



Kultur, helse og omsorg  
NASJONALT KOMPETANSESENTER

# ÅRSRAPPORT 2023



## PARTNERSKAPET:





2024

(c) Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg

Layout: Trykkeriet, Nord universitet

Forsidebilde:

Førstelektor og musikkpedagog Grete Daling underviste studentene ved videreutdanningen Kunst og kultur i helse og omsorg i bruk av relevante instrumenter i musisering.

# Innhold

<b>Styrets uttalelse .....</b>	<b>4</b>
<b>Senteret .....</b>	<b>6</b>
Partnerskapet og styret .....	6
Ansatte .....	7
<b>Aktivitetsrapport.....</b>	<b>10</b>
Helsedepartementets formål for tilskuddet .....	10
Partnerskapets formål for senteret .....	10
a) Beskrivelse og vurdering av hvordan kompetansesenteret har bidratt til utvikling av systematiske kunst- og kulturtiltak som fremmer helse og livskvalitet hos brukere av helse- og omsorgstjenester .....	11
Opplæringsprogrammet musikkbasert miljøbehandling .....	11
b) Vurdering av hvordan forskning er brukt i utvikling av nye metoder og behandlingsformer og integrert i tjenestene .....	16
Nordic Journal of Arts, Culture and Health .....	16
c) Beskrive arbeidet med evaluering og effektmåling av nye metoder og behandlingsformer .....	19
Nordic Arts & Health Research Network .....	19
Musikk og smertebehandling .....	20
Deltakelse i kulturaktiviteter kan redusere risikoen for tidlig død .....	22
Helsekulturpedagogen .....	23
Dans og helse .....	24
Teater .....	27
Veileder: Minneboka .....	28
d) Beskrivelse og vurdering av hvordan integrert bruk av musikk, sang, dans og andre miljøterapeutiske metoder er blitt spredt og implementert .	29
Arrangement.....	29
Presentasjoner .....	30
Publikasjoner.....	32
Høringsinnspill .....	33
Verv .....	33
Stand .....	33
Møter og henvendelser.....	34
Media og markedsføring .....	34
Medieoppslag .....	36
e) Beskrivelse og vurdering av kontakt med andre relevante kompetansemiljøer nasjonalt og internasjonalt .....	38
f) Beskrivelse og vurdering av samarbeidet mellom de fem enhetene i partnerskapet .....	38

## Styrets uttalelse

Senteret har et styre på fem medlemmer, og den utøvende virksomheten *Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg* lå ved Nord universitet i Levanger fram til den flyttet til HUNT forskningscenter, NTNU i Levanger 15. august. Styret vil takke Nord universitet og Fakultet for lærerutdanning og kunst- og kulturfag for administrativ støtte.

I løpet av 2023 var det 12 ansatte som utgjorde 4,5 årsverk, hvorav to var fast ansatt ved årsslutt. Fire har sluttet ved senteret og fem har blitt ansatt i en prosess som har styrket undervisningskompetansen i musikkbasert miljøbehandling og gir et lavere behov for innleide forelesere. Det har vært en del innleie av konsulenttjenester som kommunikasjonsrådgivning i perioden med vakant stilling på kommunikasjon.

Arbeidsmiljøet har vært preget av og administrativ tid har gått med til ansettelse, flytteprosess og utredning av organisering. Nord universitet valgte å prioritere kontorlokaler for Nasjonalt kompetansemiljø for helsestasjon og skolehelsetjenesten ved Folkehelseinstituttet. Inntil vi kan flytte tilbake til campus ved universitetet, er det inngått leieavtale med HUNT forskningscenter, NTNU som gir noen ekstra utgifter. Nord universitet har ikke svart på styrets henvendelser i mai eller avviksmeldingen meldt i juni om brudd på arbeidsmiljøloven ved manglende informasjon og dialog om utflyttingen.

Kompetansesenteret har gitt innspill til oppdatering av regelverk og til Helsedepartementets utredning av en mer samlet organisering av forsknings- og kompetansesentrene utenfor spesialisthelsetjenesten.

Senteret har siden opprettelsen i 2014 prioritert formidling av og kursing i musikkbasert miljøbehandling til helsearbeidere, jf. økonomiske rammer og mål fra Helsedirektoratet. I 2023 hadde senteret aktivitet innen alle målindikatorerne til regelverket til Helsedirektoratet, med fokus på opplæringsprogrammet i musikkbasert miljøbehandling (505 kursdeltakere), Nordic Journal of Arts, Culture and Health og synliggjøring av feltet kultur og helse til forskjellige målgrupper.

I løpet av året har senteret gitt 29 presentasjoner og foredrag, 5 publikasjoner, 2 høringsinnspill, hatt 5 stand på konferanser og fått 31 medieoppslag. Åtte arrangementer hadde til sammen over 327 deltakere. Opptak av webinar ligger åpent så flere kan nå i etterkant. Vi hadde mange møter der halvparten var i prosjekt-/nettverkssamarbeid, og en tredjedel om mulige prosjekter/samarbeid med aktører i Norden, inkludert kommuner, fylker, spesialisthelsetjenesten, museer, universiteter og masterstudenter som ønsket oppgaver innen kultur og helse. Det ble besvart over 170 henvendelser fra åtte fylker samt Danmark, Finland, Japan, Sverige og USA.

I 2023 sendte vi ut 10 nyhetsbrev til over 1 900 mottakere. Det ble publisert 79 innlegg på nettsidene i ulike kategorier. Vi hadde 14 958 brukere på nettsidene og 40 259 sidevisninger. På facebook hadde vi tilsammen 10 564 følgere og YouTube-kanalen til senteret hadde en 66 % økning i avspillinger.

Senteret hadde lokale, nasjonale, nordiske og internasjonale samarbeidspartene i 2023 som inkluderte kommuner, fylker, Utviklingscenter for sykehjem og hjemmetjenester, kompetansesentre, universitet og frivillige foreninger.

Hovedutfordringen til senteret er økonomiutvikling. Finansieringsordningen i Helsedirektoratet er ikke prisjustert etter oppstarten i 2014 før vi i 2023 fikk kr 166 000 i økning, og videre kr 200 000 for 2024. Vi er takknemlig for økningen av rammene, men har fortsatt redusert handlingsrom da stadig større andel av midlene går til lønnsutgifter og drift. Det hadde vært formålstjenlig om anbudet «Videreutvikling av et nasjonalt opplæringsprogram i miljøbehandling med integrert bruk av musikk, sang og bevegelse» hadde blitt videreført som fast tilskudd til kompetansesenteret etter at opplæringsprogrammet har vært drevet i 10 år med midlertidige stillinger. Vi var eneste søker til siste anbudsperiode 2021–2025.

Kompetansesenteret og opplæringsprogrammet er omtalt i to meldinger i år: Folkehelsemeldinga [Meld. St. 15 (2022–2023)] og Fellesskap og mestring – Bo trygt hjemme [Meld. St. 24 (2022–2023)]. I tillegg til å vedlikeholde/utvikle miljøbehandling med integrert bruk av musikk, sang og bevegelse, er det et mål å øke rammene gjennom søknader innen folkehelse.

13. mars 2024

**Hilde Munkeby** (styreleder)  
Nord universitet  
Noerhte universiteeten  
Nuortta universitehta

**Erik R. Sund** (nestleder)  
HUNT forskningscenter,  
NTNU

**Kristin Haugdahl Nøst**  
Levanger kommune  
Levangken tjielte

**Jorunn Lilleslett**  
Trøndelag fylkeskommune  
Trööndelagen fylhkentjielte

**Nancy Haugan**  
Helse Nord-Trøndelag HF



### Senteret

Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg (etablert 1. juli 2014) er organisert som et partnerskap administrert av Nord universitet. Rektor har lagt senteret til Fakultet for lærerutdanning og kunst- og kulturfag ved campus Røstad i Levanger. I august flyttet kompetansesenteret til HUNT forskingssenter, NTNU pga. plassmangel på campus.

### Partnerskapet og styret

Partnerskapet er regulert av partnerskapsavtalen fra 2014 og styreinstruksen er beskrevet i styrets vedtekter fra 2016. Hver partner har et styremedlem i senteret. Styret konstituerer styreleder og nestleder. Styrets leder skal være tilknyttet den organisasjonen som administrerer senteret jf. vedtektene.

Styret hadde fem ordinære styremøter i 2023 med 33 saker.

#### Styret for perioden 2023-2024:

Styreleder: Nord universitet;  
Hilde Munkeby (fra 2023)

Nestleder: HUNT forskingssenter, NTNU;  
Erik R. Sund (fra 2021)

Styremedlemmer:  
Helse Nord-Trøndelag;  
Nancy Haugan (fra 2019)  
Levanger kommune;  
Kristin Haugdahl Nøst (fra 2023)  
Trøndelag fylkeskommune;  
Jorunn Lilleslett (fra 2023)

#### Vara for perioden 2021-2022:

Helse Nord-Trøndelag;  
Kirsti Beathe Fjær Klingen (fra 2021)

Levanger kommune;  
Einar Hindenes (fra 2018)

Nord universitet;  
Ola Marius Ryan (fra november 2023),  
Hans-Kristian Øyan (fra 2021 t.o.m.  
30. oktober 2023)

HUNT forskingssenter, NTNU;  
Kirsti Kvaløy (fra 2023)

Trøndelag fylkeskommune;  
Kyrre Kvistad (fra 2019)



Hilde Munkeby



Jorunn Lilleslett



Nancy Haugan



Kristin Haugdahl Nøst



Erik R. Sund

## Ansatte

Det var ca. 4,5 årsverk på senteret. I tillegg var det en del avtaler og tjenestekjøp til prosjekter og arrangementer. Senteret hadde flere eksterne leverandører; bl.a. tjenestekjøpavtale på nettsidene, og ekstern kommunikasjonsrådgiver i starten av året. Administrativ støtte gis av Fakultet for lærerutdanning og kunst- og kulturfag.

## Administrativt ansatte



Jorunn Aurstad  
Koordinator  
(50 % t.o.m. juni)



Alexandra Dahlen  
Kommunikasjons-  
rådgiver (fra mars)



Marthe Indal  
Prosjektkoordinator  
Musikkbasert  
miljøbehandling  
(t.o.m. 10. april)



Marit Stranden  
Daglig leder



Vegar Rangul  
Prosjektleder  
Musikkbasert  
miljøbehandling  
(40 %, 30 % fra  
mars)

## Faglig ansatte



Anita Jensen  
Førsteamanuensis II og  
redaktør i tidsskriftet  
(20 % november)



Bente I. Løkken  
Forsker (50 %, 100 %  
f.o.m. august)



Charlotte Stav  
Universitetslektor  
(40 % t.o.m. februar, 90 %  
t.o.m. juni, 50 % fra juli)



Helene Waage  
Universitetslektor  
(50 % fra mai)



Ingrid S. Følling  
Forsker  
(20 % t.o.m. juni)



Katrine Homdrum  
Høgskolelærer  
(20 % fra november)



Wenche Torrissen  
Professor II og redaktør  
i tidsskriftet (20 %)

Samarbeidsavtale med Dans i Trøndelag tilsvarer en 20 % gjestestilling.

