakademiet i Bergen

Kroppens flyt – bevegelsesbevissthet som supplement til lindrende behandling

Kari Anne Vadstenvik Bjerkestrand, koreograf, forfatter og bevegelsescoach

Musikkbasert miljøbehandling (MMB)

Vegar Rangul, styreleder, Nasjonalt Kompetansesenter for kultur, helse og omsorg og Inger Molvik, musikkpedagog, prosjektleder Aldring og helse

Forestillingens kraft – fortelling og fantasi i omsorg

Hanne Jones – rådgiver, Verdighetsenteret

Mønster som metode for personer med demens – Bruk av filt i møte mellom kunst- og helsepraksis.

Anne Helga Henning – billedkunstner, atelierista

Demens på scenen. Teatrets muligheter – og ansvar?

Teatersjef Tom Remlov i samtale med skuespiller Hildegun Riise og Wenche Torrissen

Det skulle være en praksisnær konferanse med innlegg fra fagfeltet og praksisfeltet, workshops for å få konkrete verktøy som kan brukes på arbeidsplassen, samt smakebiter på kunst og kultur fra scenen.

Nordic Arts & Health Research Network meeting

Møte på Zoom I det internasjonale nettverket for kultur og helse, 22.09. Tema i møtet var:

- The role of the arts in medicine and health care education
- Exploring the role of the arts in promoting health and wellbeing in kindergarten, primary, secondary and higher education.
- The status of existing arts and health educational programmes in the Nordic region
- Defining the artist-educator-researcher in the 21st century



UTDRAG FRA PROGRAMMET

- Audun Myskja: Music-based caregiving – improving dementia care
- Anita Jensen (Primary Healthcare, Region Skåne) & Max Liljefors (Lund University): Joining Forces in Arts and Health Education: Adopting an inter-disciplinary approach when designing an Arts and Health course
- Ellen Foyn Bruun (Norwegian University of Science and Technology): Drama education and mental health
- Liisa-Maria Lilja-Viherlampi (Turku University of Applied Sciences): Arts, Health and Wellbeing – Creative Wellbeing. The New Multiprofessional Master Program of Turku University of Applied Sciences
- Mona Ødegården (Medical Museum, NTNU/St. Olavs hospital) & Anja Johansen (Medicine and Health Library, NTNU): Addressing anxiety through art and graphic storytelling
- Ross Prior (University of Wolverhampton, UK): Educating Well: A Future Paradigm for Applied Arts and Health Education

Webinar:

«Systematisk bruk av sang og musikk for helse- og omsorgsarbeidere»

Nasjonal kompetansetjeneste for aldring og helse og Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg arrangerte webinarret «Systematisk bruk av sang og musikk for helse- og omsorgsarbeidere» torsdag 24.september kl. 12.00-13.15.

Webinaret tok utgangspunkt i Musikkbasert miljøbehandling – et opplæringsprogram som tilbyr kurs- og utdanning over hele landet for ansatte og ledere i helse- og omsorgssektoren som ønsker å lære miljøbehandling med integrert bruk av musikk, sang og bevegelse brukt innenfor kliniske rammer. Musikkbasert miljøbehandling er utviklet på oppdrag fra Helse- direktoratet og inngår i eldremeldingen Leve hele livet. Les mer om Musikkbasert miljø- behandling her.

Webinaret målgruppe var ansatte og ledere innen helse- og omsorgssektoren, kultur- ansatte og andre.

PROGRAM:

- Hva er miljøbehandling med integrert bruk av musikk og sang. Hvordan kan musikk, sang og bevegelse brukes som en integrert del av daglig pleie- og omsorgsarbeid, og hvilke effekter kan vi få. Odd Håpnes, daglig leder i Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg
- Musikkbasert miljøbehandling som en del av ABC-opplæringen til Aldring og helse. Inger Molvik, prosjektleder Nasjonal kompetansetjeneste for aldring og helse
- Bruk av musikk og sang som en naturlig del av pleie- og omsorgsarbeidet i hverdagen. Charlotte Stav, musikkpedagog/miljøterapeut, Hølonde helse- og omsorgssenter, Melhus kommune

Filmvisning: The Mole Agent

Kinofilmen The Mole Agent ble vist på Vega Scene i Oslo 08.10.

En uforglemmelig dokumentar om alderdom og en eksepsjonelt lite diskret hemmelig agent ble vist denne oktoberkvelden i Oslo. Arrangementet var et tverrfaglig arrangement omkring en ny dokumentarfilm under Bergen internasjonale filmfestival (BIFF). Verdighets- senteret, Bergen internasjonale filmfestival og Vega Scene var arrangører, sammen med Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg.