### Eksterne undervisere

I tillegg til de fagansatte leier vi inn kompetanse til erfaringsbasert undervisning på samlingsbaserte kurs og på videreutdanningene fra partnerne i kompetansesenteret og andre:

- Anna Nordanstedt, dansekunstner  
Anna og Co
- Anne Helga Henning, billedkunstner
- Arve Almvik, faglig rådgiver, Nasjonalt kompetansesenter for psykisk helsearbeid
- Audun Myskja, lege, Senter for livshjelp
- Beate Moksnes, brukerperspektivet i Syng deg friskere
- Cecilie Glemmestad Andreassen, avdelingsleder, Lillehammer helsehus
- Helle Singsaas, avdelingsleder formidling Ringve Musikkmuseum, og Rockheim – Det nasjonale museet for populærmusikk
- Kari Anne Næss, Re:ager forumteater og phd-kandidat ved European Graduate School i Malta/Sveits, i Expressive Arts: Therapy, Coaching, Consulting & Education, Conflict Transformation & Peacebuilding
- Kari Hortman, leseleder Shared reading, Kari Hortman Coach
- Kirsten Elisabeth Falch Muhle, leseleder Shared reading. Litteratur for alle
- Kari Anne Vadstensvik Bjerkestrand, dansekunstner og koreograf
- Maria Veske, rådgiver ved Verdighetsenteret
- Ole Lagestad Musikk
- Odd Håpnes, musikkviter
- Ragnhild Skille, rådgiver ved Norsk kulturskoleråd
- Rahwa Hatsey, helsefagarbeider, Lillehammer helsehus





- Ruth Elisabeth Engøy, leder for Miljøbehandlingsteamet, Meierigården og ved Aktiv aldring i Lillehammer kommune
- Soile Päivikki Härmäläinen, postdoktor ved UiT - Norges arktiske universitet
- Aase-Hilde Brekke, billedkunstner, Tara Media

### Nord universitet

#### *Fakultet for lærerutdanning, kunst og kultur*

- Grete Daling, førstelektor og emneansvarlig
- Inga Rennemo Johnsen, universitetslektor
- Solveig Åsgard Bendiksen, førsteamanuensis
- Steffen Flasnes, universitetslektor

#### *Forskning og utvikling*

- Marit Veie, universitetsbibliotekar

#### *Fakultet for sykepleie og helsevitenskap*

- Hennie Skaufel, universitetslektor
- Hilde Guddingsmo, førsteamanuensis
- Kristin Berre Ørjasæter, førsteamanuensis
- Vegar Rangul, førsteamanuensis og emneansvarlig

### NTNU

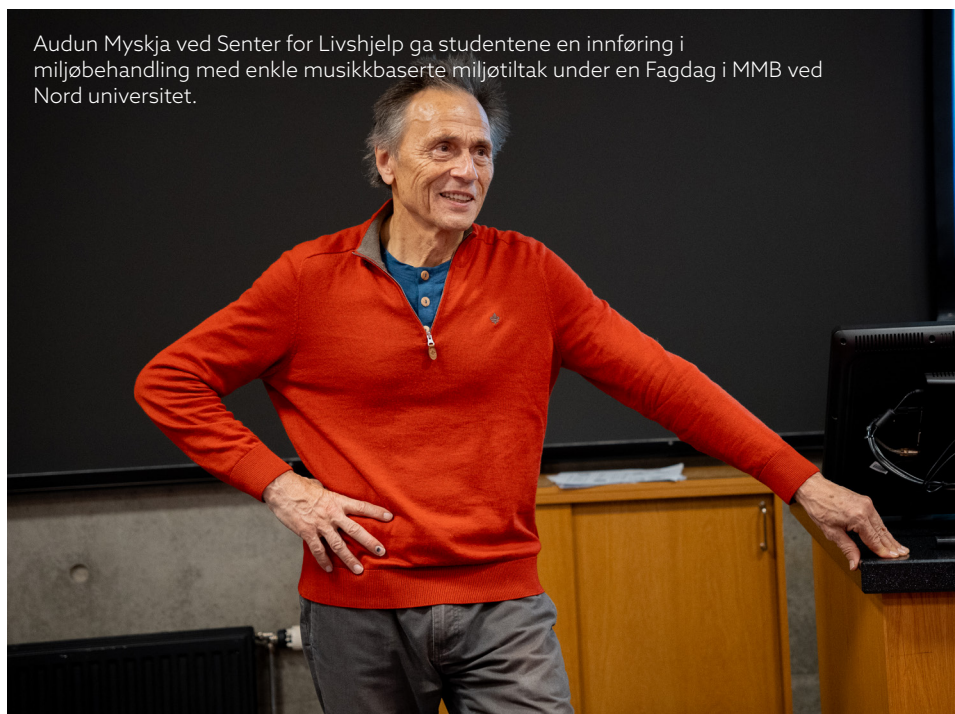
- Vegar Rangul, førsteamanuensis HUNT forskningscenter
- Wigdis Helen Sæther, dosent emerita psykisk helsearbeid

### Levanger kommune

- Kristin Nøst, avdelingsleder Ytterøy helsetun



Kari Anne Vadstensvik Bjerkestrand lærte bort ulike teknikker innen dans og bevegelse under videreutdanningene.



Audun Myskja ved Senter for Livshjelp ga studentene en innføring i miljøbehandling med enkle musikkbaserte miljøtiltak under en Fagdag i MMB ved Nord universitet.

## Aktivitetsrapport

### Helsedepartementets formål for tilskuddet

Senteret ble finansiert via Statsbudsjettet med en grunnbevilgning på 3,1 millioner kroner i 2023 (Helsedepartementet, kap. 761, post 79). Tilskuddet inngikk i Kompetanseløft 2025 og var øremerket til Nord universitet på vegne av partnerskapet.

Helsedirektoratet gir mål for ordningen (regelverk av 2016): Senteret skal i samarbeid med sentrale fag- og forskningsmiljø bidra til utvikling og spredning av miljøterapeutiske behandlingstiltak og ivareta samspillet mellom forskning, utdanning og praksis.

Primærmålgruppen er ansatte i de kommunale helse- og omsorgstjenestene.

Sekundærmålgruppen er brukerne av helse- og omsorgstjenester.

I tillegg gis det tilskudd til:

- Utvikling av systematiske kunst- og kulturtiltak som fremmer helse og livskvalitet hos brukere av helse- og omsorgstjenester
- Integriert bruk av musikk, sang, dans og andre miljøterapeutiske metoder

Regelverket definerer kriterier for måloppnåelse gjennom seks mål (a-f) som rapporteres skriftlig til Helsedirektoratet, i tillegg til det årlige rapporteringsmøtet.

Senteret hadde i tillegg en ramme på 5,1 millioner kroner i 2023 gjennom tilbudet "Videreutvikling av et nasjonalt opplæringsprogram i miljøbehandling med integriert bruk av musikk, sang og bevegelse" (2021–2025). Dette er det største enkeltprosjektet i kompetansesentret, og prosjektet rapporteres separat til Helsedirektoratet, men omtales i årsrapporten til senteret.

I tillegg ble rammene økt gjennom medfinansiering fra nordiske samarbeidspartnere av tidsskriftet og andre samarbeid/oppdrag.

### Partnerskapets formål for senteret

Partnerskapsavtalen fra 2014 definerer formål og hovedoppgaver.

#### Formål

- bidra til metodeutvikling på helse- og omsorgsfeltet for bedre å kunne møte framtidens utfordringer gjennom systematisk bruk av kulturelle virkemidler
- bidra til mer verdighet i omsorgstjenesten, god ressursbruk og økt interesse og status for omsorgsyrkene – for derigjennom å bidra til økt rekruttering
- knytte sammen forskning, utdanning og praksis, og samarbeid med andre relevante kompetansemiljøer og frivillig sektor

## Hovedoppgaver

- utvikle systematiske kunst- og kulturtiltak som fremmer helse og livskvalitet hos personer med behov for helse- og omsorgstjeneste
- bidra til å evaluere tiltak og måle effekter av nye metoder og behandlingsformer
- spre og implementere ulike miljøterapeutiske metoder, herunder integrert bruk av musikk, sang, dans og andre kulturuttrykk
- utvikle varierte og interessante arbeidsplasser for ansatte i helse- og omsorgstjenesten
- bidra til forskning innen kultur- og helsefeltet på individ-, gruppe- og befolkningsnivå
- videreutvikle kontakten med andre relevante kompetansemiljøer, nasjonalt og internasjonalt



I 2023 tok over 50 ansatte innen helse- og omsorg i Lillehammer kommune samlingsbasert kurs i MMB.

### a) Beskrivelse og vurdering av hvordan kompetansesenteret har bidratt til utvikling av systematiske kunst- og kulturtiltak som fremmer helse og livskvalitet hos brukere av helse- og omsorgstjenester

#### Opplæringsprogrammet musikkbasert miljøbehandling

Vi prioriterte måloppnåelse gjennom anbudet "Videreutvikling av et nasjonalt opplæringsprogram i miljøbehandling med integrert bruk av musikk, sang og bevegelse". Dette prosjektet rapporteres separat til Helsedirektoratet, og omtales i årsrapporten til senteret.

Musikkbasert miljøbehandling er et opplæringsprogram for studenter, ansatte og ledere i helse og omsorg, som ønsker å få kompetanse om musikktiltak (musikk, sang, rytmisk trening og bevegelse) tilpasset den enkelte brukers/pasients behov innenfor kliniske rammer. Programmet er forankret i Kompetanseløft 2025. Musikkbasert miljøbehandling er 1 av 25 tiltak i eldremeldingen «Leve hele livet»: Meld. St. 15 (2017–2018), som ble implementert i kommunene til og med 31.12.2023.

Målet med prosjektet er å gi helse- og omsorgsarbeidere kompetanse i systematisk

tilrettelegging for individuelt tilpasset bruk av sang, musikk og bevegelse. Dette bidrar til å styrke tjenestemottakerens selvfølelse, livskvalitet og mestringsevne.

Musikkbasert miljøbehandling består av elementene

- Musikkens virkning og muligheter
- Godt lyd miljø – bevisstgjøring og tilrettelegging
- Kommunikasjon og relasjon
- Vurdering av nå-situasjon og behov
- Kartlegging av musikkpreferanser
- Musikktiltak – individuelt og i grupper
- Rytme, bevegelse og berøring
- Dokumentasjon, evaluering og implementering

Opplæringsprogrammet er delt inn i tre deler som kan tas uavhengig av hverandre:

1. ABC Musikkbasert miljøbehandling
2. Samlingsbasert kurs
3. Høyere utdanning

Fagdag for bachelor sykepleie inngår i MMB høyere utdanning.

### **ABC Musikkbasert miljøbehandling**

ABC-MMB kurs ble administrert av Nasjonalt kompetansesenter for aldring og helse og er en del av ABC-modellen deres. Det er et gruppestudium på arbeidsplassen med en fagdag og refleksjonsgrupper basert på seks hefter i ABC-permen. Tre av heftene har musikkbasert miljøbehandling som tema.

Det ble i 2023 åpnet for at arrangørene kunne bruke lokale krefter til å undervise MMB-delen av kurset. Kompetansesenteret tilbyr undervisningen om det ikke finnes lokal kompetanse. Vi underviste tre av de syv kursene som ble startet i 2023.

### **Samlingsbaserte kurs**

Samlingsbaserte kurs er mer omfattende, gir større grad av fordypning og øker graden av spesifikke ferdigheter blant ansatte i helse- og omsorgstjenestene. Kurset godkjennes av Fagforbundet som tellende i program for klinisk fagstige med 45 timer for helsefagarbeidere, sykepleiere, vernepleiere, leger, fysioterapeuter, ansatte innen psykisk helsearbeid, annet helsepersonell, aktivtører, musikkterapeuter og kulturarbeidere, ledere og administratorer i kommuner og institusjoner.

I 2023 ble det gjennomført to kurs i Lillehammer kommune. Vi er i dialog med flere lokale arrangører, men det oppleves utfordrende for en kommune/institusjon som ønsker kurs å søke midler og finne tid for kurs og finne tilstrekkelig vikarer.



Over 50 ansatte innen helse- og omsorg i Lillehammer kommune tok samlingsbasert kurs og imponerte med sine ærlige presentasjoner og gode refleksjoner over hvordan MMB kan legge til rette for kommunikasjon og nærvær der hvert enkelt menneske blir sett.

## Høyere utdanning

Senteret tilbyr to videreutdanningsemner: HEL6000 Kunst og kultur i helse og omsorg, og MUB1002 Musikkbasert miljøbehandling. Begge disse videreutdanningene er samlingsbaserte, er på 15 studiepoeng og har samlinger ved Nord universitet, campus Levanger.

Universitetsemnene er videreutdanninger som bygger på yrkeserfaringen til kandidatene og gir teoretisk bakgrunn for metodene i tillegg til praktisk erfaring i miljøbehandling.

- Førsteamanuensis Vegar Rangul, Fakultet for sykepleie og helsevitenskap, var fagansvarlig for videreutdanningen Kunst og kultur i helse og omsorg. Dette emnet ga en innføring i musikkbasert miljøbehandling med fokus på kunnskapsgrunnlaget og praktisk undervisning i kunst- og kulturuttrykk. Kandidatene utviklet kompetanse på nytenkning og innovasjon der kunst og kultur bidro til å ivareta kulturelle behov som del av en helhetlig omsorg, samt reflekterte over ulike etiske problemstillinger innen kunst, kultur, helse og omsorg.
- Førstelektor og musikkpedagog Grete Daling, Fakultet for lærerutdanning, kunst og kultur, var fagansvarlig for videreutdanningen Musikkbasert miljøbehandling. Dette emnet ga en innføring i musikkbasert miljøbehandling med fokus på kunnskapsgrunnlaget og praktisk undervisning i musikk og sang. Kandidatene utviklet kompetanse på å kunne bidra til implementering av musikkbasert miljøbehandling og holdningsskapende arbeid i tråd med etiske krav og retningslinjer.
- Emnet i musikkbasert miljøbehandling ved NTNU Gjøvik på masternivå fikk ikke nok søkere til å kunne gå. De som søkte ved NTNU, fikk tilbud om plass ved Nord universitet.
- Fagdagen for bachelor sykepleie inngår i MMB høyere utdanning. Fagdagen bestod av 4 timer innføring i miljøbehandling med enkle musikkbaserte miljøtiltak for målgruppene eldre, personer med demensdiagnose og personer med nedsatt kognitiv funksjon.

### Oversikt over deltakere

I 2023 ga vi kurs til 505 personer. Vi samarbeidet med Utviklingscenter for sykehjem og hjemmetjenester (USHT) i fylkene om ABC-kurs og med universiteter og høyskoler om fagdag for bachelorstudenter i sykepleie.

- 71 helse- og omsorgsarbeidere tok samlingsbasert kurs hos Lillehammer kommune med deltakere fra Innlandet fylkeskommune, og 52 mottok kursbevis
- 240 helse- og omsorgsarbeidere tok ABC-MMB kurs gjennom arbeidsplassen sin. Det ble startet opp 7 kurs der 2 var for fagområdet eldre/demensomsorg, og 5 var for begge fagområdene eldre/demensomsorg og utviklingshemming samlet. Deltakerne kom fra 28 kommuner
- 170 sykepleierstudenter, forelesere og praksisveiledere fikk en fagdag inn i studiet (Fagdager ved NTNU, VID Oslo, Høgskulen på Vestlandet og Nord universitet). Det er en utfordring å få komme når det passer i timeplanen, så enkelte steder var det få studenter som møtte siden det var praksisperiode.
- 8 kandidater tok videreutdanningsprogrammet HEL6000 Kunst og kultur i helse og omsorg på 15 studiepoeng ved Nord universitet
- 16 kandidater tok videreutdanningsprogrammet MUB1002 Musikkbasert miljøbehandling på 15 studiepoeng ved Nord universitet

### Erfaringsseminar

Senteret inviterte til Erfaringsseminar i musikkbasert miljøbehandling 24. mai 2023 på Scandic Hell på Stjørdal. 48 deltakere kom for faglig påfyll og muligheten til å dele erfaringer med andre som bruker musikk, sang og bevegelse i sin arbeidshverdag.

Erfaringsseminaret var for ansatte og ledere i helsesektoren, kulturarbeidere som ønsker å jobbe innenfor helse og omsorg, studenter og andre interesserte.



Under en fagdag i MMB får studentene bl.a. testet øvelser de kan ta i bruk i arbeidshverdagen. Her viser universitetslektor Helene Waage frem øvelser fra "Trim og trall".

### Innlegg på seminaret:

- Evaluering av opplæringsprogrammet: systematisk bruk av sang og musikk gir nedgang i bruk av psykofarmaka, ved dosent Kari Bjerke Batt-Rawden, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet.
- Musikkbasert miljøbehandling; status og muligheter i opplæringsprogrammet, ved prosjektleder Vegar Rangul.
- Paneldebatt: Erfaringer og utfordringer med bruk av metodene, ved Kristin Nøst, avdelingsleder Ytterøy Helsetun, Helene Jøssund, fagrådgiver ved Trondheim hospital, Ruth Elisabeth Engøy, leder ved Meierigården, Cecilie Andreassen, avdelingsleder ved Lillehammer helsehus og Rahwa Hatsey, helsefagarbeider ved Lillehammer helsehus. Ledet av universitetslektor Helene Waage, Musikkbasert miljøbehandling.
- Bruk av integrert miljøtiltak i grupper. Kor i hjemmetjenesten, ved universitetslektor Charlotte Stav, Musikkbasert miljøbehandling.
- Samsang for hjemmeboende personer med demens og pårørende, ved Helene Waage, ph.d.-kandidat ved Universitetet i Agder.
- Erfaringsdeling i grupper; gode erfaringer og utfordringer, fasilitert av universitetslektor Charlotte Stav, Musikkbasert miljøbehandling.

### Styrking av fagmiljø, synlighets- og utviklingsarbeid

I løpet av året har det vært endringer i ansatte på senteret. Dette har gitt oss muligheter til å tenke nytt og i større grad prioritere å ha den faglige tyngden innad i senteret. På våren ble Charlotte Stav og Helene Waage ansatt som universitetslektorer i hver sin 50% stilling. I tillegg ble Katrine Homdrum ansatt som høgskolelærer i en 20% stilling på slutten av året.

I tillegg til å undervise på ABC-kurs, samlingsbaserte kurs og høyere utdanning (videreutdanningene og fagdager), har de fagansatte innen MMB drevet med faglig utviklingsarbeid. De har bl.a. revidert kjerneelementene og videreutviklet innholdet i samlingsbaserte kurs. Senterets ansatte har også presentert MMB på flere konferanser og



Kunnskapsdeling og erfaringsutveksling stod høyt på listen da Erfaringsseminaret i Musikkbasert miljøbehandling ble gjennomført 24. mai 2023.

nettverksmøter, med stand, foredrag og/eller workshop, se f.eks. Presentasjoner s. 30. Slik formidlings- og oppfølgingsarbeid er viktig for å sørge for kontinuerlig spredning, faglig påfyll og implementeringsstøtte.

### b) Vurdering av hvordan forskning er brukt i utvikling av nye metoder og behandlingsformer og integrert i tjenestene

#### Nordic Journal of Arts, Culture and Health

Målet ble oppnådd gjennom en strategisk prioritering av å drifte, videreutvikle og gjøre kjent tidsskriftet Nordic Journal of Arts, Culture and Health (<https://kulturoghelse.no/tidsskrift/>).

Det nordiske tidsskriftet Nordic Journal of Arts, Culture and Health utgis av Universitetsforlaget på vegne av Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg (juridisk eier), Høgskulen i Volda, Primärvården Skåne, Aalborg universitet, Kungl. Musikhögskolan i Stockholm, Turku University of Applied Sciences (TUAS), Kulturförvaltningen, Region Stockholm og The University of the Arts Helsinki CERADA Research Centre. I 2022 bidro også forskningsgruppen til Prof. Torrissen ved Høgskulen i Volda.



#### Redaktører

- Redaktør dr. Anita Jensen, Region Skåne og Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg
- Redaktør prof. Wenche Torrissen, Høgskulen i Volda og Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg
- Medredaktør dr. Alexandra Burton, Senior Research Fellow, University College London, UK
- Medredaktør Susanne Henningsson, postdoktor, Psykiatrisk Center Amager, Danmark
- Medredaktør Liisa Laitinen, adviser, Arts & Health, Arts Academy, Turku University of Applied Sciences, Finland



Redaktørene for tidsskriftet; Wenche Torrissen og Anita Jensen.