På programmet var en innledning på scenekanten fra Sverre Chr. Wilhelmsen, brobygger Verdighetsenteret og Odd S. Håpnes, daglig leder ved Nasjonalt Kompetansesenter for kultur, helse og omsorg.

Det var også en video-appell fra Trude Drevland, leder for Rådet for et aldersvennlig samfunn.

Målet med arrangementet var å åpne for samtale om valg og verdier i eldreomsorgen.



Odd Håpnes, daglig leder ved Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg (t.v) og Sverre Wilhelmsen, brobygger ved Verdighetsenteret var begge på programmet da The Mole Agent ble vist på Vega Scene.

Webinar: Kulturens helseeffekter

Omtrent 300 personer deltok på webinarret 26.11, om kulturens helseeffekter, arrangert av Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg.

Webinaret tok utgangspunkt i en fersk forskningsrapport fra Helseundersøkelsen i Trøndelag der kultur deltakelse er et tema. Noen av forskerne bak denne rapporten gikk nærmere inn på hvilke kulturaktiviteter som er populære, hvor ofte de blir benyttet og hvilke helseeffekter man kan forvente å få av dette – individuelt og i et folkehelseperspektiv. Stig Slørdahl, direktør i Helse Midt-Norge RHF, fortalte hvordan man kan bygge kulturhelse, og Karen Espelund, fylkesdirektør for kultur og folkehelse i Trøndelag fylkeskommune, utdypete hvordan fylkeskommunen kan legge til rette for kulturaktivitet.



2 Våre fagområder – forskning, utdanning og praksis

Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg dokumenterer og utvikler sang, dans og andre kulturuttrykk i en helse- og omsorgsfaglig ramme, gjennom forskning, utdanning og praksis. Kompetansesenteret er involvert i større og mindre prosjekter, både selvdrevne og i samarbeid med andre. Her følger et utvalg av arbeidet som ble gjort i 2020.

2.1 Arrangementer, seminarer og konferanser

«Still hjerne dumme spørsmål»

Under arrangementet «Still hjerne dumme spørsmål» fikk forsker-panelet bryne seg på mange spørsmål om hjernen. Arrangementet på Levanger bibliotek var basert på konseptet «Abels tårn», og var en del av Forskningsdagene 2020.

Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg var invitert til å delta i panelet.

- Hvilken sammenheng er det mellom nedsatt hørsel og demens?
- Hvordan kan sansestimulering brukes til behandling i helsetjenesten?
- Kan personlighetsforstyrrelser «helbredes», og hvordan?

Dette var blant de mange spørsmålene som ble rettet mot ekspertpanelet: Psykologspesialist i Helse Nord-Trøndelag, Jon Tormod Rækken Nordland, lege og førstemanuensis Håvard Skjellegrind, samt daglig leder ved Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg, Odd Håpnes.

Under arrangementet fikk forskerne svare utfyllende på forhåndsinnsendte spørsmål fra publikum, før det ble åpnet for spørsmål fra salen. Dette skapte hjernetrim blant både publikum og paneldeltakere, som sammen jobbet seg frem til felles svar basert på egne kunnskapsområder. Arrangementet ble ledet av programleder Karin Jegtvik, og strømmet direkte på Facebook.



2.2 Opplæringsprogrammet Musikkbasert miljøbehandling

Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg gjennomfører opplæringsprogrammet Miljøbehandling med integrert bruk av musikk og sang til helse- og omsorgstjenestene, i samarbeid med Nasjonal kompetansetjeneste for aldring og helse, Nord universitet og Bergen Røde Kors Sykehjem.

Musikkbasert miljøbehandling er utviklet på oppdrag fra Helsedirektoratet (2015-), lagt inn i Kompetanseløft 2020, og skrevet inn i kvalitetsreformen Meld. St. 15 (2017 - 2018) Leve hele livet, som et av fem tiltak under Helsehjelp.

Målgruppen er ansatte og ledere helse- og omsorgssektoren som arbeider nært brukere og pasienter i alle aldre og med ulike sykdommer og lidelser, basert på musikk, sang og bevegelse brukt innenfor kliniske rammer. Arbeidet bygger på personsentrert omsorg og gir metoder og verktøy for å systematisk bruke musikk, sang og bevegelse i daglig helse- og omsorgsarbeid.

Opplæringen viser at de musikkbaserte metodene bidrar til å dempe uro og aggresjon, og aktiviserer personer som sover unødvendig på dagtid. Bruken av sove- og innsovningsmedisin kan reduseres og beboernes egne ressurser blir mer aktivert. Dette gir mer fornøyde beboere, pårørende og ansatte, og mindre bruk av tvang.