- Redaktør for oversiktsartikler og anmeldelser prof. emeritus Stephen Clift, Canterbury Christ Church University, UK
- Konsulent i statistikk Ola Ekholm, seniorrådgiver, Folkesundhed i Danmark, Statens Institut for Folkesundhed

Redaksjonsrådet bidro som fagfeller på enkeltartikler

1. Anita Salamonsen, professor, RKBU North, UIT – The Arctic University of Norway
2. Anders Ohlsson, Professor, Centre for Languages and Literature, Lund University
3. Eva Bojner Horwitz, Professor, Music and Health, Royal College of Music Stockholm
4. Hilary Bungay, Professor, Arts, Health and Wellbeing, Anglia Ruskin University
5. Heli Vaartio-Rajalin, Associate Professor, Health Sciences, Åbo Akademi University
6. Kai Lehikoinen, Professor, Center for Educational Research and Academic Development in the Arts (CERADA), University of the Arts Helsinki
7. Lars Ole Bonde, Professor Emeritus, Department of Communication and Psychology, Aalborg University
8. Leah Burns, Postdoctoral Researcher, School of Art, Design and Architecture, Aalto University
9. Martin Lindström, Professor and Senior Consultant, Social Medicine and Health Politics, Lund University
10. Max Liljefors, Professor, Division of Art History and Visual Studies, Lund University
11. Norma Daykin, Professor Emerita, Arts in Health, University of West of England Bristol (UWE)
12. Steinar Krokstad, Professor and Director, HUNT Research Centre, NTNU – Norwegian University of Science and Technology
13. Stine Lindahl Jacobsen, Associate Professor, Institute for Communication and Psychology, Aalborg University
14. Tine Fristrup, Associate Professor, Danish School of Education (DPU), Aarhus University
15. Theodore Stickley, Associate Professor, Institute of Mental Health, Nottingham University
16. Töres Theorell, Professor Emeritus, Institutionen for neurovetenskap (Neuro), Karolinska Institutet



17. Vegar Rangul, Associate Professor, Department of Public Health and Nursing, NTNU – Norwegian University of Science and Technology

Tidsskriftet er en 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 har åpen tilgang (Open Access); <https://kulturoghelse.no/tidsskrift/>

Tidsskriftets målgrupper er forskere og studenter ved akademiske institusjoner, profesjonsutøvere som arbeider med kunstens og kulturens rolle innen helse, utdanning, offentlig forvaltning, media og en bred allmenhet.

I 2023 var tidsskriftet i sitt femte år, så det ble indeksert og søkbart i følgende baser:

- Google Scholar
- Primo Central Index (Ex Libris)
- Oria
- Summon (Ex Libris)
- Ebsco Discovery Services
- WorldCat (OCLC)

Utgave 1, volum 5 ble publisert i perioden 28. mars til 5. februar. Publikasjonene viser bredde i kunst- og kulturformer det forskes på og typer artikler og metoder som benyttes.

Forskingsartikler (fagfelleverderte)

- The impact of remote arts on prescription: Changes in mood, attention and loneliness during art workshops as mechanisms for wellbeing change. Nicola J. Holt
- «men nåken må nå gjer det»: Pårørenderollen og omsorgsetiske dilemma i Olaug Nilssens Yt etter evne, få etter behov (2020). Nora Simonhjell
- Impromptu Drama: Human Flourishing among Children and Young Adults with Cerebral Palsy. Jeanette Bresson Ladegaard Knox

Fagartikler

- Når vi trenger det som mest: Bruk av metoden Shared reading i helsesektoren. Ellen Berg Larsen
- Converge: Releasing the Potential of University Arts Education to Benefit Adults with Mental Health Problems. Nick Rowe

Bokanmeldelser

- Betts, D. and Huet, V. (eds): Bridging the Creative Arts Therapies and Arts in Health. Anmeldt av Stephen Clift

Antall visninger av tidsskriftets innhold økte fortsatt. I 2023 var det 18 712 visninger (jf. 16 665 i 2022, 9 644 i 2021). Det ble registrert 60 land med 10 visninger eller mer der USA topper med 2 972, foran Norge 2 422, Danmark 2 003, Storbritannia 1 815, Finland 1 279 og Sverige 844. Land fra alle verdensregionene er representert; fra Afrika, Arabiske stater, Asia, Latin-Amerika og Nord-Amerika.

Den mest leste artikkelen i 2023 med 1 870 visninger var 2019-anmeldelsen Stephen Clift publiserte om artikkelen til Fancourt og Finn What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review (jf. 1 577 i 2022). Denne var tett fulgt av Mundy et al. (2022) med artikkelen Mental health recovery and creative writing groups: A systematic review som fikk 1 793 visninger (jf. 1 475 i 2022). Av publiseringene i 2023 var det den første fagartikkelen av Holt som fikk flest treff med 831 visninger. Notatet fra feltet Når vi trenger det som mest: Bruk av metoden Shared reading i helsesektoren fikk 401 visninger i 2023, så ikke-engelske publikasjoner når også mange lesere.

Gjesteredaktørene Chalotte Glintborg, Elizabeth Jochum og Stine Lindahl Jacobsen fra Research Group for Arts, Health and Humanities ved Aalborg universitet jobbet med artikler som vil publiseres som en temadel i 2024-utgaven: Beyond Psychotherapy: New Perspectives, Creative Interventions, and Methods for Researching and Evaluating Holistic Health.

### c) Beskrive arbeidet med evaluering og effektmåling av nye metoder og behandlingsformer

Innenfor de begrensede driftsrammene til senteret har prosjekt vært gjennomført i samarbeid med forskjellige aktører.

#### Nordic Arts & Health Research Network

Med støtte fra Nordisk kulturkontakt har Nordic Arts & Health Research Network tilbudt sine medlemmer en plattform for tverrfaglige diskusjoner og samarbeid 2019–2023 (<https://nordicartshealth.turkuamk.fi/>). Det har vært arrangert halvårlige nettverksmøter bestående av keynotes, presentasjoner og workshops. Nettverket har vokst under pandemien siden digitale møter gjør det enklere å delta. Nettverket hadde 120 medlemmer mot slutten av året (jf. 103 i 2022, 86 i 2021).

Nettverket ble drevet av dr. Liisa Laitinen (Finland), prof. Wenche Torrisen (Norge), prof. Eva Bojner Horwitz (Sverige) og dr. Anita Jenssen (Sverige og Danmark).

Det ble arrangert to nettverksmøter:

- Temaet for nettverksmøtet var Arts and Public Health. Malmö 10.–11. mai, ca 30 deltakere. Lokal arrangør var Kompetansesenter for Primærhelsetjenesten, Region Skåne. Hovedpresentasjonen var Arts, Culture and Public Health: Passion, Scepticism and Critique av Stephen Clift (Sidney De Haan Research Centre for Arts and Health, Canterbury Christ Church University). Totalt var det 12 innlegg og 4 workshops, og en guidet tur på museumsutstilling med Tal R og Mamma Andersson.
- Temaet for møtet var Professionalism in the field of arts, health and wellbeing, Hanasaari 24.–25. Oktober, ca. 30 deltakere. Lokal arrangør var Turku University of Applied Sciences. Hovedpresentasjonen var Artist's path in elderly care med dansekunstneren Elli Isokoski som i over 20 år har jobbet med dans og eldre. Hun presenterte sitt arbeid og fortalte om sin motivasjon for å jobbe innen dette feltet og

hvilke etiske spørsmål hun møter i arbeidet med mennesker i eldreomsorgen. Det var 11 foredrag, 2 workshops og en guidet tur i de nordiske kunstinstallasjonene på Hanaholmen, kultursentrum for Finland og Sverige og kulturfondene i Norden.

Under begge nettverksmøtene var det satt av tid til diskusjoner og planlegging av nye nordiske forskningsprosjekt og å se nærmere på veien nettverket skal ta videre etter støtten fra Nordisk kulturkontakt. Kompetansesenteret er representert i en ny komité som vil planlegge digitale nettverksmøter i 2024 og mulige prosjektsøknader for videre finansiering av fysiske møteplasser. Blant mange gode idéer og behov, var bl.a. å søke utvikling av et felles nordisk kurs i kultur og helse for å videreutvikle utveksling av kunnskap og å bygge feltet videre.



## Musikk og smertebehandling

### Smertestudien – 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 (2019–2023). Målgruppen var beboere på sykehjem med smerte og demensdiagnose. Senteret bidro med opplæring av helsepersonell i musikkbasert miljøbehandling. Innsamlingen av data fra sykehjem i Oslo og Trondheim ble ferdig mai 2020. Ph.d.-stipendiaten ved NTNU analyserte data.

Studien var et samarbeid mellom forskere ved Universitetet i Oslo, St. Olavs Hospital, NTNU, Nord universitet, Nasjonalt kompetansesenter for aldring og helse, Universitetet i Bergen, Høgskulen på Vestlandet og Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg. Artikkelen ble godkjent for publisering i desember: Myrenget ME, Rustøen T, Myskja A, Småstuen M, Rangul V, Håpnnes O, Borchgrevink PC, Butler S, Selbæk G, Husebø B, Sandvik R. The effect of a music-based caregiving intervention on pain intensity in nursing home patients with dementia. A cluster-randomized controlled study. Pain 2024 (<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38189182/>)

I studien fant de en reduksjon i smerteintensitet hos både intervensjons- og kontrollgrupper,

men de fant ingen signifikante tilleggseffekter av smerteintensitet ved sammenligning av intervensjonsgruppene og kontrollgruppene før og etter intervensjon. Studien viser allikevel at musikkbasert miljøbehandling kan gi kritisk støtte for smerte til personer med demens, og at påvirkningen av gode opplevelser med musikk i denne sammenhengen ikke bør utelukkes. En begrensning for studien var f.eks. at en ikke kunne kontrollere i hvilken grad smertelindring fant sted under intervensjonen, i de øyeblikkene pasientene fikk musikkstimulering, men kun like før og etter åtte ukers intervensjon. Samtidig gjenstår det å undersøke om musikkbasert miljøbehandling kan ha en smertestillende effekt på utvalgte grupper av pasienter med demens.

### “Pain in the elderly. Did it go SMUDE?”

En påfølgende kvalitativ studie følger opp erfaringene fra den kvantitative studien av musikk sin evne til å dempe smerte hos pasienter med demensdiagnose (2021–2024). Studien ser nærmere på helsepersonell ved de inkluderte sykehjemmene sine erfaringer med bruk av musikkbasert miljøbehandling, hvordan de opplevde bruken av musikk i arbeidet med pasientene. Studien er et samarbeid mellom forsker Ingrid S. Følling og førsteamanuensis Reidun Sandvik ved Institutt for helse- og omsorgsvitenskap, Høgskolen i Vestland. Prosjektet ble planlagt i 2021. I 2022 ble det søkt etisk godkjenning og jobbet med rekruttering til semi-strukturerte fokusgruppeintervju. Mye har endret seg over pandemien og mange hadde slutta i stillingene ved sykehjemmene.

I 2023 ble 18 personer intervjuet i digitale gruppeintervju der de delte erfaringer med metoden, utfordringer, og hvordan metoden ble videreført. Helsearbeiderne hadde lite verktøy på ikke-medikamentell behandling før de lærte MMB-metodene. De savnet faglig påfyll og oppdatering for å videreutvikle tiltakene. Foreløpige analyser bekrefter funnene til Batt-Rawden et al. 2021. Music-based environmental therapy and training programme: A qualitative evaluation study, Norway. Health Promotion International (<https://ntnuopen.ntnu.no/ntnu-xmlui/handle/11250/2990656>)

Publikasjonen skal ferdigstilles i 2024 og vil presenteres på konferanse.



### Deltakelse i kulturaktiviteter kan redusere risikoen for tidlig død

Bente Irene Løkken disputerte 27. april for ph.d.-graden ved NTNU med avhandlingen Kulturdeltagelse i et folkehelseperspektiv. Helseundersøkelsen i Trøndelag (HUNT). Kompetansesenteret bidro økonomisk med tilgang til HUNT-dataene.

Hovedmålet med avhandlingen var å studere forholdet mellom kulturdeltagelse, de som var kreativt og reseptivt kulturdeltakende, sammenlignet med de som ikke deltok. Er spesifikke kulturaktiviteter, antall og ukentlig deltagerfrekvens av kulturdeltakelse assosiert med risiko for dødelighet, hjerte- og kardødelighet og kreftrelatert dødelighet? Er det en sammenheng mellom ulik kulturdeltakelse og antall fastlegekonsultasjoner? Mulige kjønnsforskjeller ble også utforsket.

Data brukt i avhandlingen er hentet fra Helseundersøkelsen i Trøndelag (HUNT). Disse dataene ble koblet til registerdata fra Dødsårsaksregisteret samt KUHR-databasen med aktivitetsdata fra allmenlegekontorer på landsbasis. Avhandlingen består av tre artikler:

- Løkken BI, Merom D, Sund ER, Krokstad S., Rangul, V. et al. (2022) Cultural participation and all-cause mortality, with possible gender differences: an 8-year follow-up in the HUNT Study, Norway. *J Epidemiol Community Health*, 74:624-630. Doi: 10.1136/jech-2019-213313, <https://jech.bmj.com/content/74/8/624.full>
- Løkken BI, Merom D, Sund ER, Krokstad S, Rangul V (2021) Association of engagement in cultural activities with cause-specific mortality determined through an eight-year follow up: The HUNT Study, Norway. *PLoS ONE* 16(3): e0248332, <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0248332>
- Løkken, Bente Irene; Sund, Erik; Krokstad S, Bjerkeset O, Rangul V. (2023) Association between engagement in cultural activities and use of general practitioner consultations: 7-year follow-up of adults from the HUNT study, Norway. *BMJ Open* 2023;13:e068004. doi: 10.1136/bmjopen-2022-068004, <https://bmjopen.bmj.com/content/13/9/e068004.citation-tools>

Førsteamanuensis Vegar Rangul var hovedveileder, mens professor Steinar Krokstad og forsker Erik R. Sund var biveiledere. Bedømmelseskomiteen bestod av førsteopponent Töres Theorell, andreopponent Camilla Martha Ihlebæk og leder Kari Bjerke Batt-Rawden. Settedekan var Marit Næss.

Førsteopponent Töres Theorell innledet med "Dette er den største befolkningsstudien jeg kjenner til som inkluderer og sammenligner et så stort antall kulturaktiviteter." Løkkens forskning er en av de første studiene som har studert kreative og reseptive kulturaktiviteter både separat og sammen.

Resultatene tyder på at de som deltar i kulturelle aktiviteter, har lavere risiko for tidlig død. Hos kvinner var risikoen for dødelighet lavere når antall kreative kulturaktiviteter økte. Det var den ikke hos menn. Videre viste resultatene lavere dødelighet av hjerte- og karsykdom og kreftsykdom for de som var kulturelt aktive sammenlignet med de som ikke deltar. Det var også en trend mellom antall ulike aktiviteter og redusert risiko for å dø av kreft. I tillegg er det funn som tyder på at menn som deltok i kulturelle aktiviteter, hadde lavere bruk av



Marit Næss, Erik R. Sund, Kari Bjerke Batt-Rawden, Tóres Theorell, Bentelrene Løkken, Camilla Martha Ihlebæk og Vegar Rangul.

konsultasjoner med fastlegen, sammenlignet med menn som ikke hadde deltatt i kulturelle aktiviteter.

Det er en grunnleggende rettighet for oss mennesker å skulle være kulturelt aktive. Samfunnet bør legge til rette for at alle skal kunne være det. I dag er det trolig ikke slik, mye på grunn av sosiale- og økonomiske forskjeller i samfunnet. Løkken mener fremtidig folkehelsepolitikk bør legge til rette for økt kulturdeltagelse i det forebyggende- og helsefremmende arbeidet.

Opgitt emne for prøveforelesningen var «Aktiv og passiv kulturdeltagelse – hvorfor gir de ulike effekter på helse?». Løkken definerte helse, kultur og kulturdeltagelse. Hun så videre på forskjellene mellom passiv og aktiv kulturdeltagelse, presenterte eksempler og så nærmere på hvilke effekter disse formene for kulturdeltagelse har på helsen vår.

Kompetansesenteret bistod med å strøme prøveforelesningen og disputasen til nettverket, og kommunikasjonsrådgiver Alexandra Dahlen skrev den populærvitenskapelige artikkelen Deltakelse i kulturaktiviteter kan redusere risikoen for tidlig død til forskning.no: <https://www.forskning.no/kultur-nord-universitet-partner/deltakelse-i-kulturaktiviteter-kan-reducere-risikoen-for-tidlig-dod/2246779>

Resultatene ble spredd gjennom flere vitenskapelige og populærvitenskapelige foredrag og intervju i media, se oversikt bakerst i rapporten.

## Helsekulturpedagogen

Helsekulturpedagogen (<https://www.ntnu.no/musikk/helsekulturpedagogen>) er en av tre arbeidspakker i forskningsprosjektet Universitetskulturskoleprosjektet ved NTNU (UniKuP, 2022-2024), som er et åpent, inkluderende nettverk der studenter og andre interesserte deltar. Hovedmål i UniKuP er å etablere Universitetskulturskoler som et varig partnerskapsamarbeid mellom kulturskolen og ulike høyere utdanninger, lokalt og nasjonalt. Kulturskolene er en kulturell grunnmur som trenger ulike typer kompetanse. UniKuP vil identifisere hva slags kompetanse fremtidens kulturskole trenger.

Helsekulturpedagogen ledes av førstelektor i musikk Anne-Lise Heide. Kari Bjerke Batt-Rawden var nestleder t.o.m. november da hun ble dosent emerita, og Marit Stranden overtok som nestleder ut prosjektperioden. Arbeidspakken følges av forskningsgruppen Kunst- og kulturfaglig livsmestring i utdanningen (KuL-forsk, <https://www.ntnu.no/ilu/kul-forsk>) og har flere delprosjekt.

### **Antologi: Health and Life Skills through Music, Arts and Culture in Education**

Redaktører Anne-Lise Heide, Kari Bjerke Batt-Rawden, Marit Stranden og Elin Angelo

Antologien tematiserer livsmestring gjennom musikk, kunst og kultur i utdanningsløpet fra barnehagen til lærerutdanning. Hensikten med antologien er både å synliggjøre og skape forståelse for tematikken folkehelse og livsmestring i utdanningen, og å inspirere til å utvikle og styrke nye tilnærminger til denne tematikken ved bruk av kunst og kultur. Noen av kapitlene har et tverrfaglig utgangspunkt mens andre beskriver studier innenfor ett fagfelt og peker på mulig overføringsverdi til andre fag. Fagene musikk, drama, dans, visuelle kunsthøgskolefag, kroppsøving og naturfag er representert. Datamaterialer er fra Norge, Sverige, Finland og Uganda. Et felles aspekt for flere av kapitlene i denne antologien er bruken av kulturelle/kunstneriske tiltak i trygge rom for å utforske mangfold i samfunnet og oppleve god livskvalitet. Antologien med ti kapitler er fagfellevurdert og publiseres åpent i tidsskriftet MusPed:Research våren 2024 (<https://press.nordicopenaccess.no/index.php/noasp/catalog/series/musped>).

I samarbeid med HUNT forskingssenter, NTNU bidrar senteret med ny kunnskap på utvikling av ungdommers kulturelle deltakelse de siste tre tiår, og hvordan fritidsaktiviteten assosieres med mental helse:

- Løkken BI, Kvaløy K, Sund E, Stranden M, Rangul V. Is Leisure Activity Engagement Good for Health? Prevalence in Leisure Time Activities, and the Correlations between Leisure Engagement and Mental Health: The Young-HUNT Study, Norway.

### **Forskningsprosjekt**

Postdoktorprosjektet ble planlagt for oppstart i 2024, når ph.d. Xiangming Zhang starter ved Institutt for lærerutdanning, NTNU. Han vil over tre år undersøke hvordan musikkbasert miljøbehandling kan fungere i pedagogiske kontekster for å styrke arbeidet med folkehelse og livsmestring i skole og lærerutdanning.

### **Dans og helse**

Samarbeidet med Dans i Trøndelag fra 2022 bygger bl.a. på erfaringene fra dans for barn og eldre og undervisning av dans til studenter på videreutdanningene våre.

Forskning viser at dans og kunst kan være helsefremmende. Gjennom dans arbeider man med hele mennesket, både fysisk, mentalt og sosialt. Dans gir oss muligheten for å kunne være sammen og kommunisere uten språk. Den non-verbale kommunikasjonen kan gi en økt sosial samhørighet, forebygge depresjon og være stressreducerende. Samtidig kan dansen øke hukommelsen, stimulere og bearbeide følelser, gi økt kroppsbevissthet, selvtillit og energi.



## “Å skape meningsfulle dager”

Dans- og helseseminaret “Å skape meningsfulle dager” ble arrangert 13.-14. oktober på Inderøy i forbindelse med Koreda dansefestival (<https://kulturoghelse.no/meningsfulledager/>). Målet var å skape et møtested for dansekunstnere og helsearbeidere med deling av verktøy for dansepraksis, erfaringer, utforsking og gode samtaler. Dansekunstnere skulle få kjennskap til ulike praksiser for å skape dans og aktivitet i nye målgrupper. Helsearbeiderne skulle få med seg nye verktøy for å kunne jobbe mer med bevegelse i sin jobb.



Seminaret fikk støtte via Dans i Trøndelag fra Kulturrådet, Nordisk kulturkontakt og Fond for utøvende kunstnere. Det samlet 40 deltakere fra hele Norge. Seminaret ble fasilitert av danser og koreograf Kari Anne Vadstenvik Bjerkestrand som la til rette for erfaringsdelingene og refleksjonene, med en balanse mellom aktiviteter, faglig påfyll, erfaringsutveksling, diskusjoner og praktiske øvelser. Seminaret ble utviklet etter metoden «ABC for god psykisk helse»; Det er bra for vår psykiske helse å holde oss aktive (Act), være en del av et fellesskap (Belong) og å engasjere oss i meningsfulle aktiviteter (Commit).

abc.

For god psykisk helse

### Innlegg på seminaret:

- The dancing hands project og dansefilmtrilogien “Usko”, “Toivo” og “Rakkaus” av Elli Isokoski ble vist under hele seminaret
- Oppvarming med Sigurd Johan Heide: en icebreaker og en introduksjon til hvordan dans kan brukes i menneskelige relasjoner
- Digital forelesning med Anna Duberg: Dans för att stärka psykisk hälsa hos unga – hur då?
- Workshop med Elli Isokoski: Movement snack; Small dance/movement exercises that can be done with people with all abilities

- Workshop med Elen Øyen/Tone Pernille Østern: Tilgjengelige kunstnerskap? Et kunnskapsprosjekt om kunstnere med funksjonsnedsettelse i Norge
- Cai Tomos: Things that move (forestilling, Siri Wigdel oversatt til Norsk)
- Teater non STOP: "Frøskjærring" (forestilling)
- Workshop med Cai Tomos: Sharing practice (older people in dance).
- Workshop og erfaringsdeling fra utviklingen av forestillingen "Skogen" for de aller eldste av Anna og Co.
- Digitalt foredrag med Anita Jensen: Kan kunst- og kulturopplevelser ha en effekt på psykisk sykdom og trivsel?
- Haugen Produksjoner: "PUST" (forestilling).