Opplæringsprogrammet består av tre deler som kan tas uavhengig av hverandre:

- ABC Musikkbasert miljøbehandling
- Samlingsbasert kurs
- Videreutdanning
- Fagdag bachelor sykepleie

Evalueringer viser at deltakerne i høy grad og i svært høy grad er fornøyd med både forventninger til kurset, læringsutbytte, hjemmeoppgave. Dette er data hentet fra eget evalueringsskjema med uthenting av data som kan brukes til framtidig forskning.

Opplæringsprogrammet arrangerte i 2020 også fagdag bachelor sykepleie ved tre universiteter/høgskoler. Flere ble utsatt på grunn av Covid 19, og planlegges gjennomført i 2021.

Siden 2015 har over 4200 personer fått opplæring i Musikkbasert miljøbehandling.

Fagveiledere/undervisere i opplæringsprogrammet Musikkbasert miljøbehandling 2020

ABC Musikkbasert miljøbehandling:

- Katrine Homdrum, rådgiver, Evje og Hornes kommune
- Inger Molvik, prosjektleder, Aldring og Helse, Oslo

Samlingsbaserte kurs Musikkbasert miljøbehandling:

- Audun Myskja, lege og nevrologisk musikkterapeut, Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg
- Hanne Berg, lege, Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg
- Odd Håpnnes, daglig leder, musikkviter, Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg
- Grete Daling, Nord universitet
- Helene Jøssund, sykepleier og gruppeleder, Trondhjems hospital, Trondheim
- Olufine Hagen, Bergen Røde Kors Sykehjem
- Anna Carlsen, UNN
- Frode Fjellheim, Nord universitet
- Ruth-Elisabeth Engøy, Meierigården, Lillehammer kommune
- Charlotte Stav, Melhus kommune
- Vegar Rangul, Nord universitet, Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg

Videreutdanning Musikkbasert miljøbehandling 15 stp.:

- Audun Myskja, lege og nevrologisk musikkterapeut, Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg
- Odd Håpnnes, daglig leder, musikkviter, Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg
- Anders Dalane, førstelektor, Nord universitet
- Grete Daling, førstelektor, Nord universitet
- Hennie Skaufel, universitetslektor, Nord universitet
- Jonas Rennemo Vaag, førsteamanuensis, Nord universitet
- Anna C. Nordanstedt, dansekonsulent, Dans i Trøndelag og Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg
- Helle T. Singsaas, avdelingsleder Ringve musikkmuseum

- Steinar Krokstad, professor, NTNU, HUNT forskningscenter
- Inger Molvik, stipendiat, Nasjonal kompetansetjeneste for aldring og helse
- Anna Marie Laugsand, spes.sykepleier, Ytterøy Helsetun
- Charlotte Stav, miljøterapeut, Melhus kommune
- Sverre Krüger, professor emeritus NTNU
- Bente Steensgaard, pensjonist
- Guro Schei Johansson, fysioterapeut, Levanger kommune
- Katrine Homdrum, rådgiver helse og omsorg, Evje og Hornes kommune
- Beate Moksnes
- Arve Almvik, Dosent II, Nord universitet og Faglig rådgiver, NAPHPA
- Hilde Skjevelnes Henriksen, kulturskolelærer, Kulturskolen for Alstahaug og Leirfjord kommune
- Frode Aune, lærer, musiker og spes.ped., Kulturskolen i Stjørdal og DPS, Stjørdal

Videreutdanning Kunst og kultur i helse og omsorg, 15 stp.:

- Odd Håpnes, daglig leder, musikkviter, Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg
- Anders Dalane, førstelektor, Nord universitet
- Hennie Skaufel, universitetslektor, Nord universitet
- Wenche Torrissen, professor, Høgskolen i Volda, fagveileder, Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg
- Roar Tromsdal, Nord universitet
- Anna C. Nordanstedt, dansekonsulent, Dans i Trøndelag og Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg
- Ragnhild Skille, rådgiver, Kulturskolerådet
- Sverre Krüger, professor emeritus NTNU
- Kari Hortman, rådgiver, Fylkesbiblioteket Trøndelag
- Anne Gro Erikstad, Billedkunstner
- Bente I. Løkken, seniorrådgiver, Helsedirektoratet, stipendiat, Nord universitet
- Hilde Guddingsmo, universitetslektor, Nord universitet
- Beate Moksnes
- Anne Helga Henning, Universitetslektor, NTNU, Billedkunstner
- Aase Hilde Brekke, rådgiver, Nasjonalt senter for kunst og kultur i opplæringen, Nord universitet
- Hanne Jones, rådgiver, Verdighetssenteret, Kunstner
- Julie Tessem, leder frivillighet og kultur, Verdighetssenteret
- Steinar Krokstad, professor, NTNU, HUNT forskningscenter
- Kristin Muhle, litteraturformidler, Fylkesbiblioteket, Sandefjord
- Arve Almvik, Dosent II, Nord universitet og Faglig rådgiver, NAPHPA
- Åse Saltvik, leder, Frivilligsentralen i Levanger