*- Helse er en grunn til å danse, og dans er en grunn til helse. Jeg vet hvor helbredende og nødvendig bevegelse og dans kan være når det kommer til traumer, krise og endring. Forholdet mellom dans og helse er viklet inn i dagliglivet hvis vi er villige og åpne for å se det, sa danser Rosemary Kate Martin i åpningstalen (dekan ved Fakultet for lærerutdanning og kunst- og kulturfag ved Nord universitet).*

*- Jeg tar ofte utgangspunkt i dagligdagse og kjente ting for å skape bevegelse for personer som ikke er vant med å danse, som for eksempel støvkost eller malerulle, sa Elli Isokoski, som ga eksempler på små danse- og bevegelsesøvelser som de kan ta i bruk i sine arbeidshverdager.*

*- Det å bare være nær uten å snakke var en fin måte å være sammen og bygge en relasjon på, sier en av deltakerne etter workshopen.*

I evalueringen fikk deltakerne spille inn ønsker for senere seminar. Kompetansesenteret og Dans i Trøndelag vil utvikle temaet dans og helse videre, og danner et nettverk for dans og helse på oppfordring fra seminardeltakerne som ønsker videre påfyll og erfaringsdeling innen feltet.

### **Utvikle veileder for bevegelse**

Det mangler litteratur og veiledere på feltet dans/bevegelse og helse. Basert på erfaringene fra seminaret «Å skape meningsfulle dager» ønsker Dans i Trøndelag og kompetansesenteret å utvikle en veileder for å ta i bruk bevegelse systematisk inn i arbeidshverdagen for egenomsorg og i relasjoner med andre.

Etter seminaret bearbeidet Kari Anne Vadstensvik Bjerkestrand materialet fra seminaret og satt seg inn i litteratur på feltet. Det ble planlagt utprøving og dokumentering av praktiske metoder sammen med Dans i Trøndelag. Korte instruksjonsfilmer av bevegelse for aktivitet og glede, for egenomsorg og for relasjonsbygging vil testes ut på helsearbeidere.

Nasjonalt senter for kunst og kultur i opplæringen ble invitert med inn i samarbeidet om å teste ut materialet på lærerstudenter og deres undervisere. Materialet med fokus på bevegelse og dans som egenomsorg vil skapes i nært samarbeid med målgruppene.

Anna Nordanstedt fra Dans i Trøndelag (t.h.) og Kari Anne Vadstønsvik Bjerkestrand (midten) skal gjøre det enklere å ta i bruk bevegelse systematisk inn i arbeidshverdagen. Her sammen med Marit Stranden (t.v.).



## Teater

Gjesteprofessor Wenche Torrissen i drama/teater er med i flere forskningsprosjekt. I 2023 var hun bl.a. medforfatter på studieet Perceived teacher support in secondary education from 1980 to 2019: An integrative review (<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/2331186X.2022.2164648>). Og det ble ferdigstilt en veileder for RELÆXT-forestillinger og opplevelser (Jensen et al. <https://uit.no/Content/826072/cache=20232709124420/Veileder%20REL%C3%86XTE%20opplevelser%20.pdf>)

## Exploring Creative Wellbeing Frameworks in Context: Nature, Culture, and Sustainable Futures

Wenche er redaktør sammen med kollega Helga S. Løvoll ved Høgskulen i Volda på en monografi som kommer i 2024 på Routledge forlag. Den bygger på forskning innen positiv psykologi og utforsker hvordan engasjement i kreative prosjekter og prosesser i natur og kultur kan bidra til å bygge en lysere og mer bærekraftig fremtid. Hvilken rolle kan kreativitet spille for å nå visjonen om en lysere fremtid der mennesker og lokalsamfunn blomstrer og trives? Selv om kreativitet har spilt en rolle i mange teorier om livskvalitet (well-being), har kreativitet ennå ikke blitt fullstendig integrert i teorier om well-being. Boken vil utforske hvordan kreativitet og well-being kan sees på som en mer integrert helhet, og undersøker rollen til "kreativ well-being" både konseptuelt og empirisk.

Wenche bidrar til fem av de ti planlagte kapitlene inkludert to forskningsprosjekt:

- How are you? An exploration of how theatre can be used in public health work. Wenche Torrissen og ph.d. og kunstner Ann Iren Jamtøy, NTNU. Det interaktivt scenekunstprosjektet "Hvordan har du det?" satte fokus på hvordan mennesker har det, etter to år med pandemi. Publikum ga tilbakemelding via spørreskjema og fokusgruppeintervju om deres respons på teaterstykket.

- Relaxed performance: promoting creative wellbeing for all. Anita Salamonsen, Universitetet i Tromsø, og Wenche Torrissen. Forskningsprosjektet «En pilotstudie av tilgjengelige teaterforestillinger for barn og unge med funksjonsnedsettelse/funksjonsvariasjoner» ble startet på Regionalt kunnskapssenter for barn og unge, Nord etter forespørsel fra Hålogaland teater i 2020. <https://uit.no/Content/826072/cache=20232709124420/Veileder%20REL%C3%86XTE%20opplevelser%20.pdf>

### Veileder: Minneboka

«Minneboka – en samling historiske bilder fra Levanger og omegn til bruk i eldreomsorgen» ble lansert i 2019. I 2023 samarbeidet vi med Levanger kommune og Levanger fotomuseum (Museene Arven) om å utgi en ny utgave til omsorgssentrene og frivillighetsentralen i Levanger kommune. Arbeidet ferdigstilles i 2024.



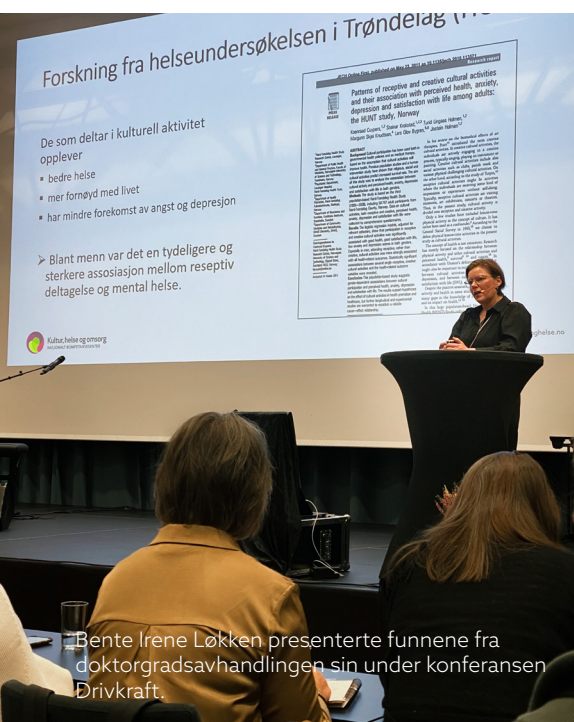
## d) Beskrivelse og vurdering av hvordan integrert bruk av musikk, sang, dans og andre miljøterapeutiske metoder er blitt spredt og implementert

Hovedprosjektet for å spre og implementere kulturuttrykk som miljøterapeutiske metoder var "Videreutvikling av et nasjonalt opplæringsprogram i miljøbehandling med integrert bruk av musikk, sang og bevegelse". Se beskrivelse under a).

Innenfor de begrensede driftsrammene til senteret, spredde vi informasjon om forskning og praksiserfaring via kanalene våre (nettsider, møter/konferanser, kurs/opplæring, egne arrangement/webinar, sosiale media og tidsskriftet).

### Arrangement

1. Webinar: Bente Irene Løkkens prøveforelesning «Aktiv og passiv kulturdeltagelse – hvorfor gir de ulike effekter på helse?» og disputasen "Engagement in cultural activities and the public health. HUNT study in Norway.", 27. april, 80 inviterte personer til strømming, ca. 20 personer deltok
2. Arts and Public Health, Nordic Arts and Health Research Network meeting, Malmö 10.-11. mai, ca. 30 deltakere
3. Erfaringsseminar MMB 24. mai, Hell, 48 deltakere  
Mål: kunnskapsdeling, dialog og inspirerende forelesninger og erfaringsdeling fra praksisfeltet for de som bruker musikk, sang og bevegelse i sin arbeidshverdag
4. Verktøy og metoder fra en dansepraksis til bruk i helse – Et miniseminar med dansekunstner/dansearbeider Elli Isokoski, 14. juni, samarbeid med Dans i Trøndelag, Nord universitet, Campus Levanger, 11 deltakere fra Nord universitet, Dans i Trøndelag og helsearbeidere.



Mia Nakamura, professor i kulturpolitikk og kulturledelse ved Kyushu universitet i Japan, besøkte Kompetansesenteret for å lære mer om senteret, MMB, og få større innsikt i hvordan kultur brukes i norsk helsepolitikk. Fra venstre: Daglig leder Marit Stranden, professor Mia Nakamura og prosjektleder Vegar Rangel.

Målgruppe: Fagansvarlige på videreutdanningene ved kompetansesenteret, samt ansvarlige for Den kulturelle spaserstokken og aktivitører fra omsorgs-sektoren.

5. Gjesteforelesning; Mia Nakamura, professor i kulturpolitikk og kulturledelse ved Kyushu universitet i Japan: Why are co-creative arts beneficial for people with dementia?: Insights from action research on improvisational drama workshops in Japan, 2. oktober, Nord universitet, Levanger og strømmet, 10 deltakere
6. Kulturdeltakelse for god helse, Webinar i anledning verdensdagen for psykisk helse, 10. oktober, 137 visninger i 2023. <https://youtu.be/9BWBdV3jycU>
7. Dans og helse seminaret "Å skape meningsfulle dager", 13.-14. Oktober, Inderøy, 40 deltakere
8. Professionalism in the field of arts, health and wellbeing. Nordic Arts and Health Research Network meeting, 24.-25. oktober, Hanaholmen, Finland, ca. 30 deltakere
4. Helene Waage, Co-singing as musified togetherness for people with dementia and their close ones, 11. mai, Competence Center for Primary Healthcare, Region Skåne, Malmö, Sverige
5. Anita Salamonsen (UiT the Arctic University of Norway) & Ulrikke Benestad (Hålogaland Theatre) & Wenche Torrissen (Volda University College & Norwegian Resource Center for Arts and Health), Relaxed Performance: Promoting Creative Wellbeing for All, 11. mai, Competence Center for Primary Healthcare, Region Skåne, Malmö, Sverige
6. Marit Stranden, Do the new Norwegian Public Health Strategy give new possibilities for the field of arts and health? Nordic Arts and Health Research Network, 11. Mai, Competence Center for Primary Healthcare, Region Skåne, Malmö

### Presentasjoner

1. Charlotte Stav, Musikkbasert miljøbehandling – kommunikasjon, SYK1005 Kommunikasjon, psykologi, pedagogikk og sosiologi, Sykepleierutdanningen Nord universitet, 1. år, 13. mars
2. Vegar Rangul, Fakta fra HUNT-undersøkelsene – frafall i forhold til allsidighet vs. spesialisering og paneldebatt, Allsidighet – flest mulig, lengst mulig, Inspirasjonskveld, Ørland kulturhus, 22. mars
3. Bente Irene Løkken, Engagement in cultural activity and public health. The HUNT Study, Norway, Nettverksmøtet
7. Charlotte Stav, Bruk av integrerte miljøtiltak i grupper. Kor i hjemmetjenesten, Erfaringsseminar i Musikkbasert miljøbehandling, 24. mai, Stjørdal
8. Helene Waage, Samsang for hjemmeboende personer med demens og pårørende, Erfaringsseminar i Musikkbasert miljøbehandling, 24. mai, Stjørdal
9. Vegar Rangul, Musikkbasert miljøbehandling; status og muligheter i opplæringsprogrammet, Erfaringsseminar i Musikkbasert

- miljøbehandling, 24. mai, Stjørdal
10. Marit Stranden, Dance research collaboration possibilities? Nasjonalt senter for kunst og kultur i opplæringen (KKS) og UNESCO Chair in Dance and Social Inclusion, with prof. Nicholas Rowe, Univ. of Auckland, online, 25. mai
  11. Bente Irene Løkken, Kulturdeltagelse i et folkehelseperspektiv, Kulturdebatten – fra prat til tiltak? Levanger bibliotek og Festiviteten inviterer til debatt i Festiviteten, 7. juni, Levanger
  12. Wenche Torrissen, en av tre inviterte eksperter for å dele erfaring og kunnskap på miniseminar som viser og diskuterer hvordan vi kan skape kunst for en målgruppe med spesifikke behov og samtidig ivareta både en kunstnerisk integritet/utforskning og publikums behov. Fagdag til Go Figure! – Festival for figurteater og visuell scenekunst i Oslo i samarbeid med Heddadagene: Avslappa scenekunst?, 13. juni, Oslo
  13. Vegar Rangul, Kultur og folkehelse. Nasjonalt opplæringsprogram i miljøbehandling med integrert bruk av musikk, sang og bevegelse for ansatte i helse- og omsorgstjenestene, Hvordan blir demensomsorgen i Lillestrøm i framtida? Nedre Romerike Demensforening, folkemøte i Stjernesalen i Lillestrøm Kultursenter, 31. august
  14. Charlotte Stav, Grete Daling, Sangtiltak for sårbare grupper, Nordisk sangsymposium, 21.–22. september, Oslo
  15. Helene Waage, Musisk samvær: Samsang i familier som lever med demens, Nordisk sangsymposium, 21.–22. september, Oslo
  16. Lasse Skovgaard, Stine Andrea Sognnes, Helene Waage. Karette Stensæth, Beatrix van Doorn, Panelsamtale: Implementering av musikkaktiviteter for personer med demens og andre sårbare eldre, Nordisk sangsymposium, 21.–22. september, Oslo
  17. Wenche Torrissen, RELÆXT på Hålogaland Teater: kulturdeltakelse for bedre folkehelse, Folkehelsekonferansen Alle løfter alle – et raust og robust samfunn, 21.–22. september, Tromsø
  18. Wenche Torrissen, Relæxt på fagsamling for Nasjonalt senter for kunst og kultur i utdanningen, september, Bodø
  19. Marit Stranden, Vegar Rangul, Norwegian Resource Centre of Arts and Health and National Educational Program in Music-based caregiving, with integrated Use of Music, Song and Movement, presentasjon for gjestebesøk av prof. Mia Nakamura, Cultural Policy and Arts Management, Kyushu University, Japan, 2. oktober, Levanger
  20. Bente Irene Løkken, Hvilken rolle spiller kulturliv for trivsel, bolyst og folkehelse? Drivkraftkonferansen i Trondheim 5.–7. oktober, Trøndelag fylkeskommune og Folkehelsealliansen Trøndelag.
  21. Vegar Rangul, Samfunnsdeltakelse, kultur og folkehelse, webinar Kunst deltakelse for god helse, Verdensdagen for psykisk helse 10. oktober og online <https://youtu.be/9BWBdV3jycU>, 139 avspillinger per 31. desember
  22. Marit Stranden, Charlotte Stav, Helene Waage, Vegar Rangul, The Norwegian educational program in music-based caregiving; political anchoring, Nettverksmøte, Nordic Arts and Health Research Network, 24.–25. oktober, Hanaholmen, Finland

23. Helene Waage, Charlotte Stav, Marit Stranden, Vegar Rangul, Workshop: Music-based caregiving: a tool for an inclusive learning environment and coping with life, Nettverksmøte, Nordic Arts and Health Research Network, 24.-25. oktober, Hanaholmen, Finland
24. Helene Waage, Marit Stranden, Charlotte Stav, Vegar Rangul, Musikkbasert miljøbehandling; et verktøy for inkluderende læringsmiljø og livsmestring gjennom hele utdanningsløpet, Muligheter i musikk og utdanning, Musikkpedagogikk i utvikling (MiU), Dronning Mauds Minne Høgskole for barnehagelærerutdanning i Trondheim, 26.-27. oktober
25. Marit Stranden, Bente Irene Løkken, Erik R Sund, Kirsti Kvaløy, Vegar Rangul, Is cultural activity participation good for health? Associations with mental health in the Young-HUNT Study, Norway, Muligheter i musikk og utdanning, Musikkpedagogikk i utvikling (MiU), Dronning Mauds Minne Høgskole for barnehagelærerutdanning i Trondheim, 26.-27. oktober
26. Marit Stranden, Roles of living heritage for well-being and health, Workshop on Living Heritage and Well-Being, the Finnish Heritage Agency, Webinar 31. oktober og online publisering, ca. 50 deltakere fra 17 land inkludert Grønland og Irak, 50 avspillinger per 31.12. <https://www.aineetonkulttuuriperinto.fi/en/livind/livind-workshops-2023>
27. Bente Irene Løkken, Kulturdeltagelse i et folkehelseperspektiv, digitalt webinar for Norske kulturhus, 3. november
28. Charlotte Stav, Metoden Musikkbasert miljøbehandling, foredrag og praktiske øvelser, DANS1101 – Dans, bevegelse og helse, NTNU, 18. November, 15 studenter
29. Wenche Torrissen, Relæxt for Dembra – Demokrati mot fordommer og utenforskap, 27.-28. november

### Publikasjoner

1. Violeta Lozano Botellero, Stine M. Ekornes, Siv M. Gamlem, Wenche Torrissen, Helga Synnevåg Løvoll, Perceived teacher support in secondary education from 1980 to 2019: An integrative review, Cogent Education, 10:1, DOI: 10.1080/2331186X.2022.2164648, <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/2331186X.2022.2164648?scroll=top&needAccess=true>
2. Alexandra Dahlen, Deltakelse i kulturaktiviteter kan redusere risikoen for tidlig død, forskning.no, 15. september, <https://www.forskning.no/kultur-nord-universitet-partner/deltakelse-i-kulturaktiviteter-kan-reducere-risikoen-for-tidlig-dod/2246779>
3. Johanna Coraline Jensen, Jim Oddvar Hansen, Anika Mackenroth, Hanna Hjelmeland, Ulrikke Benestad, Anita Salamonsen, Wenche Torrissen, Veileder for RELÆXT-forestillinger og opplevelser, <https://uit.no/Content/826072/cache=20232709124420/Veileder%20REL%C3%86XTE%20opplevelser%20.%20pdf>
4. Martin Elstad Myrenget, Tone Rustøen, Audun Myskja, Milada Småstuen, Vegar Rangul, Odd Håpnnes, Petter C. Borchgrevink, Stephen Butler, Geir Selbæk, Bettina Husebø, Reidun Sandvik,



The effect of a music-based caregiving intervention on pain intensity in nursing home patients with dementia. A cluster-randomized controlled study, Pain, in press <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38189182>

5. Bente Irene Løkken, Kirst Kvalø, Erik Sund, Marit Stranden, Vegar Rangul, Is Leisure Time Activities, and the Correlations between Leisure Engagement and Mental Health: The Young-HUNT Study, Norway. I Heide A-L, Batt-Rawden KB, Stranden M og Angelo E (red.) Health and Life Skills through Music, Arts and Culture in Education, publiseres i 2024

### Høringsinnspill

1. Høringsinnspill sendt til NOU 2023:4 Tid for handling <https://www.regjeringen.no/no/no/dokumenter/horing-nou-2023-4-tid-for-handling.-personellet-i-en-barekraftig-helse-og-omsorgstjeneste/id2961754/?uid=6c53616c-8819-481d-b63e-cc2df67ac6db>
2. Kreative opplæringstilbud er viktige samfunnsbidrag, høringsinnspill til Opplæringstilbudet i Trøndelag – skolebruksplan og helhetlig tilbudsstruktur 2024–2026, Trøndelag fylkeskommune, <https://kulturoghelse.no/2023/11/innsnitt-til-horing-skolebruksplan-og-helhetlig-tilbudsstruktur-i-trondelag-2024-2026/>

### Verv

Marit Stranden hadde følgende verv:

1. Nestleder arbeidspakke Helsekulturpedagogen (desember 2023–desember 2024), Universitetskulturskoleprosjektet Unikum (2022–2024), NTNU inkludert redaktør i antologi (desember 2022–2024)



Daglig leder Marit Stranden og kommunikasjonsrådgiver Alexandra Dahlen stod på stand under konferansen Drivkraft da Regjeringen la frem forslag til statsbudsjett for 2024: En økning på til sammen kr 400 000,- til senteret.

2. Ressursgruppe Folkehelsealliansen Trøndelag i 2023
3. Arbeidsutvalg Folkehelsealliansen Trøndelag 2023–2025
4. Vurdert forsknings- og utviklingsprosjekt for Velux Fonden, september, Danmark
5. Ledet Fag- og debattkveld Verdal bo og behandlingssenter, 6. september, Verdal

### Stand

1. Erfaringsseminar Musikkbasert miljøbehandling 24. mai, Hell
2. Drivkraftkonferansen i Trondheim 5.–7. oktober, Trøndelag fylkeskommune og Folkehelsealliansen Trøndelag
3. ABC-dagene, Nasjonalt senter for aldring og helse, Gardermoen 1.–2. november
4. Konferansen Frivillighet og aktivitet i eldreomsorg, Verdighetsenteret, 9.–10. november, Oslo
5. Fakultetsseminar for Fakultet for lærerutdanning og kunst- og kulturfag, Nord universitet, 28.–29. november, Bodø

## Møter og henvendelser

Vi hadde mange møter der halvparten var i prosjekt-/nettverkssamarbeid, og en tredjedel om mulige prosjekter/samarbeid med aktører i Norden, inkludert kommuner, fylker, spesialisthelsetjenesten, museer, universiteter og masterstudenter som ønsket oppgaver innen kultur og helse. Det ble besvart over 150 henvendelser fra åtte fylker samt Danmark, Finland, Japan, Sverige og USA.