Fagdager i Musikkbasert miljøbehandling på sykepleieutdanninger ved høyskoler og universiteter:

- Audun Myskja, lege og nevrologisk musikkterapeut, Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg

2.3 Tidsskriftet Nordic Journal of Arts, Culture and Health

Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg er medeier i Nordic Journal of Arts, Culture and Health.

Dette er en milepæl i formidling av nordisk kultur- og helseforskning, og gir en felles, tverrfaglig plattform som tidligere ikke har eksistert. Dette kan bidra til å styrke og fremme forskningen som gjøres på feltet, styrke allianser og bygge broer mellom de nordiske fagmiljøene.



NO.1 | 2020 | VOL. 2

NORDIC JOURNAL OF ARTS, CULTURE AND HEALTH

Tidsskriftet har som formål å bidra til spredning av forskning, kunnskap og praksiserfaringer, og er en viktig arena for publisering og debatt i det tverrfaglige fagfeltet for kunst og kultur innen fysisk og psykisk helse, sosial inkludering og helse- og omsorgsarbeid.

Tidsskriftet skal styrke kunst-, kultur- og helsefeltet i de nordiske landene, bidra til økt kunnskap på feltet i et nordisk perspektiv, dokumentere pågående prosjekter for å sikre at verdifull kunnskap blir bevart og delt og gi politikere i de nordiske landene et forskningsgrunnlag til bruk i politikkutvikling. Tidsskriftet praktiserer en vid definisjon av kultur og av begrepet helse, noe som inkluderer fysisk, psykisk, kulturell, eksistensiell, emosjonell, åndelig, arbeidslivsrelatert, sosial og samfunnsorientert helse.

Nordic Journal of Arts, Culture and Health utgis av Universitetsforlaget på vegne av Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg, Høgskulen i Volda, Primärvården Skåne, Aalborg universitet, Kungl. Musikhögskolan i Stockholm og Turku University of Applied Sciences (TUAS). Det er mest forskning og praksis fra de nordiske landene, men bidrag fra hele verden ønskes velkommen.

Tidsskriftets målgrupper er forskere og studenter ved akademiske institusjoner, profesjonsutøvere som arbeider med kunstens og kulturens rolle på helserelaterte områder,

samt offentlig forvaltning, media og allmennheten. Artiklene blir utgitt på dansk, engelsk, norsk og svensk. Nordic Journal of Arts, Culture and Health er gratis å lese på ldunn.no.

Det var to utgivelser av tidsskriftet i 2020.

Tema i 01/2020 Nordic Journal of Arts, Culture and Health var blant annet:

Arts & Health in the Time of Corona av Anita Jensen og Wenche Torrissen

The art of yoik in care: Sami caregivers' experiences in dementia care in Northern Norway av Soile Hämmäläinen, Frauke Musial, Ola Graff, Henrik Schirmer, Anita Salamonsen og Grete Mehus

Kunsten å ta kunsten på alvor: Personer med demens på kunstmuseet av Eli Lea, Christine Hansen og Oddgeir Synnes

Tema i 02/2020 Nordic Journal of Arts, Culture and Health var blant annet:

Arts as Treatment? Innovation and resistance within an emerging movement.

Heather Yoeli, Jane Macnaughton, Sarah McLusky, Mary Robson

Shared Reading as Mental Health Promotion Among Newly Retired Men:

Design of a feasibility study

Mette Marie Kristensen, Peter Simonsen, Marie-Elisabeth Lei Holm, Mette Steenberg, Josefine Ranfelt Andersen, Sarah Elizabeth Hvidberg, Anna Paldam Folker,

Kunsten å gå: Pilegrimsvandring og subjektiv livskvalitet

Helga Synnevåg Løvoll, Wenche Torrissen

2.4 Videreutdanning: Kunst og kultur i helse og omsorg 15 stp. / Nord universitet

Videreutdanningen Kunst og kultur i helse og omsorg ble gjennomført ved Nord sitt studiested i Levanger vårsemestret 2020. 21 studenter gjennomførte tre samlinger på til sammen 10 dager. Målet er å få en teoretisk og praktisk innføring i systematisk bruk av kunst- og kulturuttrykk i helsearbeid.

Videreutdanningen er på 15 studiepoeng og tar sikte på å gi kunnskap og handlingskompetanse som styrker og utvider den kompetansen studentene allerede har (f.eks. sykepleiere, helsefagarbeidere, vernepleiere, sosionomer, ergoterapeuter, kulturskolelærere, kulturarbeidere og andre). Å bruke menneskets iboende ressurser er viktig i et helsefremmende, forebyggende og rehabiliterende perspektiv, innenfor psykisk helsearbeid, rusomsorg, eldre- og demensomsorg.

Studiet er en del av det nasjonale opplæringsprogrammet Musikkbasert miljøbehandling, og gjennomføres i regi av Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg i samarbeid med Nord Universitet.

Studiet åpnet med kunstneriske innslag med poesi, musikk og sang ved blant annet Anders Dalane og Roar Tromsdal, begge fra Fakultet for lærerutdanning, kunst og kultur ved Nord universitet.

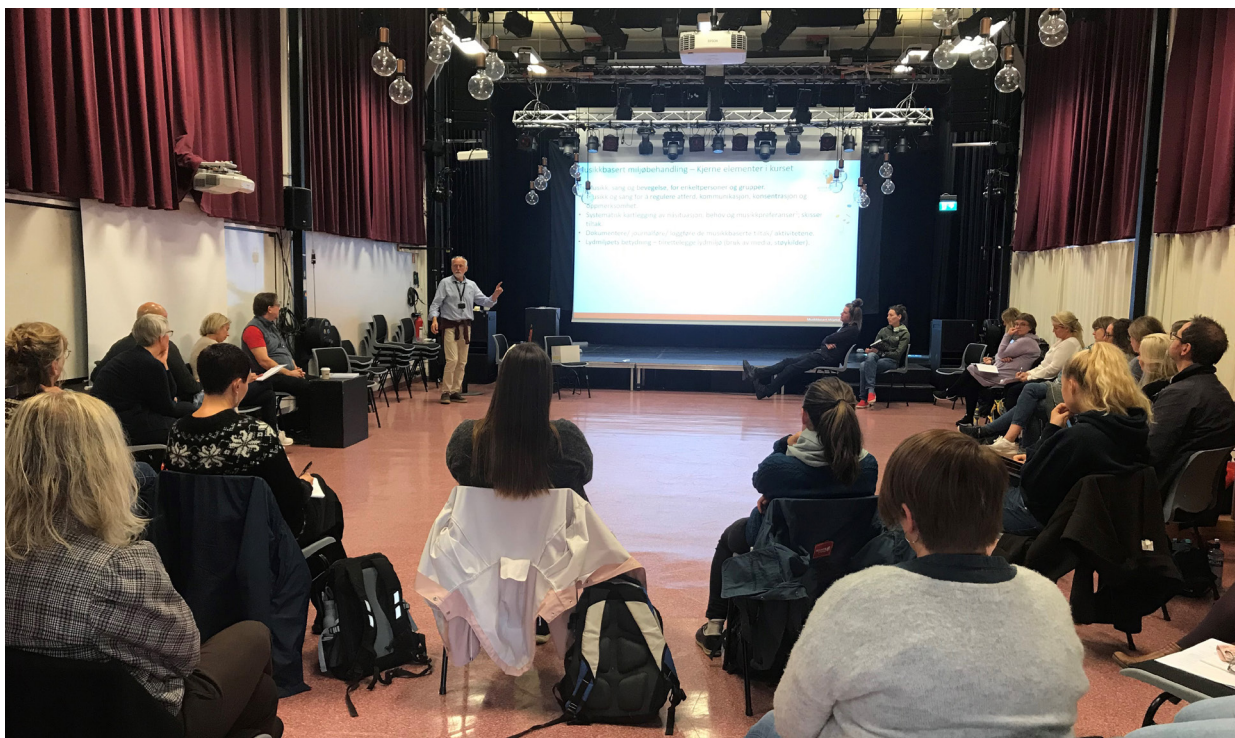


2.5 Videreutdanning: Musikkbasert miljøbehandling 15 stp. / Nord universitet

Det samlingsbaserte studiet «Musikkbasert miljøbehandling» ble gjennomført høsten 2020 ved Nord universitet, studiested Levanger. Studiet var samlingsbasert og ga studentene 15 studiepoeng. 27 studenter var tatt opp til studiet denne høsten. Dette var det femte kullet med studenter.

Studiet gir en oversikt over helseutfordringene i samfunnet og hvordan musikk, sang og bevegelse kan brukes til å bedre kommunikasjon, livsmestring og økt verdighet. Det omfatter arbeid knyttet til aldersrelaterte sykdommer og demensomsorg, psykisk helsearbeid og rusforebygging. Målet med studiet var å gi kunnskap og ferdigheter om hvordan musikk, sang og bevegelse er et alternativ og supplement til tradisjonell medisinsk behandling. Dette gjelder både som generelle miljøtiltak og som individualisert (støtte)behandling. Musikk som effektivt arbeidsverktøy og trening i stemmebruk, rytmikk

og dans/bevegelse ble vektlagt. Studiet ga innføring i hvordan musikk påvirker, hjerne, kropp og følelser og hvorfor dette er særlig viktig i arbeid med mennesker med funksjonsnedsettelse.



2.6 Musikkbasert miljøbehandling Brønnøysund 2019-2020

Sang, musikk, bevegelse og billedkunst - Musikkbasert miljøbehandling Brønnøy - samhandling mellom sektorer.

Musikkbasert miljøbehandling Brønnøysund 2019-2020 er et pilotprosjekt i samarbeid med Kulturskolerådet, Brønnøysund kommune og Nordland fylkeskommune (Brønnøysund Vgs., helsefag). Pilotprosjektet gir kompetanseheving for kulturskole, helse og videregående skole der begrep som læring, mestring, helse og omsorg er viktige.

Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg, som er toneangivende i Opplæringsprogrammet Musikkbasert miljøbehandling, bidrar med fagkompetanse og samarbeider med Norsk kulturskoleråd, Brønnøy kommune og Nordland fylkeskommune om et felles utviklingsarbeid som handler om hvordan sang, musikk og bevegelse kan benyttes i helse- og omsorg, på helsefag videregående skole og i kulturskolen. Arbeidet inngår i samarbeid mellom kompetansesenteret og Norsk Kulturskoleråd, forankret i den nye folkehelsemeldingen, med sikte på å utvikle helsegevinster gjennom musikalsk og kulturell kompetanseutvikling hos barn og unge.

2.7 Smertestudiet – om musikk og smertebehandling

Forskningsprosjektet «Smertestudien» undersøker hvordan systematisk bruk av musikk og sang (Musikkbasert miljøbehandling) kan lindre smerte, dempe uro og utagering (nevropsykiatriske symptomer), øke livskvaliteten og den fysiske aktiviteten. Målgruppen er beboere på sykehjem med smerte og demensdiagnose.

240 pasienter i Oslo og Trondheim skulle i utgangspunktet delta i studien ut fra en egen kartlegging av smerte og demenslidelse. Disse pasientene skulle tilfeldig bli trukket ut i to like store grupper: en intervensjonsgruppe som skulle få daglig musikkstimulering i åtte uker, og en kontrollgruppe som skulle få vanlig pleie i samme periode. Kontrollgruppen skulle fortsette med eventuelle sangstunder og musikktiltak som allerede er tatt i bruk.

Det ble gjort tilpasninger i intervensjonsperioden i 2020 i Oslo på grunn av Covid 19, slik at det ble mulig å gjennomføre grunnlaget for forskningen.

Studien er et samarbeid mellom forskere ved Smerteklinikken ved St.Olavs Hospital, NTNU, Universitetet i Oslo, Nord universitet, Nasjonal kompetansetjeneste for Aldring og Helse, Universitetet i Bergen, Høgskulen på Vestlandet og Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg. Prosjektleder er Tone Rustøen, Universitetet i Oslo.

Dette er første gang effekten av musikkstimulering på smerte og demens undersøkes i et slikt omfang.

2.8 Klokkeklovnene

Klokkeklovnene arbeider med å skape magiske øyeblikk mellom klovn og personer med demens. De mottok høsten 2017 tilskudd fra Helsedirektoratet til 100 besøk ved eldreinstitusjoner. Professor Wenche Torrissen ved Høgskolen i Volda/Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg har besøkt disse eldreinstitusjonene og evaluert besøkene. Artikkelen *Kan Klokkeklovnene hjelpe mennesker med demens?* ble publisert i 2018 (Geriatrisk sykepleie 2/2018).

Hensikten med denne studien er å utvikle kunnskap om hvilket potensial som ligger i arbeidet som Klokkeklovnene utfører på norske sykehjem, når målet er å fremme glede og forbedre livskvaliteten til mennesker som lever med en demenssykdom.

Flere studier tyder på at mennesker som lever med en demenssykdom føler seg ensomme og understimulerte. I de siste årene har det derfor blitt viktig å styrke livskvaliteten til mennesker som bor på sykehjem, gjennom kulturelle og miljøterapeutiske tiltak. Klovner på sykehjem er et av de nyeste og mest ukjente kulturelle tiltakene i demensomsorgen der målet er å styrke beboernes livskvalitet og velvære.

Mennesker med demens som bor på sykehjem kan ha mangelfull livskvalitet fordi de kjeder seg, er ensomme og understimulerte. Studien tyder på at besøk av klovner kan bidra til å styrke livskvaliteten.

Mye tyder på at Klokkeklovnenes tilstedeværelse øker livskvaliteten til mennesker med demens på norske sykehjem. Nå skal effekten forskes på med støtte fra Kavlifondet.

I to år skal professor Wenche Torrissen følge prosjektet ved utvalgte sykehjem og avdelinger. Det er også et mål å få en langsiktig, varig tilstedeværelse av Klokkeklovnene.

2.9 Parkinsonprosjektet

Forskningsprosjektet som omhandler rytmisk trening for personer med Parkinson-diagnose i Midt-Norge startet opp i 2011, og er et samarbeid mellom Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg og Norges Parkinsonforbund avd. Nord-Trøndelag.

Parkinsons sykdom og andre nevrologiske lidelser er kroniske, degenerative sykdommer med stort funksjonstap. Medisinsk og kirurgisk behandling er krevende og gir ofte utilfredsstillende resultater. Det er derfor et uttalt behov for supplerende tiltak som kan påvirke symptomer og funksjon. Regelmessig trening er grunnlaget for de fleste supplerende tiltak for å motvirke de onde sirklene ved degenerative prosesser.

24 personer fra fire kommuner har deltatt i treningsopplegget, som gjennomføres en gang per uke. Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg viderefører forskningen – fysiske tester, spørreskjema og intervju. Levanger kommune og Norges Parkinsonforbund deler på finansieringen av virksomheten. En artikkel basert på kvantitative og kvalitative data er under arbeid.

Audun Myskja er faglig ansvarlig for prosjektet. Instruktører har vært Bente Stensgaard, Guro Johansson, Åshild Gravdal og Emanuela Øverland Mangano.

2.10 Folkehelsealliansen i Trøndelag

Kompetansesenteret er medlem av folkehelsealliansen Trøndelag (tidligere folkehelsealliansen Nord-Trøndelag), som ble stiftet 1.oktober 2015. Alliansen er et tverrfaglig forum for regionale ikke-kommersielle aktører i fylket som ønsker å samarbeide om folkehelsearbeid.

Det handler om å påvirke utviklingen i samfunnet slik at levekårene i økende grad skaper god helse for alle, og å påvirke helseatferd i befolkningsmassene. Dette krever et bredt engasjement og et samarbeid mellom mange samfunnsaktører.

Ved utgangen av 2020 teller folkehelsealliansen 43 medlemmer. Innsatsområder siden oppstarten: 2016 – Hverdagsaktivitet og aktiv transport, 2017 – Mat for bedre helse, 2018, 2019 og 2020 – Bedre mental helse, med prosjektet «Hodebra».

2.11 Danseprosjektet Rethink Aging – Nordic: art, health & research. Et ettårig nordisk prosjektsamarbeid om dans og eldre

Danseprosjektet Rethink Aging – Nordic: art, health & research er et ettårig nordisk prosjektsamarbeid om dans og eldre. Norge, Sverige, Danmark, Finland og Island deltar i prosjektet som er finansiert av Nordic Culture Point. Dansekunstner Anna Nordanstedt, ansatt i Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg, er med i prosjektgruppa fra norsk side. Danseprosjektet startet i april 2019, og skulle vare til april 2020. Prosjektet ble imidlertid ikke avsluttet i 2020 på grunn av Covid 19.

Dette er et relativt kortvarig prosjekt, men det ligger likevel et stort potensiale i å opprette et nordisk fagmiljø knyttet til dans og eldre gjennom et slikt prosjekt. Gjennom å møtes på tvers av nordiske land håper vi at denne gruppen vil avdekke nye problemstillinger og ideer knyttet til flere temaer som kan utvikles og tas videre i nye prosjekter. Prosjektet kan også avdekke mer spesifikke områder innenfor tematikken dans og eldre.

Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg følger prosjektet også med øye for finne forskningsspørsmål innenfor tematikken.



2.12 Kulturdeltakelse reduserer risiko for tidlig død

For første gang i Norge er det publisert en studie som viser at kulturdeltagelse, både som tilhører og som aktiv deltager, påvirker dødelighet blant nordmenn.

Studien er publisert i Journal of Epidemiology & Community Health. Bakgrunnen for studien er data fra den tredje helseundersøkelsen i Nord-Trøndelag (HUNT 3, 2006-2008) der nordtrøndere har oppgitt deltakelse i et bredt spekter av kulturelle aktiviteter.

Denne informasjonen er satt i sammenheng med dødelighet over en åtteårsperiode. Hver kulturaktivitet ble sett opp mot risiko for dødelighet, i tillegg til betydningen av mengde på ulike aktiviteter og hvor ofte man deltok målt ved ukentlig frekvens.

Kulturaktivitetene som ble målt var delt i to kategorier: der man er tilskuer og der man er utfører.

De aktivitetene som ble tatt med i undersøkelsen omfattet alt fra kunstutstillinger, konserter og film, musikk og sang til sportsarrangementer, organisasjonsarbeid og menighetsarbeid.

- Vi ser at alle kulturaktivitetene reduserer risikoen for dødelighet, med unntak av å være tilskuer på sportsarrangement. Utendørsaktiviteter reduserer risikoen for død med 30 prosent, med lik effekt hos kvinner og menn. På noen av kulturaktivitetene er det stort utslag. Faktisk ser vi at risikoen for tidlig død nærmest ble halvert hos kvinner som deltok i menighetsarbeid, sammenlignet med kvinner som ikke deltok i denne typen arbeid, ifølge stipendiat Bente I. Løkken ved Nord universitet og NTNU.

Aktiv deltagelse (utøvende) ser ut til å ha en lik påvirkning hos både kvinner og menn, mens kulturaktiviteter der man er tilhører reduserte risikoen for tidlig død blant menn. Studien viser at det ikke nødvendigvis er slik at man må delta så ofte for at det har en effekt på dødelighet. De som oppga at de deltok på inntil én utøvende aktivitet i uka reduserte risikoen for tidlig død med 30 prosent. Dersom frekvensen økte til mellom to til maks fem ganger per uke, ble risikoen redusert med 36 prosent.

De som oppga at de deltok på inntil én aktivitet reduserte risikoen for tidlig død med 28 prosent. De som deltok på mer enn to aktiviteter hadde også en betydelig reduksjon i risiko for tidlig død. For de som deltok i tre til fem aktiviteter ble risikoen redusert med hele 44 prosent, sammenlignet med de som ikke deltok. Dette gjelder både kvinner og menn.

- Å tilrettelegge for at folk deltar i kulturaktiviteter vil derfor være med på å redusere risikoen for tidlig død i befolkningen og vil i så måte være et viktig tiltak for folkehelse, ifølge Løkken.

Førsteforfatter på artikkelen er Bente I. Løkken, doktorgradsstipendiat ved NTNU og Nord universitet.

Medforfattere er Vegar Rangul og Steinar Krokstad, styreleder og nestleder i styret for Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg. Erik R. Sund (HUNT forsknings-senter og Nord universitet) og Dafna Merom ved Western Sydney University er også medforfattere.

2.13 Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg i media

Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg er bidragsyter i følgende medieoppslag i 2020

03.03	Frokostradioen, om kunst og kultur i helse og omsorg, NRK radio
30.03	Kunstens helsefremmende egenskaper, ArtScene, Trondheim
22.04	Kultur forlenger livet, NRK radio
22.04	Første norske studie om kultur og dødelighet: Deltagelse i kulturaktiviteter reduserer risikoen for tidlig død. Musikkultur.
23.04	Kultur er livsforlengende. Trønder-Avisa (Nett og papiravis)
30.04	Å gå på konsert minsker risikoen for tidlig død, Forskning.no
16.06	I dag starter en tolv dager periode der du kan stille dumme spørsmål. Innherred (Nett og papiravis)
17.09	Arrangerer populærvitenskapelig utspørring. Norges forskningsråd.
24.10	Kulturtilbud gir enormt mye glede. Stjørdals Blad (Nett og papiravis)
24.10	Inderøyningene mest kulturelle i Trøndelag. Inderøyningen (Nett og papiravis)
27.10	Røros, Holtålen Tydal, Selbu er blant de aller mest aktive i Trøndelag. Nea Radio
29.10	Kulturaktivitet forbedrer helsa. Fjell-Ljom (Nett og papiravis)
29.10	Ytternamdalingene elsker å gå tur! Ytringen (Nett og papiravis)
17.11	Musikk i pleie og omsorg – med støtte fra demensforeningen. Røros-Nytt
23.11	Røros gir musikk som behandling til eldre. Arbeidets rett (Nett og papiravis)



Kultur, helse og omsorg
NASJONALT KOMPETANSESENTER