## Media og markedsføring

Gjennom nettsider, sosiale medier og nyhetsbrev formidler vi forskning, fag, informasjon om musikkbasert miljøbehandling, videreutdanninger, kurs og seminar.

## Nettsider

Senteret eier og drifter to nettsider: [www.kulturoghelse.no](http://www.kulturoghelse.no) og [www.musikkbasertmiljobehandling.no](http://www.musikkbasertmiljobehandling.no). På nettsidene ble det til sammen i 2023 publisert 79 innlegg på sider i ulike kategorier (+25,4%). Nettsiden til senteret hadde 29 003 sidevisninger (+39,5 %), 15 552 økter (+35,6 %) og 10 996 brukere (+31,8 %) i 2023. Nettsiden til Musikkbasert miljøbehandling hadde 11 256 sidevisninger (-7,6 %), 5 717 økter (+0,7 %) og 3 962 brukere (-4,5 %), se tabell 1 og 2.

Tabell 1: Oversikt over antall brukere, antall økter og antall sidevisninger på hjemmesiden til senteret fra 2017 og ut 2023.

	2023	2022	2021	2020	2019	2018	2017
<b>Antall brukere</b>	10996	8338	9196	11613	12042	11053	4483
<b>Antall økter</b>	15552	11469	11814	15521	15781	14131	6139
<b>Sidevisninger</b>	29003	20797	22178	70771	34768	26290	21026

Tabell 2: Oversikt over antall brukere, antall økter og antall sidevisninger på hjemmesiden til MMB fra 2017 og ut 2023.

	2023	2022	2021	2020	2019	2018	2017
<b>Antall brukere</b>	3962	4147	4591	3732	5498	4701	4818
<b>Antall økter</b>	5717	5675	6028	5045	8191	6860	7010
<b>Sidevisninger</b>	11256	12182	13773	11695	20424	17455	16231

Nedgangen på nettsiden til Musikkbasert miljøbehandling skyldes i hovedsak en teknisk endring i kategorien «Aktuelt» på nettsidene. Tidligere ble en sak publisert på begge nettsidene. Nå blir alle saker publisert på [www.kulturoghelse.no](http://www.kulturoghelse.no) og lenket videre fra [www.musikkbasertmiljobehandling.no](http://www.musikkbasertmiljobehandling.no). Trafikken på denne kategorien vil derfor kun bli registrert på nettsiden til senteret. Det er satt i gang utvikling av nye nettsider som møter tilgjengelighetskravene.

## Sosiale medier

Senteret er aktive på Facebook, LinkedIn og YouTube.

Senteret administrerer to facebooksider og to facebookgrupper. Facebooksidene «Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg» og «Musikkbasert miljøbehandling» hadde i utgangen av 2023 til sammen 10 564 følgere. Antall følgere har holdt seg stabilt, med en liten økning på 1,8 %. Statistikken for året viser stor økning på besøk, rekkevidde og samhandling på begge sidene.

Facebookgruppene "Erfaringsdeling Musikkbasert miljøbehandling" og "Dans og helse" hadde henholdsvis 1 275 medlemmer og 19 medlemmer ved utgangen av 2023. Gruppen "Dans og helse" ble opprettet 8. desember 2023 etter ønske fra deltakerne ved seminaret "Å skape meningsfulle dager" om en plass hvor de kunne finne informasjon om utdanninger og kurs i Norge og utlandet.

På senterets bedriftsside på LinkedIn er hovedmålgruppen forskere, fagpersoner og politikere. LinkedIn-siden hadde i utgangen av året 152 følgere (+51 %), og 4 750 organiske visninger.

På senterets YouTube-kanal ble det i 2023 publisert en film. Kanalen inneholder nå til sammen 11 filmer. I 2023 hadde kanalen 931 avspillinger (+66,6 %), 9 045 visninger (+278 %) og en klikkfrekvens på 5,7 %. Det totale ved utgangen av 2023 var på 16 abonnenter, en økning på 3 siden 2022, se tabell 3.

Tabell 3: Oversikt over antall abonnenter, filmer, avspillinger, visninger og klikkfrekvens på senterets YouTube-kanal fra august 2018 og ut 2023.

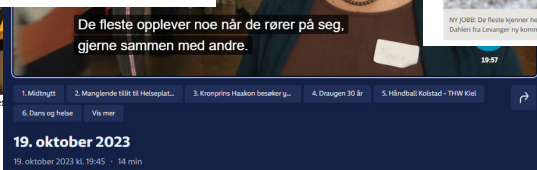
	2023	2022	2021	2020	2019	2018
<b>Abonnenter</b>	16	13	5	0	4	0
<b>Antall filmer</b>	11	10	7	5	5	5
<b>Avspillinger</b>	931	559	485	255	352	233
<b>Visninger</b>	9045	2388	1289	796	1237	537
<b>Klikkfrekvens</b>	5,70 %	6,40 %	6,40 %	8,50 %	6,40 %	6,70 %

## Nyhetsbrev

I 2023 sendte senteret ut 10 nyhetsbrev. I snitt hadde disse nyhetsbrevene en åpningsrate på 43,95 % (+3,4 %) og en klikkrate på 20,35 % (+43 %). Ved utgangen av året hadde vi 1 939 abonnenter (-4,8 %) av nyhetsbrevet.



Bente Irene Løkken er epidemiolog og forsker på kultur, aktivitet og psykisk helse innenfor folkehelse. Foto: Jørgen



## Alexandra (36) slutter i Alti - går til nasjonalt kompetansesenter



NY JOBB: De fleste kjemper herme fra jobben som markeds koordinatør ved Alti Magneten og Alti Vordal. Nå blir Alexandra Dahlen fra Levanger ny kommunikasjonsrådgiver ved Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg. Foto: Privat

## Medieoppslag

Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg og Musikkbasert miljøbehandling ble nevnt i følgende medieoppslag i 2023.

- 06.01. Alexandra skifter beite fra Alti til Nasjonalt kompetansesenter. I Levanger.
- 06.01. Nå har hun fått ny jobb: - Det blir litt som å komme hjem. Innherred.
- 06.01. Ny kommunikasjonsrådgiver. iNord.
- 09.01. Alexandra Dahlen blir kommunikasjonsrådgiver ved Nasjonalt kompetansesenter. KOM24.
- 10.01. Alexandra (36) slutter i Alti - går til nasjonalt kompetansesenter. Trønder-Avisa.
- 16.03. Nytt kor på Hølonda inspirert av NRK-serie. Avisa Gaula.
- 13.04. Musikken påvirker oss hele livet. Psykologisk.no.
- 27.04. Nytt kor i Vågå - inspirert av "Demenskoret". Fjuken.
- 29.04. -Alle mennesker har godt av andre mennesker. Stavanger Aftenblad.
- 04.05. 120 små gjetere i Hagelund. Lokalavis Trysil.
- 05.05. Det hadde blitt bra tamt i Namdalen uten Terese. Namdalsavis.
- 14.05. Det nye demenskoret har nesten vokst ut av lokalene. Avisa Gaula.
- 28.05. Helsekor i Melhus. Trønderbladet.
- 29.05. Snart blir det enda et helsekor i Melhus. Avisa Gaula.
- 08.06. Kulturaktørene la ingenting imellom - politikerne sto på stedet hvil. I Levanger.
- 10.06. Denne kofferten er unik. Innherred.



## Nå blir det helsekor på B



Charlotte Stav og Laila Therese Stenset ser fram til å starte et nytt helsekor på Buen. Foto: Melhus kommune/Julie S. Restad



Det viktigste å trekke frem er at vi ser en forskjell mellom de som deltar i kulturaktiviteter, og de som ikke gjør det, sier forsker Denize Irene Lekken. (Illustrasjonsfoto: Shutterstock / NTB)

## Deltakelse i kulturaktiviteter kan redusere risikoen for tidlig død

17. 21.07. En kvalitetsreform for eldre. Brønnøysunds Avis.
18. 08.08. Heier på lokalt suksessprosjekt. Brønnøysunds Avis.
19. 24.08. Nå blir det helsekor på Buen. Avisa Gaula.
20. 24.08. Det var en suksess på Hølonda – nå blir det også helsekor på Buen. Melhuskommune.no
21. 29.08. Musikk og helse henger sammen. Helgelands Blad.
22. 31.08. Folkemøte om demens – se debatten her fra kl. 18.30. Romerikes Blad.
23. 04.09. Kultur – livsviktig i eldre sine liv. Steinkjer24 og Flatangernytt
24. 06.09. Kultur – livsviktig i eldre sine liv. Stjørdalsnytt.
25. 15.09. Deltakelse i kulturaktiviteter kan redusere risikoen for tidlig død. Forsking.no og Nord.no.
26. 18.09. Kjære fylkeskommune: Det er ingen skam å snu! Tronderdebatt.no.
27. 08.10. Å være i bevegelse har positive kroppslige og mentale effekter. Inderøyningen.
28. 17.10. Dans kan gi god helse. God ettermiddag Trøndelag, NRK P1 Trøndelag,
29. 19.10. Reportasje fra seminaret «Å skape meningsfulle dager». NRK Midtnytt.
30. 06.11. I flere år har Bente (50) forsket på sammenhengen mellom kulturaktiviteter og helse. Funnene vekker oppsikt. Innherred.
31. 21.12. «Musikkens kraft varer hele livet». Bergens Tidene.

### e) Beskrivelse og vurdering av kontakt med andre relevante kompetansemiljøer nasjonalt og internasjonalt

Samarbeidspartnere er beskrevet under de enkelte prosjektene, og inkluderer kommuner, fylker, USHT-er, kompetansesentre, universitet, frivillige foreninger og Norsk kulturskoleråd.

Nordiske samarbeidspartnere knytter seg hovedsakelig til samarbeid om tidsskriftet og forskernettverk, som også inkluderer medlemmer utover Norden. Vi har også en tett kobling til nettverk i England.



Senteret er medlem av:



### f) Beskrivelse og vurdering av samarbeidet mellom de fem enhetene i partnerskapet

Partnerne bidro med styreverv og vara. Fem styremøter kontrollerte driften og diskuterte strategi. Nord universitet bidro med administrativ støtte. Nord universitet, NTNU og Levanger kommune bidro med undervisning inn i opplæringsprogrammet, kommunen med erfaringsbasert undervisning og universitetene med forskningsbasert undervisning. Nord universitet og HUNT forskningssenter, NTNU bidro også med samarbeid om forskning og forskningsformidling.



# ÅRSRAPPORT 2023







- Bedre livskva
- Han uttaler ne
- Samarbeider i
- Positivt for art









# Kultur, helse og omsorg

NASJONALT KOMPETANSESENTER

## PARTNERSKAPET:

