

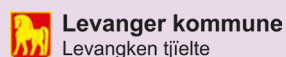


Kultur, helse og omsorg
NASJONALT KOMPETANSESENTER

ÅRSRAPPORT 2025



PARTNERSKAPET:





2026

(c) Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg

Layout: Trykkeriet, Nord universitet

Forsidebilde

Foto: Alexandra Dahlen

Innhold

1.0 Styrets uttalelse	4
2.0 Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg	6
2.1 Partnerskapet og styret	6
2.2 Ansatte	7
2.3 Eksterne undervisere.....	8
2.4 Partnerskapets formål for senteret	10
2.5 Politisk forankring	10
2.6 Helsedepartementets formål for tilskuddet	11
3.0 Musikkbasert miljøbehandling	12
3.1 Opplæringsprogrammet musikkbasert miljøbehandling	13
3.2 Fagutvikling: åpne ressurser og nye kurstyper.....	21
3.3 Musikkbasert miljøbehandling i barnehage	22
3.4 Forskning på musikkbasert miljøbehandling	26
4.0 Annen faglig aktivitet	29
4.1 Nordic Journal of Arts, Culture and Health	29
4.2 Nordic Arts & Health Research Network	32
4.3 Helseundersøkelsen i Trøndelag (HUNT), kultur og helse	33
4.4 I bevegelse – utvikling av veileder for bevegelse og dans i hverdagen.....	34
4.5 Kultur på resept	37
4.6 ABC for god psykisk helse	39
4.7 Arrangement	39
5.0 Markedsføring	46
5.1 Hjemmeside	46
5.2 Sosiale medier	47
5.3 Nyhetsbrev	48
6.0 Synlighet og påvirkning	49
6.1 Arrangementer	49
6.2 Presentasjoner.....	50
6.3 Publikasjoner	53
6.4 Høringsinnspill og kommentarer	54
6.5 Verv og representasjoner	55
6.6 Stands og profileringsaktiviteter	55
6.7 Medieoppslag	55
7.0 Samarbeid.....	57
Sluttnoter	58

1.0 Styrets uttalelse

Senteret har et styre på fem medlemmer, og den utøvende virksomheten, *Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg*, flyttet i juni fra HUNT forskningscenter, NTNU i Levanger, tilbake til Nord universitet i Levanger. Styret takker Nord universitet og Fakultet for lærerutdanning og kunst- og kulturfag for administrativ støtte.

I løpet av 2025 var det 12 ansatte som utgjorde 5,5 årsverk, hvorav tre var fast ansatt. Det har i perioder vært høy arbeidsbelastning. Det har vært en del innleie av konsulenttjenester til blant annet utvikling av den åpne digitale veilederen / *bevegelse*, inkludert samarbeidet med Dans i Trøndelag.

Arbeidsmiljøet var fortsatt preget av en krevende flytteprosess som har vært en negativ belastning, og pågående omstillingsprosesser. Det har gått ekstra administrativ tid med så lenge vi var lokalisert utenfor Nord universitet. Arbeidsmiljøet ble spesielt preget av politisk beslutning i statsbudsjettet om å avvikle opplæringsprogrammet i Musikkbasert miljøbehandling etter 10 år uten kompensasjon i rammene for kompetansesenteret. Dette utløste en reduksjon på til sammen 2,6 årsverk for 8 ansatte ved senteret. Den foreslåtte virksomhetsoverdragelsen til Helsedirektoratet innen tre år medfører usikkerhet blant ansatte og styret, og vil føre til en eventuell avvikling av partnerskapet.

Senteret har siden opprettelsen i 2014 prioritert formidling av og kursing i musikkbasert miljøbehandling til helsearbeidere, jf. økonomiske rammer i statsbudsjettet og mål fra Helsedirektoratet. Kompetansesenteret og opplæringsprogrammet musikkbasert miljøbehandling, som har nådd over 8 000 kursdeltakere i tiårsperioden, er forankret og omtalt sammen i politiske meldinger innen helse- og omsorgstjenester og folkehelse. Måloppnåelsen i opplæringsprogrammet er inkludert i regelverket fra Helsedirektoratet for kompetansesenteret.

I 2025 hadde senteret aktivitet innen alle målindikatorene til regelverket til Helsedirektoratet, med fokus på opplæringsprogrammet i musikkbasert miljøbehandling (> 800 deltakere), *Nordic Journal of Arts, Culture and Health* (23 283 visninger, 25 % vekst) og synliggjøring av feltet kultur og helse til forskjellige målgrupper. Utfordringene med å nå ut med kurs i dagens kommunesituasjon har ført til at vi parallelt med kursvirksomheten utvikler kursinnhold til å bli tilgjengelig i åpne løsninger, som åpne temahefter, og ønsker å tilby kortere kurs som kan gi kompetanseheving for ansatte i helse- og omsorgstjenestene.

I løpet av året har senteret gitt 32 presentasjoner og foredrag (50 i 2024) som nådde over 4 300 tilhørere inkludert 1 585 digitale, 12 publikasjoner (20 i 2024), hatt 5 stand på konferanser (5 i 2024) og fått 17 medieoppslag (28 i 2024). Det ble 21 arrangementer med til sammen over 1 400 deltakere inkludert 370 digitale (9 arrangement, 300 deltakere i 2024).

I tillegg deltok vi i en rekke møter i prosjekt-/nettverkssamarbeid, og med aktører inkludert kommuner, fylker, spesialisthelsetjenesten, museer, kompetansesentre, frivillige organisasjoner, kulturskolerådet, universiteter og studentmiljøer. Senteret besvarte henvendelser fra alle fylker samt nordiske, europeiske og enkelte andre land. Samarbeid med nordiske og europeiske partnere fortsatte særlig gjennom tidsskriftet og forskernettverk, som også inkluderer deltakere fra Australia og Storbritannia. Nettverket vokste ytterligere gjennom arbeid med EU- og Horizon-søknader.

Nettsiden har gjennom året blitt videreutviklet som en sentral plattform for kunnskapsdeling, med forbedret funksjonalitet, økt innhold og engelsk side. Trafikktallene viser bred internasjonal bruk og aktiv etterspørsel etter nyheter, aktiviteter og fagressurser, noe som bekrefter nettsidens rolle som en viktig kunnskaps- og ressursbank. Senteret hadde en stabil og relevant tilstedeværelse i sosiale medier, med jevn vekst i følgere, økt engasjement og økende bruk av video- og faginnhold på tvers av plattformer. Nyhetsbrevet var en viktig kanal med høy og stabil åpningsrate, og bidro direkte til påmeldinger, forespørsler og kontakt med målgrupper.

Hovedutfordringen til senteret er økonomiutvikling. De første syv årene av senterets drift ble finansieringen fra Helsedirektoratet ikke prisjustert, mens vi i 2023-2026 har hatt en viss økning. Senteret har likevel redusert økonomisk handlingsrom, der en stadig større andel av midlene har gått til lønnsutgifter og daglig drift. Opplæringsprogrammet i musikkbasert miljøbehandling har i ti år utgjort en stor del av senterets samlede virksomhet, og med avvikling av denne ved utgangen av 2025 har en stor del av det finansielle grunnlaget falt bort.

Vedtatt budsjett for 2026 har redusert handlingsrom med over 60 % for aktivitet (reiser, arrangement), krav til inntjening, og kun 2,9 årsverk til sammen for 4 faste ansatte med 20 % vakanse. Oppdrag og ekstern støtte kan motvirke kompetansetapet og øke aktiviteten. Perioden fram til virksomhetsoverdragelsen til Helsedirektoratet gir usikkerhet både for handlingsrom og framtidig organisering. Styret er villig til å utvikle partnerskapet raskt dersom virksomhetsoverdragelse gir en mulighet for å styrke aktiviteten for kompetansesenteret og gi avklaringer for ansatte.

Å videreføre eierskapet av tidsskriftet *Nordic Journal of Arts, Culture and Health* blir vanskelig. To av seks økonomiske samarbeidspartnere har trukket seg fra 2026 pga. økonomiske utfordringer. Det ble forhandlet en avtale med forlaget om å delta i piloten "subscribe to open" der redaktørene jobber frivillig i 2026.

Vi er glade for at Nord universitet ser på muligheten for å ivareta videreutdanningsemnene "Musikkbasert miljøbehandling" og "Kultur og helse", som eventuelt vil tilbys som valgemner og kan søkes som videreutdanningsemner. Vi er også positive til at Nasjonalt senter for kunst og kultur i opplæringen delvis finansierer en videreføring av *I bevegelse* med en 20 % stilling.

27. mars 2026

Hilde Munkeby (styreleder)
Nord universitet
Noerhte universiteeten
Nuortta universitehta

Kirsti Kvaløy (nestleder)
HUNT forskningscenter,
NTNU

Lars Kverkild
Levanger kommune
Levangken tjielte

Kyrre Grue Kvistad
Trøndelag fylkeskommune
Trööndelagen fylhkentjielte

Sverre Bugge Midthjell
Helse Nord-Trøndelag HF

2.0 Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg

2.1 PARTNERSKAPET OG STYRET

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 2023 flyttet kompetansesenteret til HUNT forskningscenter, NTNU, pga. plassmangel ved campus. I juni 2025 flyttet kompetansesenteret tilbake til nye lokaler ved campus Røstad. Partnerskapet og styret i partnerskapet er regulert av partnerskapsavtalen (2014) og styreinstruksen (revidert 2024). Hver partner er representert med ett styremedlem. Styret konstituerer selv styreleder og nestleder. Styrets leder skal være tilknyttet den organisasjonen som har det administrative ansvaret for senteret. Styret hadde fem møter og behandlet totalt 23 saker i 2025.



Styremedlemmer fra venstre: Velaug Brenne Leira (vara), Lars Kverkild, Hilde Munkeby, Sverre Bugge Midthjell, Jorunn Lilleslett og Kirsti Kvaløy.

Styret 2025-2026:

Styreleder: Hilde Munkeby, vara Ola Marius Ryan, Nord universitet / Noerhte universiteete / Nuortta universitiehta

Nestleder: Kirsti Kvaløy, vara Erik R. Sund, HUNT forskningscenter, NTNU

Styremedlem: Sverre Bugge Midthjell, vara Velaug Brenne Leira, Helse Nord-Trøndelag helseforetaket / healsoegiehtelimie

Styremedlem: Jorunn Lilleslett (t.o.m. styremøte 2), vara Kyrre Grue Kvistad overtok som styremedlem fra styremøte 3, Trøndelag fylkeskommune / Trööndelagen fylhkentjielte

Styremedlem: Lars Kverkild, vara Kristin Haugdahl Nøst, Levanger kommune/ Levangken tjielte

2.2 ANSATTE

Det var ca. 5,6 årsverk på senteret i 2025 fordelt på 3 fast ansatte og 9 prosjektansatte. Ved slutten av året var de ansatte:



Alexandra Dahlen
Kommunikasjons-
rådgiver, 86,67 %



Anita Jensen
Førsteamanuensis II
kultur og helse, 20 %



Bodil Elisabeth
Valstad Aasan
Timeansatt forsker



Camilla Stafne
Timeansatt
universitetslærer



Charlotte Stav
Universitetslektor,
70 %



Helene Waage
Førsteamanuensis i
kultur og helse, 60 %



Ingrid S. Følling
Timeansatt forsker



Kari Anne Vadstensvik
Bjerkestrand
Universitetslektor i
kultur og helse, 30 %



Katrine Homdrum
Universitetslærer i
kultur og helse, 40 %



Lisa Øien
Førstekonsulent,
50 %



Marit Stranden
Daglig leder, 100 %



Vegar Rangul
Prosjektleder musikkbasert
miljøbehandling, 30 %

I tillegg var det en del avtaler og tjenestekjøp til prosjekter og arrangementer, fra bl.a. Nasjonalt senter for aldring og helse, Senter for livshjelp og Dans i Trøndelag. Senteret hadde flere eksterne leverandører som tjenestekjøp på nettsider og nyhetsbrev.

Administrativ støtte gis av Fakultet for lærerutdanning og kunst- og kulturfag ved Nord universitet.

2.3 EKSTERNE UNDERVISERE

I tillegg til de fagansatte leier vi inn kompetanse til erfarings- og forskningsbasert undervisning på samlingsbaserte kurs og på videreutdanningene:

- Anders Dalane, musikkpedagog
- Anna Nordanstedt, danseskunstner
Anna og Co
- Anne Helga Henning, billedkunstner
- Arve Almviik, faglig rådgiver, Nasjonalt kompetansesenter for psykisk helsearbeid
- Audun Myskja, lege, Senter for livshjelp
- Beate Moksnes, brukerperspektivet i Syng deg friskere
- Cathrine Dunker Furuly, utviklingskoordinator, Lillehammer kommune
- Eliann Stålem, re:ager forumteater
- Ella Gerrickens, musikkterapeut
Grefsenhjemmet, Oslo kommune
- Helle Singasaas, avdelingsleder formidling Ringve Musikkmuseum, og Rockheim – Det nasjonale museet for populærmusikk
- Helga Haga, dirigent, Tiramisu demenskor
- Hilde Børud, Sykehusklovnene
- Jannecke Quarles van Ufford, frivillig i Røde Kors
- Kari Hortmann, leseleder Shared reading, Kari Hortman Coach
- Kirsten Elisabeth Falch Muhle, leseleder Shared reading, Litteratur for alle
- Kristi Stedje, forsker og prosjektleder, Norges musikkhøgskole
- Laila Therese Stenset, aktivitetskoordinator, Buen helse- og omsorgssenter, Melhus kommune



Eliann Stålem fra re:ager forumteater viste studentene praktiske øvelser for å skape trygghet.



Anders Dalane ledet studentene gjennom trommesirkel.



Studentene fikk grundig innføring i bruk av "Mønster" av Anne Helga Henning.

- Line Kanaris, produsent og dansepedagog, Dans i Trøndelag
- Marianne Higgs, ambulerende aktivitetstilbud for hjemmeboende, Trondheim kommune
- May Glad Lien, prosjektmedarbeider og studieveileder, Nasjonalt senter for aldring og helse
- Odd Håpnes, musikkviter
- Ole Lagestad, musikkpedagog
- Ragnhild Skille, rådgiver ved Norsk kulturskoleråd
- Soile Päivikki Hämmäläinen, postdoktor ved UiT – Norges arktiske universitet
- Stefan Ingerslev, demenskoordinator og musikkterapeut, Senter for Rehabilitering og Akuttpleie i København
- Trude Kvam Ulleland, rådgiver, Verdighetsenteret

Nord universitet

Fakultet for lærerutdanning, kunst og kultur

- Frode Fjellheim, professor
- Grete Daling, førstelektor og emneansvarlig for MUB1002
- Inga R. Johansen, universitetslektor
- Steffen Flasnes, universitetslektor

Forskning og utvikling

- Marit Veie, universitetsbibliotekar

Fakultet for sykepleie og helsevitenskap

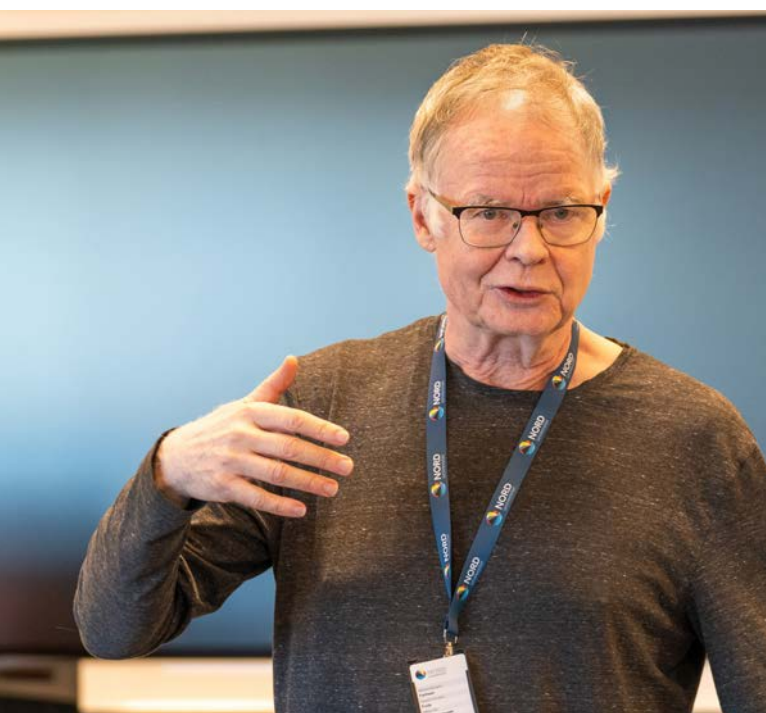
- Vegar Rangul, førsteamanuensis og emneansvarlig for HEL6000
- Hilde Guddingsmo, førsteamanuensis
- Hennie Skaufel, universitetslektor

NTNU

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

Levanger kommune

- Kristin Haugdahl Nøst, sykepleier og avdelingsleder ved Ytterøy helsetun



Frode Fjellheim imponerte studentene med sin kunnskap om joik.



Ole Lagestad og Gullfiskrockerne var et av studiets store høydepunkter.

2.4 PARTNERSKAPETS FORMÅL FOR SENTERET

Partnerskapsavtalen fra 2014 definerer formål og hovedoppgaver for senteret:

- 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 samarbeide 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 omsorgstjenester
- 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

2.5 POLITISK FORANKRING

Kompetansesenteret er forankret i politiske meldinger og strategier:

- Meld. St. 24 (2022–2023) Felleskap og meistring – Bu trygt heime.
- Meld. St. 15 (2022–2023) Folkehelsemeldinga – Nasjonal strategi for utjamning av sosiale helseforskjellar.
- Kompetanseløft 2025. Regjeringens plan for rekruttering, kompetanse og fagutvikling i den kommunale helse- og omsorgstjenesten og den fylkeskommunale tannhelsetjenesten for perioden 2021–2025.
- Meld. St. 19 (2018–2019) Folkehelsemeldinga – Gode liv i eit trygt samfunn.
- Meld. St.15 (2017–2018) Leve hele livet – En kvalitetsreform for eldre.
- Kompetanseløft 2020. Regjeringa sin plan for rekruttering, kompetanse- og fagutvikling i den kommunale helse- og omsorgstenesta fram mot år 2020.
- Meld. St. 29 (2012–2013) Morgendagens omsorg.

2.6 HELSEDEPARTEMENTETS FORMÅL FOR TILSKUDET

Senteret ble finansiert via Statsbudsjettet med en grunnbevilgning på 3,4 millioner kroner i 2025 (Helse- og omsorgsdepartementet, kap. 760 Kommunale helse- og omsorgstjenester, post 71 Forskning, fagutvikling og rekruttering, Forskning og fagutvikling). Tilskuddet inngikk i Kompetanseløft 2025 og var øremerket til Nord universitet på vegne av partnerskapet. Helsedirektoratet gir mål for ordningen (regelverk av 2023): Målet er å bidra til utvikling og spredning av kulturbaserte tiltak og miljøbehandling som fremmer helse og livskvalitet, og ivareta samspillet mellom forskning, utdanning og praksis innen fagområdene kultur, helse og omsorg. Målgruppen er ansatte i og brukere av de kommunale helse- og omsorgstjenestene.

Nord universitet skal som tilskuddsmottaker sikre et forpliktende og likeverdig organisatorisk samarbeid mellom deltagerne i partnerskapet, samt et samarbeid med andre relevante fag- og forskningsmiljøer.

Kriterier for måloppnåelse:

- Utvikling av systematiske kunst- og kulturtiltak som fremmer helse og livskvalitet hos brukere av helse- og omsorgstjenester
- Utvikling av nye metoder og behandlingsformer
- Evaluering og eventuell effektmåling av nye metoder og behandlingsformer
- Spredning eller implementering av musikk, sang, dans og andre miljøbehandlingsmetoder i tjenestene
- Samarbeid og kontakt med relevante kompetansemiljøer nasjonalt og internasjonalt.

Senteret hadde i tillegg en ramme på 5,3 millioner kroner i 2025 gjennom anskaffelsen "Videreutvikling av et nasjonalt opplæringsprogram i miljøbehandling med integrert bruk av musikk, sang og bevegelse" (2021–2025). Dette er det største enkeltprosjektet i kompetansesenteret, og prosjektet rapporteres separat til Helsedirektoratet, men omtales i årsrapporten til senteret.

I tillegg ble rammene økt gjennom medfinansiering fra nordiske universitet og høyskoler som samarbeidspartnere om tidsskriftet og andre samarbeid/oppdrag som prosjektet Kultur på resept på kr 0,8 millioner (finansiert av Helse- og omsorgsdepartementet), der hoveddelen av støtten gikk til seminar og samarbeidspartnere.



3.0 Musikkbasert miljøbehandling

Musikkbasert miljøbehandling (MMB) er en systematisk og ressursorientert arbeidsmetode der ansatte bruker musikk, sang og bevegelse i helse- og omsorgstjenestene. MMB kan bidra til økt livskvalitet, mestring og et godt arbeidsmiljø ved å skape tillit, god kommunikasjon og meningsfylte aktiviteter. MMB bygger på prinsippene i miljøbehandling og personsentrert omsorg. Tiltakene kan brukes forebyggende, helsefremmende og som behandling.

MMB er basert på praksiserfaringer og flere forskningsfelt innen musikk og helse, blant annet individualisert musikk (Gerdner), personsentrert omsorg (Kitwood) og integrert musikk på sykehjem (Myskja).

Miljøbehandlingen kan utføres av alle, og tiltakene journalføres systematisk på lik linje med andre behandlingstiltak. Metoden ble opprinnelig utviklet innen demensomsorgen, men har vist seg å være virkningsfull på tvers av fagområder. MMB kan brukes av alle som arbeider med mennesker og relasjoner. Vi jobber derfor med å tilpasse MMB til flere målgrupper. Kommunene opplever en utfordrende hverdag med mangel på ressurser og stadige budsjettkutt som gjør det vanskelig å prioritere kompetanseheving som ikke er lovpålagt, både på grunn av mangel på vikarer og mangel på midler. Samtidig kan andre yrkesgrupper og frivillige bidra til å løse utfordringene.

I tillegg til å jobbe med oppfølging, veiledning, implementeringsstøtte og oppdatering av faget, utvikler kompetansesenteret mer komprimerte undervisningsopplegg samt digitale veiledere som skal gjøre metodikken mer tilgjengelig.

Kjerneelementene i musikkbasert miljøbehandling

1. Musikkens virkning og muligheter
2. Godt lyd miljø – bevisstgjøring og tilrettelegging
3. Kommunikasjon og relasjon
4. Kartlegging av nåsituasjon og musikkpreferanser
5. Musikktiltak – individuelt og i grupper
6. Rytme, bevegelse og berøring
7. Dokumentasjon, evaluering og implementering

MMB kan bidra til å

- stimulere hjerne, kropp og sinn
- styrke kommunikasjon og samhandling
- redusere angst, uro og andre utfordringer ved stell og daglige aktiviteter
- redusere unødvendig legemiddelbruk
- øke mestring og velvære
- skape meningsfylt aktivitet og innhold i hverdagen
- øke trivselen og redusere sykefraværet

3.1 OPPLÆRINGSPROGRAMMET MUSIKKBASERT MILJØBEHANDLING

Opplæringsprogrammet musikkbasert miljøbehandling nådde 779 deltakere i 2025 og har nådd over 8 000 kursdeltakere siden oppstarten i 2015. I tillegg ble MMB formidlet til mange gjennom foredrag og stand til pårørende, pedagoger, forskere, frivillige osv.

Kursene ble gjennomført i samarbeid med flere aktører, som kommuner, helse- og omsorgstjenester, universiteter og høyskoler, videregående skoler, pedagoger og frivillige organisasjoner for pårørende.

- 57 deltakere tok samlingsbasert kurs i Bærum, Trondheim og Oslo kommune og 47 mottok kursbevis.
- 195 helse- og omsorgsarbeidere tok 9 ABC-MMB kurs gjennom arbeidsplassen sin, 90 av disse mottok undervisning fra kompetansesenteret.
- 187 studenter fikk en fagdag inn i studiet: sykepleierstudenter ved Høgskolen på Vestlandet, vernepleierstudenter (og forelesere) ved Nord universitet samt studenter ved videreutdanningen/masteren i psykisk helse-, rus- og avhengighet ved OsloMet og lærerutdanningen ved NTNU.
- 32 deltakere (elever, lærere og praksisveiledere) fikk en fagdag på helse- og oppvekstfag VG1, Cissi Klein videregående skole og Valentinlyst helse og velferdssenter, Trondheim
- 9 kandidater fullførte videreutdanningsprogrammet HEL6000 Kunst og kultur i helse og omsorg på 15 studiepoeng ved Nord universitet.
- 4 kandidater fullførte videreutdanningsprogrammet MUB1002 Musikkbasert miljøbehandling på 15 studiepoeng ved Nord universitet.
- MMB undervisning til andre: 145 pedagoger, 121 barnehagepedagoger og 60 pårørende.

Kursevalueringene viser at MMB gir ansatte økt trygghet og kompetanse i målrettet bruk av musikk, styrker relasjoner med tjenestemottakere og styrker personsentrert omsorg. Deltakerne fremhever at verktøyene er enkle, konkrete og gjennomførbare og fører

til endring i praksis med mer systematikk og økt kvalitet. Den nye kompetansen øker arbeidsglede og bidrar til trivsel og mindre stress i tjenestene.

3.1.1 ABC Musikkbasert miljøbehandling

To forskjellige ABC-MMB kurs ble administrert av Nasjonalt senter for aldring og helse og er en del av ABC-modellen deres.

Kursene startet med en fagdag og fortsatte som gruppearbeid på arbeidsplassen, der deltakerne møttes i refleksjonsgrupper og jobbet med de seks heftene i ABC-permen. Tre av heftene har musikkbasert miljøbehandling som tema.

Kursdeltakelsen kan gå på tvers av kalenderår. I 2025 var det totalt 416 aktive gruppedeltakere nasjonalt. I løpet av 2025 startet 193 deltakere mens 144 avsluttet med godkjent-status.

Siden 2016 har hele landet hatt totalt 2 156 aktive gruppedeltakere hvorav 1 599 avsluttet med godkjent-status og 203 fremdeles var aktive ved utgangen av 2025.

Permen ABC Musikkbasert miljøbehandling – eldre/demensomsorg ble avviklet mot slutten av 2025 og vil erstattes av et åpent temahefte som ble finansiert av opplæringsprogrammet. Det vil inngå i Demensomsorgens ABC perm 2. Det er et mål at det også utarbeides et åpent temahefte som kan inngå i Mitt livs ABC for personer med diagnosen utviklingshemming basert på permen ABC Musikkbasert miljøbehandling – utviklingshemming. Dette er avhengig av finansiering.

3.1.2 Samlingsbaserte kurs

Samlingsbasert kurs i musikkbasert miljøbehandling (MMB) er et tilbud til ansatte og ledere i helse- og omsorgssektoren som jobber med tjenestemottakere i ulike aldre, med forskjellige sykdommer og funksjonsvariasjoner. Kurset er praksisnært og gir ferdighetstrening, veiledning og fordypning i musikkbaserte metoder og verktøy som fremmer trivsel, mestring og verdighet i omsorgsarbeidet.

Kurset er godkjent av Fagforbundet med 45 timer som tellende i klinisk fagstige for ulike yrkesgrupper innen helse, kultur og ledelse. I 2025 ble det gjennomført tre åpne kurs i samarbeid med kommunene Bærum, Trondheim og Oslo. Åpne kurs gir muligheter for at flere enn kommunalt ansatte i helse- og omsorgstjenestene kan delta. Innholdet i kurset ble videreutviklet for å tilpasses til flere målgrupper som:

- ansatte i barnehage, skole, kulturskole og for elever med ulike funksjonsvariasjoner
- ansatte som arbeider med personer med utviklingshemming
- logopeder
- frivillige
- kulturarbeidere og frilansere



Deltakerne viste stort engasjement under det samlingsbaserte kurset i MMB ved Trondhjems hospital våren 2025.

Dette forteller deltakerne når de presenterer erfaringer med å ta i bruk MMB på sin arbeidsplass:

- *Det mest overraskende er hvor raskt effekten kom. Små justeringer i miljøet, med riktig musikk til rett tid, har hatt stor betydning for trivsel og mestring.*
- *Vi har faktisk fjernet tvangsvedtak på to beboere, etter vi innførte musikktiltak for dem.*
- *Det er verktøy som er så lett å bruke. Det er så tilgjengelig. Kan trampe takten mens vi likevel skal gå. I stedet for at det vokser med nye ting vi skal gjøre, så er det metoder å veve inn der det passer, når noen skal opp av senga/stolen, forflyttes.*
- *Salgsargumentet til lederen er at dette er parallelt med det vi likevel gjør, og gratis – tida det tar får man ofte igjen. Å kunne forebygge, finne glede og velvære framfor å ty til behovsmedisiner.*

Deltakerne er svært fornøyde i evalueringene. Kurset gir mye ny kunnskap, inspirasjon og konkret praksis som brukes direkte i arbeidshverdagen. MMB gir bedre samspill med brukerne, økt arbeidsglede og sterk motivasjon til å ta MMB i bruk. Erfaringsdeling og praktiske oppgaver gir god læring. Deltakerne ønsker mer ledelsesforankring, mer variasjon i eksempler og tydeligere rammer rundt hjemmeoppgaven.

3.1.3 Høyere utdanning

Senteret tilbyr to videreutdanningsemner: HEL6000 Kunst og kultur i helse og omsorg og MUB1002 Musikkbasert miljøbehandling. Begge emnene gir 15 studiepoeng og har samlinger ved Nord universitet, campus Røstad i Levanger.

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

Musikkbasert miljøbehandling

Førstelektor og musikkpedagog Grete Daling ved Fakultet for lærerutdanning, kunst og kultur, var emneansvarlig for videreutdanningen Musikkbasert miljøbehandling. Emnet ga en innføring i musikkbasert miljøbehandling med fokus på kunnskapsgrunnlaget og praktisk undervisning i musikk og sang. Kandidatene utviklet kompetanse i å kunne bidra til implementering av musikkbasert miljøbehandling og holdningskapende arbeid i tråd med etiske krav og retningslinjer.

Under gruppeeksamen på videreutdanningen Musikkbasert miljøbehandling formidlet studentene hvordan musikk og kultur kan brukes som kraftfulle verktøy i helse- og omsorgsarbeidet: Gjennom en helsekorøvelse viste studentene hvordan musikk og bevegelse kan brukes til å skape positive opplevelser og styrke fellesskap, uansett aldersgruppe eller utfordring.



Studentene ved videreutdanningene "Musikkbasert miljøbehandling" og "Kunst og kultur i helse og omsorg" fikk utfoldet seg gjennom en kombinasjon av teoretisk undervisning, praktiske øvelser og gruppeeksamen.

Sitat fra student:

Flere av øvelsene og verktøyene har jeg brukt tidligere og sett at de fungerer, men nå har jeg lært mer om hvorfor de fungerer så godt. En større faglig forståelse gjør det enklere å tilpasse musikken til ulike målgrupper og nivåer, enten det er i kulturskolen, barnehager eller skoler. For eksempel bruker jeg nå «Trim og trall» aktivt både i jobben som kulturskolelærer, med egne barn, i møte med barnehagebarn, sangelever i skolen og i helsekoret. Det er veldig givende når det man lærer kan brukes på så mange ulike arenaer. – kulturskolelærer og dirigent Inger Marie Sunde Johansen

Emnet ble avviklet som del av opplæringsprogrammet i Statsbudsjettet for 2026. Det er positivt at Fakultet for lærerutdanning, kunst- og kulturfag ved Nord universitet vil tilby valgemne i musikkbasert miljøbehandling for musikkstudentene, så det også kan tilbys som et videreutdanningsstudium.

Kunst og kultur i helse og omsorg

Førsteamanuensis Vegar Rangul, Fakultet for sykepleie og helsevitenskap, var emneansvarlig for videreutdanningen Kunst og kultur i helse og omsorg. Dette emnet ga en innføring i 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. De reflekterte dessuten over ulike etiske problemstillinger innen kunst, kultur, helse og omsorg.

I videreutdanningen lærte studentene hvordan miljøtiltak ved bruk av forskjellige kunstuttrykk som teater, litteratur, billedkunst og dans kan brukes i grupper og som individuell behandling.



Gjennom praktisk eksamen viste studentene hvordan ulike kulturuttrykk kan brukes helsefremmende for forskjellige målgrupper:

- kreative uttrykk som tiltak mot angst og depresjon hos studenter
- bruk av forumteater som verktøy for å håndtere utfordrende situasjoner med beboere og ansatte på arbeidsplassen
- gjennomføring av et førjulsarrangement for barnehagebarn og eldre på sykehjem, med sang, bevegelse og ulike samarbeidsoppgaver ved bruk av filt

Emnet ble avviklet som del av opplæringsprogrammet i Statsbudsjettet for 2026. Det er positivt at Fakultet for sykepleie og helsevitenskap ved Nord universitet ønsker å utvikle emnet til et 10 studiepoengskurs i kultur og helse som valgemenne for vernepleierstudentene som også kan tilbys som et videreutdanningsstudium.

3.1.4 Fagdag

Fagdag i musikkbasert miljøbehandling (MMB) tilbys til høyere utdanninger. Fagdagen består av fire timer undervisning, som gir en innføring i hva MMB er, hvorfor metoden er nyttig og hvordan den kan integreres i arbeidet. Målet er å gi studentene konkrete verktøy og en bevissthet om hvordan sang, musikk og bevegelse kan brukes i praksis, i tillegg til en innsikt i hvordan metoden kan gi en bedre hverdag for både pasienter, pårørende og ansatte.

I 2025 ble det gjennomført seks fagdager til totalt 187 studenter til bachelor sykepleie ved Høgskulen på Vestlandet, bachelor vernepleie ved Nord universitet, videreutdanningen/masteren i psykisk helse-, rus- og avhengighet ved OsloMet, og lærerutdanning ved NTNU.

Fagdagen for bachelor sykepleie er en innføring i miljøbehandling med enkle musikkbaserte miljøtiltak for målgruppene eldre, personer med demensdiagnose og personer med nedsatt kognitiv funksjon. Evalueringene viste at 88,9 % av sykepleierstudentene var svært fornøyd / fornøyd med dagen, og 67,7 % mente at MMB bør være del av sykepleierutdanninga.

Vernepleierstudentene opplevde at fagdagen ga konkret og anvendbar kunnskap, og mange ble inspirert til å ta i bruk musikk som et aktivt verktøy i miljøterapeutisk arbeid. I tilbakemeldingene fremhevet studentene verdien av autentiske videoeksemplere, praktiske øvelser, konkrete metoder og kartleggingsverktøy. Dette bidro til økt forståelse for hvordan musikk kan brukes både individuelt og i grupper i det daglige omsorgsarbeidet. Flere ga også uttrykk for at fagdagen senket terskelen for å prøve ut musikkbaserte tiltak i egen praksis.

Studentene på videreutdanningen innen psykisk helse og rus opplevde MMB som svært relevant fordi de jobber tett på sårbare mennesker og savner konkrete verktøy for å skape trygghet, regulere uro og støtte mestring. MMB ga dem nyttige metoder innen musikk, bevegelse og berøring, samtidig som det styrket bevisstheten om egen rolle, tilstedeværelse og påvirkning i møte med pasientene.

Undervisningen i MMB for studentene i emnet Community Music ved NTNU styrket

deres forståelse av hvordan musikk og sansebaserte metoder kan skape trygghet, støtte regulering og bidra til bedre klassemiljø. MMB ble opplevd som svært relevant i pedagogiske sammenhenger. Studentene så klar overføringsverdi til relasjonsarbeid i grunnskolen og fikk et nytt perspektiv på hvordan musikk kan brukes målrettet i praksis i emnet.

3.1.5 Videregående skole, helse- og oppvekstfag

Prosjektet HO2.0: Fagarbeidere i verdensklasse har som mål å utvikle en innovativ, teknologisk og fremtidsrettet utdanningsmodell for helse- og oppvekstfag. Prosjekteier Trøndelag fylkeskommune samarbeider med mange aktører.

Modellen piloteres ved Cissi Klein videregående skole høsten 2025, og følges opp med systematisk følgeforskning. Prosjektet representerer et viktig bidrag til regjeringens samfunnsoppdrag for målrettet inkludering av flere barn og unge i utdanning, arbeid og samfunn. Intensjonen er at erfaringene med modellen skal bidra til positiv utvikling av utdanningen av fagarbeidere innen helse- og oppvekstfag, slik at flere velger denne yrkesretningen.

HO 2.0-modellen har fokus på læring i autentiske rom, der teori og praksis møtes. Et tett samarbeid med praksisfeltet, lokale bedrifter, universiteter og fagskoler skal gi elevene relevant erfaring og forberede dem på et arbeidsliv innen helse- og oppvekstsektoren.

En av måtene å knytte teori, praksis og autentiske arbeidsoppgaver tett sammen, var å gi elevene kurs i MMB. Undervisningen, inkludert for- og etterarbeid, ble tilpasset Vg1-elevne. Det ble gitt én kursdag for elever med praksis i barnehage og SFO, og én for elever med praksis innen helse. Yrkesfaglærere og ansatte på praksisstedene ble også invitert til å delta.

Tilbakemeldingen fra både praksisplasser og yrkesfaglærere er entydig positive. Lærerne opplever at elevene er mer bevisste på bruk av musikk, sang og bevegelse som tiltak. Kurset har også gjort elevene tryggere, mer åpne, kreative og bevisste i samhandling med andre.

– Kurset har gjort elevene sikrere i rollen som aktivitetsledere. Det at de har kunnet ta i bruk ny kunnskap på praksisplassen har gitt elevene mestringsfølelse og økt motivasjon, samtidig som barna de jobber med opplevde aktivitetene som engasjerende og morsomme, sier Mona Krøtøy, lærer ved Cissi Klein vgs.



Universitetslektor Charlotte Stav, lærer Malin Hundvin og universitetslektor Birgitte Bjørngaard (bilde 3), fulgte elevene gjennom fagdagen i musikkbasert miljøbehandling.

3.1.6 Erfaringsseminar i musikkbasert miljøbehandling

Kompetansesenteret inviterte til erfaringsseminar i musikkbasert miljøbehandling 8.–9. april i Lillestrøm kultursenter. Erfaringsseminaret var for ansatte og ledere i helsesektoren, kulturarbeidere som ønsker å jobbe innenfor helse og omsorg, studenter og andre interesserte. Målet med seminaret var å gi deltakerne inspirasjon og faglig innsikt i bredden av musikkbasert miljøbehandling, både når det gjaldt målgrupper, tilnærminger og tiltak.

Seminaret inneholdt faglige foredrag, praktiske øvinger og møteplasser for nettverksbygging. De 62 deltakerne fikk muligheten til å dele erfaringer med andre som bruker musikk, sang og bevegelse i sin arbeidshverdag.

Foredrag og workshop om hvordan metoden er tatt i bruk i kommuner og på ulike arbeidsplasser ga et innblikk i både utfordringer og suksesshistorier fra praksisfeltet, og inspirerte til nye idéer.

Seminaret samlet en mangfoldig gruppe deltakere fra både helse-, omsorgs-, kultur- og utdanningsfeltet. Blant deltakerne var ulike typer helsepersonell (som sykepleiere, vernepleiere, helsefagarbeidere og terapeuter), miljø- og aktivitetsarbeidere, kunst- og kulturutøvere (inkludert musikere, sangere, kunstnere og dukkespillere), samt ansatte innen undervisning, rådgivning, ledelse og kommunikasjon fra både skole, kulturskole og universitetssektoren.

Det faglige innholdet og diskusjonene bar preg av denne tverrfaglige sammensetningen, noe som bidro til verdifulle perspektiver og erfaringsutveksling.

Innlegg på seminaret var fra kommuner, personer med brukerperspektiv, forskere, pedagoger og praktikere og våre fagansatte:

- «Vi kan løse de vanskeligste utfordringene med en så enkel ting som å synge» – en kvalitativ studie av helsepersonells erfaringer med bruken av MMB, ved Ingrid Følling
- Videreutdanningen i MMB og erfaringer, ved Grete Daling, Vegar Rangul og Marianne Higgs
- Parallellsesjon om helsekor med Musikkbasert miljøbehandling som metode – Bærekraftig drift og praktiske øvelser, ved Charlotte Stav og Laila Therese Stenset



Årets erfaringsseminar var fylt med inspirasjon, erfaringsdeling, praksisfortellinger, bevegelse og musikk.

- Parallellsesjon om Det bevegelige deg – Hvordan integrere bevegelse og dans i hverdagen, ved Line Kanaris
- Systematisk miljøbehandling, ved May Glad Lien
- MMB på Ytterøy helsetun, ved Kristin Haugdahl Nøst
- MMB som del av mestringsmedisin og egenomsorg, ved Audun Myskja
- Implementering av MMB i Lillehammer kommune – på godt og vondt, ved Cathrine Dunker Furuly
- Praktiske MMB-aktiviteter, ved Katrine Homdrum og Helene Waage
- Musikk, demens og relasjoner, ved Kristi Stedje
- Arbeidet med MMB i Danmark, ved Stefan Ingerslev

3.2 FAGUTVIKLING: ÅPNE RESSURSER OG NYE KURSTYPER

Etter ti år med svært gode tilbakemeldinger på de praksisbaserte kursene i musikkbasert miljøbehandling (MMB) vet vi at fysiske kurs gir solid handlingskompetanse. Samtidig gjør kommunenes stramme økonomi, høy turnover og kompetansetap det stadig vanskeligere å sende ansatte på kurs og opprettholde kontinuitet. For å nå flere og skalere opp opplæringen, er det derfor behov for å utvide med en mer fleksibel og tilgjengelig undervisningsmodell.

I 2025 har Charlotte Stav, Helene Waage og Katrine Homdrum arbeidet målrettet med å utvikle og oppdatere læringsressurser som forelesninger, fagressurser og praktiske eksempler. Mye av dette ligger åpent tilgjengelig via kulturoghelse.no/ressursbank. Fagressursene videreutvikles stadig og vil også suppleres med flere digitale ressurser. Målet er å skape varige og tilgjengelige ressurser som senere kan videreutvikles til en MOOC (Massive Online Open Course): et fleksibelt, åpent nettkurs uten studiepoeng, men med kursbevis. En moderne, skalerbar opplæringsmodell kan styrke grunnopplæringen og bidra til et varig kompetanseløft i kommunale helse- og omsorgstjenester.

Første steg er en ny digital veileder i MMB som gir grunnleggende fagstoff, refleksjon og innsikt i målrettet bruk av musikk i miljøbehandling. Veilederen ble skrevet i 2025 og publiseres i to versjoner i 2026:

- Et åpent temahefte om musikkbasert miljøbehandling for eldre og personer med demens, utgitt av Forlaget Aldring og helse. Heftet kan lastes ned eller bestilles som fysisk kopi og erstatter permen Musikkbasert miljøbehandling – eldre/demensomsorg. Det vil inngå i Demensomsorgens ABC 2.
- En åpen digital veileder på våre nettsider, med utgangspunkt i miljøbehandling for eldre og personer med demens, som etter hvert utvides til flere målgrupper.

3.3 MUSIKKBASERT MILJØBEHANDLING I BARNEHAGE

Tilbakemeldingene fra kursdeltakere er at musikkbasert miljøbehandling (MMB) passer for alle som jobber med barn, ungdom, voksne og eldre. I 2025 fortsatte vi arbeidet med å tilpasse verktøyene i MMB til barnehagehverdagen. Grunnprinsippene er de samme som i helse- og omsorgstjenesten, men innhold, metoder og eksempler ble tilpasset barnas og barnehagelærernes behov. Undervisningen til barnehagen fokuserer på:

- språkstimulering og -utvikling
- verktøy og virkemidler i overgangssituasjoner
- samlingsstunder
- flere praktiske øvelser: Sanger med mer fysisk aktivitet, lek og annet repertoar som passer for barnehagebarn
- avspenning, ro og fellesskap
- generasjonssang

Undervisningen bygger på den musikkbruken som allerede er en integrert del av barnehagens hverdag, men gir den en mer systematisk og målrettet form. Leken, sangen og musikken har oftest en naturlig plass i barnehagen, og nettopp her ligger et betydelig potensial for å videreutvikle, tydeliggjøre og strukturere bruken av musikk som pedagogisk og relasjonelt verktøy.

MMB som kunnskapsgrunnlag og arbeidsmetode kan være et viktig bidrag til flere av fagområdene i rammeplanen, og de tydeligste er:



Ansatte ved Hovin barnehage satte stor pris på en fagdag i musikkbasert miljøbehandling, som var tilpasset deres arbeidshverdag.

- Kommunikasjon, språk og tekst
- Kropp, bevegelse, mat og helse
- Kunst, kultur og kreativitet

I tillegg kan sang, bevegelse og musikk brukes i arbeidet med andre fagområder, for eksempel ved bruk av joik for å lære om – og støtte – den samiske tradisjonen, eller ved å synge sanger på tur for å styrke turgleden og gi positive opplevelser av natur.

Som en del av MMB-kurset fikk barnehagene også tilbud om ukulelekurs. Ukulele er et enkelt instrument å lære. Barnehagene forteller at barna elsker når ukulelen tas frem, og at sangstundene får en ny dimensjon.

I løpet av året holdt universitetslektor Charlotte Stav og aktivitetskoordinator Camilla Stafne kurs i fem kommunale barnehager i Melhus kommune, og også et kurs til elever på videregående skole (se 3.1.7). Tilbakemeldingene fra barnehagene var positive. Flere av dem bruker nå musikk mer systematisk og melder om tydelige effekter på både trivsel og kommunikasjon.

I barnehager med flerspråklige barn og barn med sen språkutvikling har musikken vist seg å være et spesielt verdifullt verktøy. Rytme, bevegelse og repetisjon kan gjøre det lettere å lære språk, mens sanger med bevegelser gjør at barna kan delta fysisk før de behersker ordene, og oppleve fellesskap selv uten språk.

MMB-undervisningen i barnehagene i Melhus fikk svært god mottakelse. Kursene ga både faglig påfyll, praktiske verktøy og fornyet inspirasjon til å bruke musikk som en naturlig og verdifull del av barnehagehverdagen. Deltakerne beskrev undervisningen som engasjerende, relevant og motiverende, og uttrykker tydelig ønske om mer av denne typen opplæring fremover.



Dette var skikkelig bra, og akkurat det vi trengte. Jeg hører fra kontoret mitt at det allerede skjer mye, og at aktivitetene er godt i gang på avdelingene.

– barnehagestyrer

Vi bruker sanger både i overganger, stell og på tur, og merker at dette bedrer kommunikasjonen. Begrenser også mas og snakking eller beskjeder som ikke blir hørt.

– barnehageansatt

Malen for kursene begynner å ta form, og innholdet tilpasses til den enkelte barnehages ønsker og behov, med fokus på alt fra barnekor og rytmeinstrumenter til flerspråklige barn. Fremover vil vi rette arbeidet enda tydeligere inn mot språkstimulering og gode overgangssituasjoner i hverdagen. Prosjektet har vekket interesse i flere norske kommuner, blant annet Levanger, Trondheim og Oslo.

Det var dialog med barnehageutdanningen ved Nord universitet om å samarbeide med kommuner om videre utvikling forankret i finansiering fra System for kompetanse- og karriereutvikling for ansatte i barnehage og skole (SKK).

3.4 Helsekor med musikkbasert miljøbehandling som metode

Melhus kommune har siden 2023 tilbudt helsekor som en del av sitt forebyggende arbeid. Helsekorene er basert på metodene og verktøyene i MMB. Universitetslektor Charlotte Stav utvikler og underviser musikkbasert miljøbehandling ved kompetansesenteret og jobber også som miljøterapeut for Melhus kommune. Der leder hun det åpne aktivitetstilbudet rettet mot kommunens innbyggere. Kompetansesenteret følger utviklingsprosjektet, og Stav veileder andre som jobber med MMB og helsekor.

Helsekor-modellen ble presentert i kurs og på seminarer og konferanser.

Universitetslektor Charlotte Stav og aktivitetskoordinator Laila Therese Stenset ga workshop om helsekor som metode, der deltakerne fikk delta i praktiske øvelser og innøvningsmetodikk på erfaringsseminar i Lillestrøm.

Effekten av helsekorene kan ikke måles i kroner og øre, men jeg ser hva det gjør med befolkningen. Å ta bort forebyggende helseaktivitet som har effekt på innbyggerne, våre ansatte og pårørende er det verste vi kan gjøre.

– kommunalsjef helse og velferd, Albert Verhagen, på demenskorseminar i Trondheim.

Flere av øvelsene og verktøyene har jeg brukt tidligere og sett at de fungerer, men nå har jeg lært mer om hvorfor de fungerer så godt. En større faglig forståelse gjør det enklere å tilpasse musikken til ulike målgrupper og nivåer, enten det er i kulturskolen, barnehager eller skoler.

– kulturskolelærer og dirigent Inger Marie Sunde Johansen tok samlingsbasert kurs og videreutdanning i MMB i 2025.

Korene er gode eksempler på lokalt samarbeid på tvers av fag og livssituasjoner. Over 90 personer deltok ukentlig i korene, hvor fellesskap, mestring og helsebringende aktivitet står i fokus. Antall deltakere inkluderer 25 frivillige, samt pårørende som ønsker å delta i koret. Tilbudet gir betydelig avlastning for ansatte og pårørende, samtidig som det bidrar til kompetansebygging i MMB på tvers av både kommunale sektorer og samfunnet ellers. Dette skjer gjennom samarbeid med blant annet barnehager, hukommelsesteam, Demensforeningen, fysioterapeuter, logopeder og kulturskolen. Korene er kommunalt forankret og organisert som et tverrsektorielt samarbeid mellom hjemmetjenesten, kulturskolen og aktivitetstilbudet. Frivilligheten styrkes, og deltakerne får tilgang til en forebyggende arena som kan bidra til å utsette behovet for helse- og omsorgstjenester.

«Gjennom musikkbasert miljøbehandling tilbyr vi et vellykket helsetiltak som bidrar til mestring og livsglede i hverdagen,» skriver kommunen på sine nettsider. Koret omtales som «ukas høydepunkt» av både deltakere, frivillige og ansatte. Per nå er det to helsekor, med ønske om et tredje kor for å kunne dekke alle tre distriktene i kommunen.

Helsekorene har forebyggende effekt både på innbyggerne, våre ansatte og pårørende: Pårørende beskriver helsekoret som et avlastende avbrekk i hverdagen, og ansatte opplever at deltakerne kommer tilbake med ny energi, bedre søvn og redusert behov for medisiner. – Albert Verhagen, kommunalsjef helse og velferd

Det er så mye vi ikke kan gjøre sammen lengre, men dette her, det fungerer.

– pårørende

Jeg kjenner på en enorm stolthet når jeg ser mamma synge i koret. – pårørende

Hva skal vi med det nye apoteket når vi har koret? Dette er helse i hver tone!

– kordeltaker

Det er ingen sure fjes her, ingen sure fjes. Jeg prøver å finne noe å klage på, men jeg klarer det ikke. – kordeltaker

Dette har blitt en familiedag for oss. – datter av kordeltaker

Charlotte Stav forteller:

Å være dirigent for et helsekor betyr langt mer enn å lede sang. Det handler om å skape et trygt rom der det er vi som får til noe sammen, uavhengig av hvilken rolle du har eller helseutfordringer. Som dirigent får jeg se hvordan musikk åpner for kommunikasjon, mestring og relasjoner. For meg er ikke dette bare et musikalsk arbeid, men et uttrykk for medmenneskelighet og muligheten til å gjøre en forskjell.

Hver fredag er vi 70 mennesker samlet i det største koret, og en skulle kanskje tro at det er leven og kaos under øvelsen, men tvert imot: Maken til fokus og respons har jeg ikke opplevd i min fartstid som dirigent. Koblingen til kunnskapsgrunnlaget i MMB har vært gull verdt, og dette er kompetanse som er overførbart i alle kor-sammenhenger.

3.4 FORSKNING PÅ MUSIKKBASERT MILJØBEHANDLING

3.4.1 Musikk og smertebehandling hos personer med demens

Studien av musikk og smertebehandling hos personer med demens og smerte ble publisert i tidsskriftet Pain (Myrenget et al., 2024) og viste at musikkbasert miljøbehandling kan gi kritisk støtte ved smerte hos personer med demens. Studien ble fulgt opp med kommentaren av Myrenget et al. (2024).

Den neste artikkelen i prosjektet ble sendt inn i 2025 og publisert i 2026 i BMC Geriatrics (Myrenget et al., 2026¹) og var et samarbeid mellom forskere ved Universitetet i Oslo, St. Olavs Hospital, NTNU, Nord universitet, Nasjonalt senter for aldring og helse, Universitetet i Bergen, Høgskulen på Vestlandet og Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg.

Studien undersøkte om musikkbasert miljøbehandling har en vedvarende effekt på nevropsykiatriske symptomer hos sykehjemsbeboere med demens og kroniske smerter. Analysen omfattet 232 deltakere fra 12 sykehjem og viste at nevropsykiatriske symptomer som agitasjon, affektive symptomer og psykotiske symptomer var svært utbredt i utvalget. Det ble imidlertid ikke funnet signifikante forskjeller i symptomendringer mellom intervensjonsgruppen og kontrollgruppen etter åtte ukers musikkbasert behandling.

Studien bidrar med viktig kunnskap om omfanget av nevropsykiatriske symptomer i denne pasientgruppen og understreker behovet for videre forskning på ikke-farmakologiske tiltak i demensomsorgen.

3.4.2 "Vi kan løse de vanskeligste utfordringene med en så enkel ting som å synge"

En kvalitativ studie har undersøkt helsepersonells erfaringer med bruk av musikkbasert miljøbehandling (MMB) i norske sykehjem: "Vi kan løse de vanskeligste utfordringene med en så enkel ting som å synge" ². Ingrid S. Følling, førsteamanuensis ved NTNU og forsker ved Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg, har utført studien sammen med Reidun Karin Norheim Myhre Sandvik, førsteamanuensis ved Høgskulen på Vestlandet.

Følling og Sandvik deler resultatene fra studien inn i fem hoveddeler:

1. Betydningen av opplæringen i MMB:

Opplæringen oppleves som svært verdifull av helsepersonell, og ga først et «løft» i bruk av musikk i pasientbehandlingen som gir de ansatte trygghet i hvordan de skal bruke musikk i arbeidshverdagen.

2. Påvirkningen av bruken av MMB på pasienter:

Musikken bidrar til å redusere uro, angst og sosial tilbaketrekking, fremme kommunikasjon, reminisens og avslapning og gi økt livskvalitet. Det er viktig med individuell tilpasning og å bruke musikk på en god måte slik at den ikke virker forstyrrende eller påvirker pasientene negativt.

3. Arbeidsmiljø og bruken av MMB:

Når pasientene var roligere og mer engasjerte, følte personalet seg også mer fornøyde. De opplevde mindre stress i sine daglige rutiner. Bruken av musikk fremmet også samarbeidet og lagfølelsen blant kollegaene.

– Jeg ser at arbeidsmiljøet ble mer fylt med glede. Når vi kan løse utfordringer med så enkle tiltak som å synge, sparer vi oss selv for så mye frustrasjon, korreksjon, arbeid og pasientene får det bedre, sier en av de ansatte.

4. Barrierer for å bruke MMB:

Tidspress, tekniske utfordringer, infrastruktur, opplæring av personell og journalsystemer, samt manglende støtte gjør implementeringen krevende.

5. Hvordan MMB brukes i dag:

For noen har MMB blitt en naturlig del av deres omsorgsfilosofi. Informantene opplevde at nøkkelpersoner med kompetanse innen musikk og MMB-metoden i stor grad bidro til å styrke både bruken og vedlikeholdet av intervensjonen.

For å sikre varig effekt og at musikkbasert miljøbehandling blir en naturlig del av arbeidshverdagen, er det behov for lederstøtte, kontinuerlig opplæring, bedre dokumentasjonssystemer og forankring i daglige rutiner, og en koordinert, institusjonell tilnærming. Følling og Sandvik understreker også viktigheten av videre forskning på langtidseffektene av MMB i sykehjem og hvordan identifiserte barrierer kan overvinnes.

3.4.3 Musikkbasert omsorg i musikkklærerutdanningen

I samarbeidet Universitetskulturskoleprosjektet UniKuP med NTNU og Trondheim kommune (finansiert av Direktoratet for høgare utdanning og kompetanse, 2023–2024), var et av målene å bygge bro mellom helsefag og kunsthøgskole i utdanning. Anne-Lise Heide er leder og Marit Stranden er nestleder i arbeidspakken Helsekulturpedagogen som dreier seg om hvordan kunstfaglig arbeid kan fostre menneskers livskvalitet, mestringsopplevelser og individuelt og sosialt velvære.

Postdoktor Xiangming Zhang prøver ut og undersøker hvordan MMB kan fungere i pedagogiske kontekster for å styrke arbeidet med folkehelse og livsmestring i skole og lærerutdanning. Han undersøkte tilpasningen av MMB i utdanningsmiljøer og introduserer konseptet "musikkbasert omsorg". Målet er å integrere omsorgsprinsipper i musikkundervisningen i Norge, tilpasset de tverrfaglige kravene til norsk musikkpensum, og å øke elevenes og studentenes trivsel gjennom denne nye tilnærmingen. Zhang og medforfattere jobber med flere akademiske artikler for publisering, inkludert en omfattende gjennomgang av definisjoner av «omsorg i musikkundervisning». Et manuskript som beskriver norske musikkpedagogers erfaring med implementeringen av MMB i deres undervisningspraksis ble sendt til publisering: «Music-based Care: A Phenomenological Study of Music Teachers' Professional Transformation Through Interdisciplinary Learning in Norway».

4.0 Annen faglig aktivitet

4.1 NORDIC JOURNAL OF ARTS, CULTURE AND HEALTH

Det nordiske tidsskriftet Nordic Journal of Arts, Culture and Health utgis av Scandinavian University Press (tidligere 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), og University of the Arts Helsinki, CERADA Research Centre. To samarbeidspartnere sa i 2025 opp sin støtte fra 2026 grunnet økonomisk utvikling.



✘ CERADA



Etter den reduserte rammen i statsbudsjettet ble kjent mot slutten av 2025, ble det avtalt at tidsskriftet blir med i pilotprosjektet «Subscribe to open» i 2026 for å søke etter en mer bærekraftig finansieringsmodell der tilgangen blir åpen hvis tilstrekkelig mange (hovedsakelig universitetsbibliotek) betaler abonnement.

For å styrke forlagets internasjonale satsing ble Universitetsforlaget endret til Scandinavian University Press, og publiseringsplattformen Idunn skiftet navn og visuell profil til scup.com. For å gjøre forskningen mer tilgjengelig vil Nordic Journal of Arts, Culture and Health kun motta artikler på engelsk fra neste utgave.

Redaktører



Redaktør for tidsskriftet er Anita Jensen

Anita Jensen er ansvarlig redaktør med støtte fra et internasjonalt team:

- Medredaktør dr. Alexandra Burton, Senior Research Fellow, University College London, UK
- Medredaktør Susanne Henningsson, postdoktor, Psykiatrisk Center Amager, Danmark
- Medredaktør Liisa Laitinen, advisor, Arts & Health, Arts Academy, Turku University of Applied Sciences, Finland

- 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 består av 18 forskere fra Norden og Storbritannia. 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
18. Wenche Torrissen, førsteamanuensis, Nasjonalt senter for kunst og kultur i opplæringen, Nord universitet / Professor, Drama og teater, Høgskulen i Volda

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 er åpent tilgjengelig og gratis å publisere i, <https://kulturoghelse.no/tidsskrift/> Målgruppen 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.

Publikasjonene viser bredde i kunst- og kulturformer det forskes på og typer artikler og metoder som benyttes.

Utgave 1, volum 7 ble publisert fra perioden 8. mai 2025 til 19. februar 2026 med tre forskningsartikler, to fagartikler og en anmeldelse. Den redaksjonelle kommentaren «Art Care» handler om hvordan kunst kan skape tilknytning, anerkjennelse og mening, på samme måte som andre aktiviteter som sport, religion eller sosial deltakelse kan gjøre. Redaktøren viser til forskning som dokumenterer kunstens betydning for helse og bedring, men etterlyser samtidig solid metode og begrepsmessig åpenhet. Hun understreker at kunst i helsetjenestene er et supplement – ikke en erstatning – for medisinsk og psykologisk behandling.

Forskningsartikler (fagfelleverderte)

- *“We can solve the hardest challenges with just singing”. A qualitative study of healthcare staff’s experiences of Music-Based Care (MBC) in nursing homes*
Ingrid Sør Dahl Følling og Reidun Karin Norheim Myhre Sandvik
- *Fotovoices og medborgerskap for personer med utviklingshemming. Estetisk berørthet i møte mellom publikum, tekst og fotograf*
Kirsten Jæger Fjetland og Anita Gjermestad
- *A State-of-the-Art review of visual art interventions for mental health promotion in dementia care*
Emil Baagøe Nørskov, Anna Paldam Folker og Pernille Tanggaard Andersen

Fagartikler

- *Critical Reflections and Future Perspectives on Research in Arts and Health: Network Meeting and Conference 3–4 April 2025 Salzburg, Austria*
Katarzyna Grebosz-Haring, Leonhard Thun-Hohsenstein og Stephen Clift
- *The Raw Art Project: Open Studio and Exhibition Practices in a Psychiatric Ward*
Kasper Levin og Peter Bjørn Franceschi

Anmeldelse:

- *Arts, culture, and health – a Norwegian literature review: Does it bring us any further?*
Mette Kaasgaard

Total lesing av tidsskriftet økte med 25 %, og det ble lest i 136 land fra alle verdensregionene:

Antall visninger

2025: 23 283 visninger

2024: 18 537

2023: 18 712

2022: 16 665

2021: 9 644

Tidsskriftet var mest lest i:

1. USA (4391)

2. Norge (3695)

3. Danmark (2446)

4. Storbritannia (2090)

5. Australia (901)

6. India (847)

7. Sverige (647)

8. Finland (630)

9. Canada (582)

10. Tyskland (501)

To publikasjoner er de mest leste siden 2022:

- Clift (2019) sin anmeldelse av WHO-rapporten fikk 2 454 visninger i 2025 (2 165 i 2024, 1 870 i 2023 og 1 577 i 2022).
- Mundy et al. (2022) sin artikkel om kreativ skiving og mental helse fikk 1 835 visninger i 2025 (1 836 i 2024, 1 793 i 2023 og 1 475 i 2022).

4.2 NORDIC ARTS & HEALTH RESEARCH NETWORK

Det tverrfaglige nettverket fremmer samarbeid mellom forskere, kunstnere og pedagoger som arbeider innen kultur og helse i Norden. Det legger til rette for kunnskapsutveksling, samskaping og formidling av forsknings- og praksiserfaringer. Det langsiktige målet er å styrke kunst- og helsefeltet i de nordiske landene. Nettverket fungerer også som en plattform for å utvikle prosjektideer og søke finansiering til forskning.

Oppstart og aktiviteter i 2021–2023 ble støttet av Nordic Culture Point og arbeidet ble ledet av forskere fra Finland, Norge, Sverige og Danmark. På det fysiske nettverksmøtet i 2023 meldte fem personer seg til å danne interim styringskomité og utvikle nettverket uten økonomisk støtte:

- dr. Liisa Laitinen (Turku University of Applied Sciences, Finland)
- phd stipendiat Heini Siltainsuu (University of Jyväskylä, Finland)
- dr. Marit Stranden (Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg, Norge)
- dr. Broula Barnohro Oussi (Region Stockholm, Sverige)
- ass. prof. Klisala Harrison (Aarhus universitet, Danmark)

Universitetet i Turku finansierte videreføring av nettverkets nettside ³ i 2025.

Nettverket deler kontaktinformasjon og har 85 medlemmer (jf. 75 medlemmer i 2024, 120 i 2023, 103 i 2022, 86 i 2021). Nedgangen fra 2023 til 2024 skyldes innhenting av ny tillatelse til lagring og deling av personopplysninger.

Det ble arrangert tre digitale nettverksmøter med totalt 50 deltakere:

- Exploring Creative Wellbeing Frameworks in Context 11. februar: Presentation of the new book by several chapter authors facilitated by the editors Wenche Torrissen and Helga Synnevåg Løvoll.
- Arts on Prescription 27. mai
 - Anita Jensen (Region Skåne & Lund University): Healthier together: The evidence and impact from Arts on Prescription programmes
 - Paula Bergman (Jönköping Region): Health promoting potential of Arts on prescription: Studies of people on sick leave for common mental disorders and/or non-specific musculoskeletal pain
 - Liisa Laitinen (Turku University of Applied Sciences): Arts on Prescription in the Baltic Sea Region: Lessons learned from the evaluation of 24 AoP pilot programmes
- Presentation of recent PhD thesis, 12 desember: The roles of Music in the wellbeing of autistic adults (Korošec 2024), Fostering creative wellbeing. Theoretical models of collaborative partnerships in developing arts health practices for older adults (Lee 2025)

Ett fysisk møte ble arrangert i Turku i oktober 2025, sammen med EU-prosjektet CultureAndHealth Platform. Tema var Arts Supporting Mental Health and Wellbeing. Det felles arrangementet samlet 170 deltakere, med 22 forelesninger og 5 workshops. På nettverkets medlemsmøte deltok 15 fysisk og 15 digitalt.

4.3 HELSEUNDERSØKELSEN I TRØNDELAG (HUNT), KULTUR OG HELSE

Helseundersøkelsen i Trøndelag (HUNT) er en av verdens største befolkningsbaserte helseundersøkelser, der en har gjentatt undersøkelsen hvert 10. år fra 1984, der ca. 250 000 personer har samtykket til at aidentifiserte helsedata kan benyttes for godkjente forskningsprosjekt ⁴. Mens den fra starten av fokuserte på de klassiske folkehelseutfordringene (hjerte-karsykdom, blodtrykk, diabetes), har omfanget økt til også å omfatte livsstilsfaktorer som inkluderer kulturell deltakelse og deres helseeffekter (Åsvold et al., 2023 ⁵; Rangul et al., 2024 ⁶).

De nyeste funnene om kulturdeltakelse, der kompetansesenteret har vært delaktig i forskningen inkluderer:

- *Redusert dødelighetsrisiko* (Løkken et al., 2021⁷, 2022 ⁸)
- *Redusert helsetjenestebruk for menn* (Løkken et al., 2023 ⁹)

Mekanismer og hensyn

Selv om assosiasjoner er robuste, så er dette tverrsnittstudier og den kausale sammenhengen må studeres videre, men en antagelse er at disse sammenhengene kommer av:

- sosial tilknytning og redusert *isolasjon*
- *kognitiv stimulering og stressreduksjon*
- *fysiske aktivitetskomponenter (f.eks. dans, utendørsaktiviteter)*

Funn fra HUNT-undersøkelsen tyder på at kulturell deltakelse er en reell helsefremmende ressurs for alle, spesielt for menns kardiovaskulære helse og lang levetid. En kombinasjon av universelle og målrettede tiltak kan gi størst fordeler, siden det er kjønnsforskjeller i aktivitetstyper og helseutfall.

Kompetansesenteret arbeider med to nye studier basert på data fra Helseundersøkelsen i Trøndelag som undersøker sammenhengen mellom deltakelse i ulike aktiviteter og psykisk helse over tid, og deltakelse i ulike aktiviteter og sosioøkonomi, mental helse og livskvalitet i HUNT studien 2017–2019. Arbeidet gjøres i samarbeid med Helse Nord-Trøndelag (Sykehuset Levanger), Western University Sydney, University College London (UCL) og WHO Collaborating Centre on Arts & Health, i tillegg til HUNT forskningscenter, NTNU. Hovedmålet er å undersøke mulige gjensidige sammenhenger mellom deltakelse og psykisk helse: deltakelse i aktiviteter kan påvirke vår psykiske helse, samtidig som vår psykiske helse kan påvirke vår deltakelse. Det undersøkes også om disse sammenhengene varierer på tvers av kjønn og sosioøkonomiske grupper, og om det er mulig å skille mellom toveisforholdet mellom kulturdeltakelse og mental helse. Målet er å sikre at kultur ikke bare blir en markør for god helse, men et reelt virkemiddel i folkehelsearbeidet. Studiene planlegges ferdigstilt i løpet av 2026.

4.4 I BEVEGELSE – UTVIKLING AV VEILEDER FOR BEVEGELSE OG DANS I HVERDAGEN

Økt bevegelse har en helsefremmende effekt. Enkle danseøvelser kan skape pusterom i hverdagen, styrke livskvalitet og trygg kroppsopplevelse, og stimulere nærvær, kreativitet og samspill. Det finnes i dag ingen tilgjengelige veiledere for hvordan dans kan brukes i helse- og omsorgsarbeid (Følling, 2022, upublisert). Behovet for deling av metoder ble tydelig uttrykt av dansekunstnere og helsearbeidere på det nasjonale seminaret «Å skape meningsfulle dager» (2023).

I samarbeid med Dans i Trøndelag og Nasjonalt senter for kunst og kultur i opplæringen, utvikler vi den kunstbaserte veilederen I bevegelse. Prosjektet bygger på rammeverket ABC for god psykisk helse, en forskningsbasert folkehelsekampanje.

Materialet utvikles av Kari Anne V. Bjerkestrand (danser/koreograf/universitetslektor) og Line Kanaris (fysioterapeut/dansepedagog/produsent). Utviklingen av øvelsene styrkes av at frivillige deltar aktivt som testpersoner og deler erfaringer som viser både hva som fungerer og hvilke barrierer de opplever.

2025 har vært et produktivt år for utviklingen av veilederen I bevegelse, som består av tre deler: Bevegelse for egenomsorg, Bevegelse for oppmerksomhet og en planlagt Bevegelse for kreativitet. Del 1 ble ferdigstilt og videre utprøvd i skolesektoren. Del 2 ble utviklet, uttestet og produsert, og vil lanseres i 2026. Prosjektet hadde bred faglig formidling gjennom flere presentasjoner, der deltakerne fikk prøve noen av bevegelsene.

Veilederen består av enkle, praktiske øvelser som kan utføres av alle, alene eller sammen med andre, og tilpasses ulike funksjonsnivå. Den er tredelt:

1. BEVEGELSE FOR EGENOMSORG

Gjennom pust, rytme og tilstedeværelse får du verktøy som kan bidra til økt velvære, redusert stress og tryggere kroppsopplevelse.

Våren 2025 ble de syv korte øvelsesfilmene ferdigstilt i samarbeid med Leidar. Arbeidet omfattet redigering, innspilling av fortellerstemme, universell utforming gjennom teksting og utvelgelse av musikk som støtter øvelsenes intensjon. Filmene ble lansert 12. mai, under Europeisk folkehelseuke:

1. Berøre
2. Riste

3. Omfavne
4. Gå

5. Danse
6. Puste

7. Utfolde

De ble publisert på YouTube og på kompetansesenterets norske og engelske nettsider, samt en PDF-versjon, også i utskriftsvennlig format med QR-kode. Filmene ble relansert enkeltvis på sosiale medier gjennom sommeren for å øke rekkevidde og synlighet.

Den opplevde effekten av øvelsene ble dokumentert i den månedslange testfasen gjennom spørreskjema og erfaringsdeling på seminar. Materialet ble analysert av forsker Ingrid Følling, og en fagartikkel skrives sammen med medforfattere som en første dokumentasjon av effekten øvelsene kan ha. Det er et mål å søke et forskningsprosjekt som kan følge opp erfaringer med øvelsene over tid for en eller flere målgrupper.

I desember prøvde elever ved musikk- og danselinjen på Bodø videregående skole ut Bevegelse for egenomsorg. Elevene fortalte at øvelsene ga mer ro og tilstedeværelse. Erfaringene samles inn gjennom spørreskjema og presenteres på et seminar i januar. Lærerne skal få prøve øvelsene på skolens plandag våren 2026.

2. BEVEGELSE FOR OPPMERKSOMHET

Del 2 av veilederen, *Bevegelse for oppmerksomhet*, ble utviklet våren 2025. Den omhandler relasjonen mellom kropp og sinn, og retter seg spesielt mot det indre. Øvelsene har som mål å gi økt indre ro og mentalt fokus, samt øke tilstedeværelsen i møte med omgivelsene.



Øvelsene i del to «Bevegelse for oppmerksomhet» har som mål å gi økt indre ro og mentalt fokus, samt økt tilstedeværelse i møte med omgivelsene.

Øvelsene for *Bevegelse for oppmerksomhet* ble presentert som lydfiler, uten noe visuell informasjon, siden øvelsene handler om det indre. Ni deltakere med variert bakgrunn fra helse- og omsorgssektoren, kunstfeltet og teknologibransjen testet totalt ni øvelser over en periode på fire uker. Det ble samlet inn tilbakemeldinger ukentlig gjennom skjema.

Resultatene viste at øvelsene oppleves som enkle, tilgjengelige og meningsfulle. De kan skape ro, økt tilstedeværelse og sterkere kontakt med kroppen og indre opplevelser. Lydfilene ga nok informasjon til å lære øvelsene, men språket burde være mer presist. Det var også ønske om økter som presenterte flere øvelser med et felles mål.

Øvelsene ble justert ut fra tilbakemeldingene, og spilt inn med flere personers stemmer for å øke mangfoldet i materialet (variasjon i alder, kjønn og dialekter). *Bevegelse for oppmerksomhet* skal lanseres som åpent materiale våren 2026.

Noen tilbakemeldinger etter utprøving av øvelsene for oppmerksomhet:

Jeg har merket at jeg har fått en bedre start på dagen. Og det merker sikkert de rundt meg også. At jeg ikke er sur og stresset. – Camilla

Jeg får en annen tilstedeværelse i nuet, og etterpå kommer jobben med å minne seg selv på så ofte som mulig, at man kan forbli der og ikke forsvinne inn i tankene sine igjen. – Jonas

Øvelsene gir velbehag, tilstedeværelse og ro som varer en stund etter at jeg har gjort dem. – Helene.

Spesielt når jeg gjør det på morgenen tar jeg det med meg gjennom dagen. Det er som om det ligger litt høyere i underbevisstheden da, og jeg kan vende tilbake til øyeblikket med ro, også uten å gjøre øvelsene. – Gard

3. BEVEGELSE FOR KREATIVITET

Det ble gjennomført en idémelding for del 3 mot slutten av året. De nye øvelsene inviterer til

- enkle og tilgjengelige bevegelser som skaper fellesskap og relasjoner
- gir rom for personlig uttrykk og kreativ utfoldelse
- fungerer for alle, uavhengig av ferdighetsnivå

Målet er å utvikle enkle danseøvelser som fremmer kreativitet, lek, bevegelsesglede og sosial tilhørighet som kan brukes av mennesker i alle aldre. Øvelsene skal være åpent tilgjengelige og speile et mangfoldig samfunn.

På grunn av kutt i kompetansesenterets rammer over statsbudsjettet er prosjektet satt på pause. Det søkes videre finansiering.

4.5 KULTUR PÅ RESEPT

Kultur på resept er en helsefremmende tilnærming der primærhelsetjenesten og andre kommunale tjenester innen f.eks. oppvekst og arbeidslivssentre kan skrive ut kulturelle aktiviteter på resept som en del av behandling eller tiltak. Dette kan for eksempel være tilrettelagte besøk til konserter, museer, kunstutstillinger og teaterforestillinger, og deltakelse i aktiviteter som kor, dans, maling og håndverk.

Initiativet, som allerede har vist lovende resultater internasjonalt, har som mål å forbedre deltakernes psykososiale helse og wellbeing gjennom målrettede kulturaktiviteter til grupper.

Anita Jensen, kultur og helsestrateg i Region Skåne i Sverige og førsteamanuensis ved Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg, har jobbet systematisk med å innføre «kultur på resept» i Skåne siden 2019. Flere studier dokumenterer økt livskvalitet, sosial tilhørighet og struktur i hverdagen hos deltakerne.

Konseptet passer godt med den norske Folkehelsemeldinga (St.m. 15, 2022–2023), som fremhever behovet for å redusere sosiale helseforskjeller og styrke psykisk helse. Dette harmonerer også med den forskningsbaserte folkehelsekampanjen ABC for god psykisk helse.

Initiert av sekretariatet ved Northern Dimension Partnership in Public Health and Social Wellbeing (NDPHS), som er deltaker i Interreg-prosjektet «Arts on Prescription in the Baltic Sea Region», fikk vi innvilget "Arts on Prescription in Nordic countries" som Helse- og omsorgsdepartementet finansierte med 800 000 kroner fra juni 2024 til august 2025. Kompetansesenteret og samarbeidspartnerne arrangerte et erfaringsseminar for 40 deltakere fra fire norske kommuner og kulturinstitusjoner, og representanter fra Danmark,

Estland, Litauen, Grønland, Island og Sverige. Målet var å dele erfaringer og utforske hvordan «kultur på resept» kan tilpasses og tas i bruk i ulike land og lokalsamfunn.

Seminaret belyste både muligheter og utfordringer knyttet til implementering av kultur som helsefremmende tiltak. Det ble delt erfaringer fra forskning, praksisfeltet og strategisk politisk arbeid. Innlegg på seminaret:

- International research and experiences from Region Skåne: Anita Jensen, PhD. Arts and Health Strategist, Region Skåne/Lund University
- Practical experience from Aalborg Municipality: Mikael Odder, AoP coordinator
- Workshop: Should AoP also be admitted to Psychiatric Hospital? Karsten Auerbach, Visual artist attached to Psychiatric Outpatient Unit, Odense, Denmark
- Referral experience: Eva Pulverer Marat, GP, Region Skåne
- Referral experience: Amparo Ortega Rayo, psychologist, Skåne (digital)
- Experience from the Interreg project Arts on Prescription in the Baltic Sea Region (2023–25) in Denmark, Poland, Latvia, Germany and Sweden: Ülla-Karin Nurm, director, The Northern Dimension Partnership in Public Health and Social Well-being (NDPHS) Secretariat.
- Political strategy to implement in a region: Anita Jensen
- Pilotprosjekt i kommuner 2025–2026?

Seminaret samlet et bredt spekter av fagpersoner og ledere fra rus og psykisk helse, rehabilitering, aktivitet, folkehelse og kultur, sammen med kunstnere, forskere, kommunale og statlige ansatte samt representanter fra ulike kulturinstitusjoner. Den tverrfaglige deltakelsen ga gode diskusjoner om hvordan konseptet kan prøves ut lokalt, særlig i områder med store utfordringer. Det ble også løftet viktige spørsmål om økonomi og bærekraft, og pekt på at kulturtiltak kan redusere helseutgifter. En evaluering av pilotprosjektet vurderes som avgjørende for videre satsing.

Da neste prosjektår skulle søkes, var alle de fire norske kommunene klare for å prøve ut «kultur på resept». Deltakerne fra Estland, Grønland og Island hadde ikke fått forankring i sitt lokalmiljø, men vil følge prosjektet for å lære av erfaringene. Det andre prosjektåret fikk en ramme på 1,5 millioner og startet høsten 2025 med planlegging av pilotene: Bergen, Bærum, Sarpsborg og Verdal kommune skal gjennomføre to piloter hver i 2026, der deltakerne vil få resepter på kulturelle gruppeaktiviteter som en del av tilbudet fra kommunene.

Region Skåne er hovedsamarbeidspartner i prosjektet. Jensen veileder ut fra sine erfaringer fra implementeringen av «kultur på resept» i Region Skåne, og vil evaluere effekten av de norske pilotene. Erfaringene fra de norske pilotene vil presenteres for nettverket i digitale seminarer, både på nordisk og på engelsk.

Sekretariatet ved Northern Dimension Partnership in Public Health and Social Well-being vil sammen med en estisk samarbeidspartner arrangere et nytt digitalt seminar for å dele erfaringene rundt «kultur på resept» med flere.

4.6 ABC FOR GOD PSYKISK HELSE

Folkehelsekampanjen ABC for god psykisk helse har vært en nasjonal pilot drevet av Trøndelag fylkeskommune i 2023–2024, og forankret i Folkehelsealliansen i Trøndelag, hvor kompetansesenteret er representert i styret. For 2025 tok Helsedirektoratet over ABC for god psykisk helse som en nasjonal folkehelseopplysningskampanje og lyste ut midler til fylkeskommuner for å søke om prosjekter.

Folkehelsekampanjen ABC for god psykisk helse har som mål å øke helsekompetansen i befolkningen. Med tre enkle grep kan du styrke din egen og andres psykiske helse gjennom å gjøre noe:



AKTIVT



SAMMEN



MENINGSFULLT

ABC-rammeverket er en forskningsbasert innsats for å bygge og styrke psykisk helse i hele befolkningen. Det er et helsefremmende og positivt rammeverk som kompetansesenteret anbefaler å bruke i prosjekter.

Det er utarbeidet veiledere som kan tas i bruk på arbeidsplassen, på skolen og i frivilligheten¹⁰.

4.7 ARRANGEMENT

4.7.1 NEW 2025: Nord Entertainment Week

Nord Entertainment Week (NEW 2025): an International Conference focusing on entertainment as a catalyst to develop new ideas and perspectives across multiple disciplines and faculties.

Konferansen ved Nord universitet, campus Levanger, var en internasjonal og tverrfaglig konferanse som utforsket storytelling på tvers av helse, utdanning, kunst og samfunnsfag. Med mer enn 30 forelesere fra ni land bidro NEW til å styrke forskning, utdanning, innovasjon og internasjonalt samarbeid – og skapte møteplasser mellom studenter, fagfolk og næringsliv. Uken samlet over 250 deltakere fra tre fakulteter, eksterne partnere som Excited, Epic Games og Film MidtNorge.

Kompetansesenteret programmerte en sesjon om kultur og helse:

- Geir Olve Skeies populærvitenskapelige foredrag inkludert klaverframføring: *How music can improve the brain*



Under seminaret "Kultur på resept" samlet ulike fagmiljøer seg for å utforske hvordan kultur kan bli en integrert del av helsetjenesten.

- Katherine Skaife: *How can we transform healthcare using music and the arts?*
- Charlotte Stav: *Workshop i musikkbasert miljøbehandling – hvordan bruke musikk for relasjonsbygging og kommunikasjon?*

– *Musikk har en unik evne til å stimulere motorikken vår. For eksempel ser vi at rytmisk musikk kan være til stor hjelp for personer med Parkinson, som ofte har utfordringer med å komme i gang med bevegelser og opplever at kroppen stivner. Ved å spille rytmisk musikk aktiveres områdene i hjernen som er skadet. Mange opplever at de da lettere kan bevege seg, forklarte Skeie.*

Førsteamanuensis Katherine Hazel Skaife ved Nord universitet (FSH) presenterte sin forskning på bruk av kunst i demensomsorgen. Ved å bruke eksempler fra prosjekter som cARTrefu, et kunstprogram i sykehjem, har hun utforsket rollen visuell kunst og andre kulturelle aktiviteter spiller i helsevesenet.

– *Disse prosjektene har vist dramatiske forbedringer i livskvaliteten for både personer med demens og de ansatte. Kunst har bidratt til å styrke omsorgspersonalets forståelse av beboerne og understreket viktigheten av å integrere non-verbal kommunikasjon sømløst i daglige interaksjoner, forteller Skaife.*

Universitetslektor Charlotte Stav fra Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg, ledet en praktisk workshop om musikkbasert miljøbehandling. Deltakerne, som representerte både helse, kultur og barnehage, fikk en introduksjon til MMB og fikk prøve øvelser med bevegelse, sang og musikk.

– *Tilbakemeldingene fra deltakerne understreker hvor relevant musikkbasert miljøbehandling er som en universell kompetanse i relasjonsarbeid, uavhengig av alder eller profesjon, sier Stav.*

4.7.2 Demenskor-seminar

Nasjonalt nettverk for musikk og eldrehelse arrangerte et seminar om demenskor i Trondheim i juni. Målet var å skape faglig påfyll, erfaringsdeling, inspirasjon og nettverksbygging.

– Det er et fantastisk engasjement der ute, men mange demenskor driftes veldig ulikt. Vi ønsket å samle feltet og diskutere hvordan vi kan gjøre dette bærekraftig, sa Beatrix van Doorn, leder for Sang i eldreomsorgen, og leder for Nasjonalt nettverk for musikk og eldrehelse.

Det ble delt erfaringer fra etablerte kor, praktiske musikktiltak og gode råd om hvordan man kan etablere og drifte et demens- eller helsekor. Seminaret samlet erfaringer fra flere kor: Demenskor Vest, Buen helsekor, Hølonda helsekor, Gnist demenskor og Fredrikstad demenskor.

Over 60 deltakere, inkludert fagfolk, ildsjeler, frivillige og pårørende, kom fra hele landet og en deltaker var fra Sverige. Deltakerne satte pris på å møtes, dele erfaringer, bygge nettverk og få inspirasjon og ny kunnskap om hvordan forskjellige kor organiseres.

Programmet for dagen

- Musikk midt i magen! Å bruke musikken til gode for koristene. Solgunn Knardal
- Helsekor + kommune = sant? Charlotte Stav og Albert Verhagen
- Opptreden med demenskoret Gnist. Musikalsk leder Ivar Glasø og dirigent Mari Hetling Bakken
- Kor som varer. Om organisering, ledelse og drift. Tone Kvamme.
- Demenskor som superkraft. Eline Smith.
- Panelsamtale med innleggsholderne ledet av Kristi Stedje.

Spørsmålene fra deltakerne skapte gode diskusjoner og deltakerne fikk innsyn i ulike problemstillinger fra flere innfallsvinkler.

Nasjonalt nettverk for musikk og eldrehelse består av følgende organisasjoner: Norges musikkhøgskole/Cremah, Nasjonalt senter for aldring og helse, Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg, Universitetet i Bergen/GAMUT, Polyfon



Gjennom sine foredrag viste musikkterapeut Solgunn Knardal, kommunalsjef for helse og velferd Albert Verhagen og Gnist demenskor hvor viktig musikk er for helsen vår.



Publikum var tydelig inspirert etter seminaret.

kunnskapsklynge for musikkterapi, NKS Olaviken alderspsykiatriske sykehus, USHT Vestland, Norsk forening for musikkterapi og Sang i eldreomsorgen.

– Det var spesielt fint å høre kommunalsjefen i Melhus kommune snakke om helsekorene, og hvordan kommunen, til tross for trang økonomi, verdsetter korene og satser videre, fortalte musikkterapeut Emelina Lindberg Palmenäs

4.7.3 Rom for drømmer: Kunst og kulturformidling til eldre

I samarbeid med Verdighetsenteret, Bergen kommune og KODE, arrangerte kompetansesenteret i august et kunstseminar for eldre i Bergen. Seminaret *Rom for drømmer* bød på kunstneriske opplevelser, refleksjoner og praksiseksempler. Hele 117 deltakere fra hele landet møttes. Opptaket ble publisert på YouTube.

Programmet bestod av foredrag, panelsamtaler, workshops, kunstformidling og musikalske innslag. Deltakerne satte pris på variasjonen mellom teori og praksis, og på at kunst og kultur både ble diskutert og kunne oppleves gjennom dagen. Mange opplevde seminaret som en bekreftelse på at kunst og kultur har en viktig og fremtidsrettet plass i eldreomsorgen. Det ble løftet fram hvor avgjørende det er å samle folk som deler denne forståelsen, både for å få ny inspirasjon og for å bygge nettverk på tvers av kommuner og fagfelt. To kunstnere i 60-årene, musikeren Gabriel Fliflet og danseren Anna Nordanstedt, tok et oppgjør med nedlatende holdninger til alderdommen, med humor, dans og musikk. Kunstnerne opplever at de har mer erfaring, kompetanse og trygghet enn før – og at de er modigere i møte med publikum.

– Det gleder meg, da gir jeg litt ekstra! sa Quarles van Ufford. Som frivillig besøksvenn i Røde Kors leder pensjonisten sang og bevegelse som gir glede til fellesskapet og skaper ekte kontakt.

Tilbakemeldingene var unisone på ett område: Seminaret møtte et viktig behov. Mange uttrykte ønske om at *Rom for drømmer* skal bli en fast, årlig møteplass for alle som arbeider med, eller brenner for kunst og kultur for eldre. Arrangørene ønsker å invitere til nytt seminar, og er også i gang med arbeidet for å danne et nettverk for kunst og kulturformidling i eldreomsorgen.



Over 110 deltakere fra hele landet møttes i Bergen 21. august for å lære mer om hvordan kunst og kultur kan gi fellesskap, minner og livskvalitet – også for de mest sårbare. Foto: Anette Basso

Seminaret ble fulgt opp av en kronikk i Dagsavisen av Løseth, Stranden og Breistein med tittelen "Å leve lenge er ikke alltid det samme som å leve godt", som fremhevet at kunst og kultur kan gi robusthet, mestring og tilhørighet i alderdommen. Det er viktige faktorer for god psykisk helse.

4.7.4 Lillestrøm kulturkonferanse: Kunsten og kulturens betydning i eit liv

I oktober møttes kunstnere, helsearbeidere, kulturaktører, forskere og frivillige organisasjoner på Lillestrøm kulturkonferanse med temaet *Kunsten og kulturens betydning i eit liv*.

Lillestrøm kommune inviterte med kompetansesenteret til å arrangere årets kulturkonferanse som hadde fokus på kunsten og kulturens betydning for et menneske gjennom et helt liv. Programmet besto av engasjerende foredrag, panelsamtaler og inspirerende kunstopplevelser. Konferansen bød på flere spennende bidragsyttere som belyste kulturens rolle for trivsel, inkludering og samfunnsutvikling. Flere ansatte på kompetansesenteret holdt foredrag og presenterte prosjekter der musikk og bevegelse brukes som miljøbehandling for å styrke mestring og relasjoner i helse- og oppvekstsektoren.

Vegar Rangul, førsteamanuensis ved NTNU og ansatt på kompetansesenteret, holdt foredrag om hvordan vi kan bygge robuste samfunn gjennom «ABC for god psykisk helse», og hvorfor kunst og kultur kan fremme både mental og fysisk helse.

– Studier vi har gjort i HUNT-undersøkelsen, viser at kulturengasjement er en helsefremmende ressurs og et viktig forebyggende tiltak, både individuelt og samfunnsmessig. Resultatene understreker behovet for å integrere kultur som del av folkehelsearbeidet og politikk, og å legge til rette for bred deltakelse i kulturaktiviteter på tvers av alder, kjønn og sosiale grupper, sier Rangul.



Den fjerde utgaven av Lillestrøm kulturkonferanse satte søkelys på kunsten og kulturens betydning for mennesker gjennom et helt liv. Foto: Siri Ann Gabrielsen.

4.7.5 Kvinnehelse i bevegelse – kunst, forskning og erfaring

Dans i Trøndelag initierte et arrangement om kvinnehelse i Levanger og Steinkjer, i samarbeid med Steinkjer bibliotek, Steinkjer kulturhus, Nord universitet (skuespillerutdanninga) og Steinkjer unge kvinners sanitetsforening. Et tverrfaglig møte på scenen utforsket kvinners erfaringer med kropp, helse og livets mange roller:

- Filmvisning: *Losing Nobody* av filmskaper Denise Hauser
- Foredrag om kvinner, sykefravær, deltid og skiftarbeid ved forsker Kari Ingstad
- Danseforestilling: *Revisiting Solo* med dansekunstner Nina Wollny
- Høytlesing med forfatter Liv Bjørnhaug Johansen
- Panelsamtale ledet av Kari Ingstad

Det ble satt fokus på hvordan kunst kan hjelpe oss å forstå og snakke om kvinners helseerfaringer, som fødsel, tap, aldring og usynlige sykdommer, på en ny og kraftfull måte. Deltakerne fikk delta i en dyp og berørende refleksjon over hva det vil si å være kvinne i dagens helsevesen.

Veien videre blir å fortsette arbeidet med å synliggjøre kvinnehelse gjennom kunst, forskning og dialog, og styrke åpenhet rundt temaer som tradisjonelt har vært tabubelagt. Det skapes et grunnlag for videre samtaler, samarbeid og utvikling av tiltak som kan gi bedre forståelse, tjenester og arbeidsvilkår for kvinner.

4.7.6 Nettverk for dans og helse

Nettverk for dans og helse er initiert av Nasjonalt senter for kultur, helse og omsorg, Dans i Trøndelag, NODAK – Norsk Forening for Danseterapi- og Kreative kroppsuttrykk og SANS – Senter for dansepraksis.

Målet er å være et nettverk for alle som jobber med dans og helse ved å:

- dele og diskutere metoder, praksiser og forskning
- arrangere fysiske og digitale nettverkssamlinger
- informere om aktuelle kurs og utdanninger

I 2025 arrangerte vi et digitalt oppstartsmøte, et fysisk møte i Oslo som diskuterte hvordan nettverket skulle organiseres og hvilke aktiviteter medlemmene ønsket, og to digitale medlemsmøter der medlemmer delte sine erfaringer med hverandre. Det ble 61 registrerte medlemmer i 2025, og 116 medlemmer i en privat Facebook-gruppe.



Hva vil det si å være kvinne i dagens helsevesen? Gjennom ulike perspektiver satte dansekunstner Nina Wollny, forfatter Liv Bjørnhaug Johansen, forsker Kari Ingstad og filmskaper Denise Hauser fokus på kvinnehelse.

5.0 Markedsføring

I 2025 har senteret videreført sitt arbeid med å formidle relevant forskning, fagkunnskap og informasjon om musikkbasert miljøbehandling, samt videreutdanninger, kurs og seminarer. Målet for året har vært å styrke kjennskapen til senteret og tilbudene våre blant målgruppene, relevante fagmiljøer og samarbeidspartnere. Dette har vi gjort gjennom bruk av gode situasjonsbilder, erfaringsdeling og aktiv publisering i ulike kanaler.

Formidlingen har skjedd gjennom flere digitale kanaler: Facebook, LinkedIn, YouTube, nyhetsbrev og egen hjemmeside.

Gjennom jevnlig publisering av oppdatert og målrettet innhold har senteret nådd ut til både etablerte fagmiljøer, nye samarbeidspartnere og andre interesserte. Kanalene brukes i samspill, der nettsiden fungerer som hovedplattform, mens sosiale medier og nyhetsbrev bidrar til å drive trafikk, synlighet og dialog med målgruppene.

5.1 HJEMMESIDE

Hjemmesiden er en sentral plattform for formidling av kunnskap, informasjon om prosjekter og tilgjengelige ressurser. Etter lanseringen av ny hjemmeside 28. november 2024 har utviklingsarbeidet fortsatt gjennom 2025, med løpende forbedringer av SEO, innhold, fagressurser og funksjonalitet for å gjøre nettsiden lettere tilgjengelig for brukerne.

Like før sommeren ble en engelsk versjon av nettsiden publisert. Her er det valgt et mer begrenset og målrettet innholdsutvalg, med særlig vekt på informasjon som er relevant for et internasjonalt publikum og potensielle samarbeidspartnere. Statistikken viser at vi hadde brukere fra store deler av verden, med Norge, USA, Tyskland, Danmark, Irland, Sverige, Kina, Storbritannia, Nederland og Finland blant de ti landene med flest besøk.

2025 er det første hele året med full drift og datainnsamling på hjemmesiden som hadde følgende nøkkeltall:

- Besøk: 15 925
- Sidevisninger: 35 283
- Unike sidevisninger: 28 008
- Gjennomsnittlig besøksvarighet: 1 minutt og 59 sekunder
- Søk på nettsiden: 338 ganger (211 unike nøkkelord)

De mest besøkte sidene, målt i unike sidevisninger, var nyhetsartikler (8 004), forsiden (5 162), aktiviteter (3 691), ressursbanken (2 248) og prosjektsidene (1 272). Dette viser at nettsiden brukes aktivt som kunnskaps- og ressursbank, og at både løpende nyheter, kurs og aktiviteter og varige ressurser er etterspurt. I løpet av 2025 ble det publisert 45 nyhetssaker, hvorav seks var intervjuer med studenter fra videreutdanningene i «Musikkbasert miljøbehandling» og «Kunst og kultur i helse og omsorg». Slike saker bidrar både til å synliggjøre studieprogrammene og til å formidle erfaringer fra praksisfeltet, og statistikken viser at disse sakene gjør det godt i sosiale medier.

Trafikken fordeler seg med 53 % direkte treff, 24 % fra søkemotorer, 12 % fra sosiale medier, 6 % fra kampanjer og 5 % fra andre nettsteder. Dette viser at nettstedet nås både gjennom direkte besøk, aktiv deling i sosiale medier og nyhetsbrev, samt organiske søk.

5.2 SOSIALE MEDIER

Senteret har i løpet av 2025 opprettholdt en stabil tilstedeværelse på Facebook, LinkedIn og YouTube, med moderat vekst i følgere og engasjement. Kanalene brukes primært til å formidle faglig innhold, kurs og arrangementer, samt til å dele innhold fra nettsiden i mer tilgjengelige formater.

Senteret administrerer to Facebook-sider og én Facebook-gruppe. Ved utgangen av 2025 hadde sidene «Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg» og «Musikkbasert miljøbehandling» til sammen 10 950 følgere (+1,58 %). Trafikktallene viser en positiv utvikling, med økning i besøk, visninger og samhandling (reaksjoner, kommentarer og delinger) på begge sidene, noe som tyder på at innholdet oppleves som relevant og nyttig for målgruppen.

Den lukkede Facebook-gruppen «Erfaringsdeling Musikkbasert miljøbehandling» hadde 1 384 medlemmer ved årets slutt (+ 9,58 %). Gruppen ble opprinnelig opprettet som en arena for faglig erfaringsdeling, men har de siste årene hatt lav aktivitet og har i større grad blitt brukt som en kanal for informasjon og lenkedeling. I 2026 vil senteret derfor se nærmere på hvordan gruppen kan brukes mer målrettet til erfaringsutveksling og faglig dialog.

LinkedIn brukes primært som kanal for formidling mot fagmiljøer, samarbeidspartnere og beslutningstakere. På LinkedIn hadde senteret 244 følgere (+ 16,75 %) ved utgangen av 2025, og antallet organiske visninger økte til 4 281 (+14,59 %). Den jevne veksten i både følgertall og visninger indikerer at innholdet når ut til flere sentrale målgrupper og bidrar til økt synlighet for senterets arbeid.

I 2025 ble det publisert 13 nye filmer på senterets YouTube-kanal, hvorav to er skjult for offentligheten, og kun brukes i interne sammenhenger. Syv av filmene tilhører prosjektet *I bevegelse*, mens to er knyttet til musikkbasert miljøbehandling. Totalt inneholder kanalen nå 35 filmer. Filmene brukes både som faglig ressursmateriale, instruksjonsvideoer og som støttemateriell i undervisnings- og formidlingssammenheng.

Det var filmene fra *I bevegelse* som hadde flest visninger gjennom året. De tre mest sette filmene var «Berøre» (1 446 visninger), «Danse» (1 163 visninger) og «Omfavne» (1 103 visninger), noe som tyder på at innholdet oppleves som relevant og anvendbart for målgruppen.

Som året før økte engasjementet på kanalen gjennom året. Kanalen hadde 2 379 avspillinger (+33,3 %) og 10 031 visninger (+ 6,3%). Klikkfrekvens var 6,9 % (ned fra 7,3 % i fjor) og antall abonnenter var 14 ved årets slutt (- 4 stk). Nedgangen i antall abonnenter kan indikere at kanalen i større grad brukes som en ressursbank enn som en kanal brukerne aktivt følger over tid, samtidig som økningen i visninger og avspillinger totalt viser en tydelig vekst i bruken av innholdet.

Samlet sett viser tallene for 2025 at senteret hadde en stabil og relevant tilstedeværelse i sosiale medier, med økende bruk av innholdet og positiv utvikling i engasjement på tvers av plattformene.

5.3 NYHETSBREV

Senterets nyhetsbrev er sentral i markedsføringsstrategien og fungerer som en forlengelse av øvrige digitale kanaler. Gjennom nyheter, fagstoff og informasjon om kurs og arrangementer når nyhetsbrevet ut til abonnenter som aktivt har vist interesse for senterets arbeid. Nyhetsbrevet bidrar til konkrete resultater i form av forespørsler, påmeldinger til kurs og seminarer, samt henvendelser fra enkeltpersoner.

I 2025 ble det sendt ut 10 nyhetsbrev, med en gjennomsnittlig åpningsrate på 42,09 % og en klikkrate på 14,66 %. Ved utgangen av året hadde nyhetsbrevet 1 777 abonnenter. Til sammenligning ble det i 2024 sendt ut 8 nyhetsbrev, med en gjennomsnittlig åpningsrate på 43,33 %, klikkrate på 19,76 % og 1852 abonnenter. Nedgangen i antall abonnenter inkluderer både aktive avmeldinger og e-postadresser som ikke lenger er gyldige, og gir et mer oppdatert bilde av den reelle mottakergruppen.

Åpningsraten har likevel vært stabil (42-44 %) siden starten i 2022, noe som indikerer et lojalt og engasjert kjernepublikum. Samtidig viser den reduserte klikkraten at det er potensial for å videreutvikle innhold og struktur i nyhetsbrevet, samt behov for en gjennomgang av utsendelsestidspunkt.

6.0 Synlighet og påvirkning

6.1 ARRANGEMENTER

Arrangementene nådde over 1450 deltakere, inkludert 370 digitale deltakere

1. NEW 2025: Nord entertainment week: an International Conference focusing on entertainment as a catalyst to develop new ideas and perspectives across multiple disciplines and faculties, Nord universitet Levanger, 4.-6. februar, ca. 250 deltakere
2. Samlingsbasert kurs i MMB, Solbakken sykehjem, 28.-29. januar, 22.-26. februar, 10. april, Bærum, 16 deltakere
3. Samlingsbasert kurs i MMB, Trondhjems hospital, 11.-12. februar, 18.-19. mars, 29. april, Trondheim, 22 deltakere
4. Exploring Creative Wellbeing Frameworks in Context, Nordic Arts & Health Research Network digital meeting on 11 February 2025, 20 participants
5. Arts on Prescription, 26.-27. mars, Gardermoen, 40 deltakere
6. Erfaringsseminar MMB 8.-9. april, Lillestrøm, 64 deltakere
7. Nettverk for dans og helse, digitalt oppstartsmøte, Dansens dag 29. april, 25 deltakere
8. Nettverk for dans og helse, medlemsmøte 6. mai, Oslo, 18 deltakere
9. Nordic Arts & Health Research Network online morning coffee meeting: Arts on Prescription. 27 mai, 18 deltakere (7 Finland, 6 Sverige, 2 Danmark, 2 Norge, 1 UK)
10. I bevegelse, seminar for uttesting av Bevegelse for oppmerksomhet, 12. juni Levanger, 9 deltakere
11. I bevegelse, seminar for uttesting av Bevegelse for oppmerksomhet, 16. juni Oslo, 7 deltakere
12. Seminar om demenskor, 18. juni, Trondheim, 60 deltakere
13. Rom for drømmer – kunst og kulturformidling til eldre, 21. august, Bergen, 117 deltakere fysisk, 276 digitale deltakere (strømming/avspilling)
14. Samlingsbasert kurs i MMB, Grefsenhjemmet Oslo, 4.-5. september, 9.-10. oktober, 14. november, 18 deltakere
15. Digitalt nettverkstreff, Nettverk for dans og helse, 18. september, 10 deltakere
16. Arts Supporting Mental Health and Wellbeing, Nordic Arts & Health Research Network meeting on 30 September – 1 October 2025, Turku, Finland, sammen med Culture and Health Conference, Culture and Health Platform, 170 deltakere 30. september, 15 deltakere 1. oktober, hybrid medlemsmøte, 20 deltakere
17. Lillestrøm kulturkonferanse, Hva slags betydning har kunst og kultur egentlig i menneskets liv? 23. oktober, Lillestrøm, 180 deltakere

18. Kvinnehelse i bevegelse- kunst, forskning og erfaring, 10.november, Nord Universitet, Levanger, 47 deltakere
19. Kvinnehelse i bevegelse- kunst, forskning og erfaring, 11. november, Steinkjer kulturhus, 27 deltakere
20. Digitalt nettverkstreff, Nettverk for dans og helse, 18. november, 8 deltakere
21. Nordic Arts & Health Research Network digital meeting, Presentation of recent PhD thesis: The roles of Music in the well-being of autistic adults (Korošec, 2024), Fostering creative well-being Theoretical models of collaborative partnerships in developing arts health practices for older adults (Lee, 2025), 12. desember, 13 deltakere



Kultur på resept: Deltakerne viste stort engasjement under seminaret.



Nord Entertainment Week: Geir Olve Skeie fortalte om og viste med musikalske innslag hvordan musikk påvirker hjernen.



Seminar om demenskor: Universitetslektor Charlotte Stav og kommunalsjef Albert Verhagen presenterte arbeidet med helsekor i Melhus kommune.

6.2 PRESENTASJONER

Presentasjonene nådde totalt over 4300 deltakere, inkludert 1 585 digitale

1. Charlotte Stav: Musikk og helse i miljøtiltak, Musikkpedagogdagen 2025, Tema: Musikk i helse – helse i musikk, Norges musikkhøgskole, 9. januar, digital deltakelse, 90 deltakere
2. Charlotte Stav og Camilla Stafne: Musikkbasert miljøbehandling i barnehagen, Styremøte for barnehagene i Melhus kommune, Melhus 30. januar, 17 deltakere
3. Charlotte Stav: Workshop i musikkbasert miljøbehandling – hvordan bruke musikk for relasjonsbygging og kommunikasjon, Nord Entertainment Week (NEW 2025), Levanger 5. februar, 12 deltakere
4. Marit Stranden: Kultur er medisin – hjertemedisin. Hjertemedisin vol. 3; Panelsamtale om livskvalitet og kultur, Fond for unge ALS-rammede som ønsker et Aktivt og Normalt liv, 8. februar, 50 deltakere
5. Helene Waage: Hverdagssang og Musikkbasert miljøbehandling – for økt livskvalitet og gode relasjoner, Nasjonal konferanse i alders- og sykehjemsmedisin, Alta 18. mars, 100 deltakere
6. Anita Jensen: International research and experiences from Region Skåne, Arts on Prescription (AoP) in the Nordic countries, seminar 26. mars, Gardermoen, 40 deltakere

7. Marit Stranden: Kulturdeltakelse og folkehelse, Kulturell beredskap, 80 år etter frigjøringsdagen, Trondheim Jazzfestival, 8. mai, 80 deltakere
8. Vegar Rangul: ABCs of mental health: Is cultural engagement good for mental and physical health? The HUNT Study, Norway, Göteborg, 14th Nordic Public Health Conference, 14. mai, 150 deltakere
9. Marit Stranden, Helene Waage, Charlotte Stav, Kari-Anne Bjerkestrand, Line Kanaris og Vegar Rangul: Culture-based care: Systematic relational caregiving and wellbeing, poster presentation, Göteborg, 14th Nordic Public Health Conference, 14.-15. mai, 600 deltakere
10. Anita Jensen: Healthier together: the evidence and impact from Arts on Prescription programmes, Nordic Arts & Health Research Network online morning coffee meeting: Arts on Prescription, 27 mai, 18 deltakere
11. Helene Waage: foredrag Musikk og demens, Nes menighetshus, Midt-Telemark 27. mai, 51 tilhørere
12. Marit Stranden: Presentasjon av kompetansesenteret til Nasjonalt kompetansesenter for psykisk helsearbeid (NAPHA), 28. mai, NTNU Samfunnsforskning, Trondheim, 6 deltakere
13. Steinar Krokstad, Vegar Rangul: Kultur og helse i HUNT + ABC, Healing Arts – Hvordan kan kunst bidra til bedre folkehelse?, arrangert i samarbeid mellom forskningsprosjektet Poetics of Space, ledet av Michael Duch (Institutt for musikk, NTNU), og satsingsområdene NTNU Helse og livsvitenskap og NTNU Fellesskap, Trondheim, 6. juni, 80 deltakere
14. Marit Stranden: Norwegian Resource Centre for Arts and Health, political anchoring of the national centre and the national training program of culture-based care, Healing Arts – Hvordan kan kunst bidra til bedre folkehelse?, satsingsområdene NTNU Helse og livsvitenskap og NTNU Fellesskap og forskningsprosjektet Poetics of Space, 6. juni, Trondheim, 80 deltakere



Arendalsuka: Anita Jensen deltok i debatten "Kan kultur hindre utenforskap?". Foto: Rådet for psykisk helse.



Lillestrøm kulturkonferanse: Førsteamanuensis Helene Waage presenterte musikkbasert miljøbehandling - hva det er og hva MMB kan bidra til. Foto: Siri Ann Gabrielsen.



Nord Entertainment Week: Universitetslektor Charlotte Stav tar deltakerne gjennom enkle MMB-øvelser.

15. Charlotte Stav og Albert Verhagen: Helsekor + kommune = sant? Seminar om demenskor, Nasjonalt nettverk for musikk og eldrehelse, Trondheim 18. Juni, 60 deltakere
16. Vegar Rangul: Kultur og helse i HUNT, Framtidsfredag, Stiftere: Steinkjer kommune, Sparebank1 SMN, NTE, Trønder-Avisa og Steinkjerfestivalen, i tett samarbeid med Trøndelag fylkeskommune og Nord universitet, Steinkjer, 20 juni, 100 deltakere
17. Marit Stranden: Levende tradisjoner som sosial bærekraft, Seminar Tradisjon og utvikling, Setesdalsfestivalen, 1. august (opptak), 30 seminar deltakere, 16 opptak i etterkant
18. Torbjørn Urfjell (ordstyrer), Anita Jensen, Sunniva Solheim, Joachim Kjennerud, Tove Gundersen: Debatt: Kan kultur hindre utenforskap? Kulturdirektoratet, Arendalsuka, 14. august
19. Marit Stranden: Kunst og kultur kan fremme helse, mestring og livskvalitet. Rom for drømmer – kunst og kulturformidling til eldre, Kode, Bergen kommune, Verdighetsenteret og Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg, Bergen/strømmes, 21. august, 117 deltakere fysisk, 276 digitale deltakere
20. Gabriel Fliflet (musiker) i refleksjonssamtale med Anna C. Nordanstedt (danser): «Kunsten og levd liv», «Hvordan er det å eldes som aktiv kunstner? Hvilken betydning har årene med erfaring på formidlingen?»», Rom for drømmer – kunst og kulturformidling til eldre, Kode, Bergen kommune, Verdighetsenteret og Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg, Bergen/strømmes, 21. august, 117 deltakere fysisk, 276 digitale deltakere
21. Anna C. Nordanstedt: paneldeltaker Den kulturelle spaserstokken i Vestland, Rom for drømmer – kunst og kulturformidling til eldre, Kode, Bergen kommune, Verdighetsenteret og Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg, Bergen/strømmet, 21. august, 117 deltakere fysisk, 276 digitale deltakere
22. Anna og Co: 2x Workshop: Hvordan samskape kunst med de eldste? Rom for drømmer – kunst og kulturformidling til eldre, Kode, Bergen kommune, Verdighetsenteret og Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg, Bergen/strømmes, 21. august, 40 deltakere
23. Charlotte Stav: Musikkbasert miljøbehandling – metoder og verktøy i eldreomsorgen, Aldring og helse dagene 2025, 16.-17. september, Oslo, 210 deltakere, 150 digitale deltakere
24. Marit Stranden, Kari Anne V Bjerkestrand, Line Kanaris-Klein, Ingrid Sørdal Følling, Ann Karin Orset: In Motion – developing a guide that use dance artists' embodied experience to make movements accessible and safe, Culture and Health Forum and Nordic Arts and Health Research Network Meeting, Turku, 29. september – 1. oktober, 60 deltakere
25. Vegar Rangul: Å bygge robuste samfunn gjennom ABC for god psykisk helse: Kunsten og kulturens rolle i å fremme mental og fysisk helse, Lillestrøm kulturkonferanse 2025, 23. oktober, 180 deltakere

26. Helene Waage, Charlotte Stav, Marit Stranden og Kari Anne V. Bjerkestrand: Kulturbaserte tiltak og musikkbasert miljøbehandling som fremmer mestring, livskvalitet og gode relasjoner i helse- og oppvekstsektoren, Lillestrøm kulturkonferanse 2025, 23. oktober, 180 deltakere
27. Charlotte Stav: Helsekor med Musikkbasert miljøbehandling som metode, Konferansen Frivillighet og aktivitet i eldreomsorg, Verdighetsenteret, 5.-6. november, Oslo, 124 deltakere
28. Anna C. Nordanstedt, Anna & Co: Bevegelsesveilederen i forbindelse med Skogendanseforestilling for de eldste på omsorgsbasene Kirkeparken omsorgssenter, Rypefjord og Utsikten i Hammerfest kommune, 5. og 6. november, 10 deltakere
29. Anna C. Nordanstedt, Anna & Co: Å skape kunst for et eldre publikum, del av ISOBAR-Standing in Work as an Artist: Between Body, Politics and Time, Dansefestival Barents, 8. november 2025, 15 deltakere
30. Marit Stranden: Kultur og folkehelse – forskning og prosjekter – politikk og planverk, HEL5018 Lokalt folkehelsearbeid, Master folkehelse, Nord universitet, Levanger, 18. november, 20 deltakere
31. Anita Jensen: Art as a Resource for Health and Care, Caring for Audiences: Shifting Paradigms in Art Museums Around the World, The international conference on art mediation, 20.-21. november, Nasjonalmuseet, Oslo, ca. 100 deltakere + 483 digitale <https://www.youtube.com/live/PrLf3NTtayU?t=10060s>
32. Marit Stranden: Kulturbaserte tiltak og musikkbasert miljøbehandling som fremmer mestring, livskvalitet og gode relasjoner i helse- og oppvekstsektoren – erfaringer fra samarbeid med kulturskolerådet, videregående, fagskole, kommuner og barnehager, Nord Universitet, SKK: System for kompetanse- og karriereutvikling for ansatte i barnehage og skole, 11. desember, 9 deltakere: faglige koordinatore og faggruppeledere.

6.3 PUBLIKASJONER

1. Følling, I. S., & Sandvik, R. K. N. (2025). "We can solve the hardest challenges with just singing" – A qualitative study of health personnel's experiences of music-based care (MBC) in nursing homes. *Nordic Journal of Arts, Culture and Health*. <https://doi.org/10.18261/njach.7.1.2>
2. Jensen, A., & Brorsson, A. (2025). Healthier together: How arts on prescription can promote psychosocial wellbeing: A qualitative study. *BMC Primary Care*, 26, 100. <https://doi.org/10.1186/s12875-025-02800-6>
3. Jensen, A., Halling, A., Pirouzifard, M., & Lindström, M. (2025). Arts on prescription intervention for primary healthcare patients with poor mental health or social isolation: A mixed-method study. *BMC Primary Care*, 26(1), 155. <https://doi.org/10.1186/s12875-025-02866-2>

4. Jensen, A., Bungay, H., & Holt, N. J. (2025). Apples and oranges? The importance of recognizing heterogeneity in arts and health research publications. *Nordic Journal of Arts, Culture and Health*. <https://www.frontiersin.org/journals/publichealth/articles/10.3389/fpubh.2025.1670166/full>
5. Jensen, A. (2025) Ethics in Arts and Health practice. I: N. Holt, V. Tischler, E. Corvo, & S. Vougioukalou (Eds.), *Routledge handbook of arts and health* (pp. 444–454). Taylor & Francis.
6. Zhang, X., et al. (2025). Music-based care: A phenomenological study of music teachers' professional transformation through interdisciplinary learning in Norway [Manuscript submitted for publication].
7. Munkeby, H., Kvaløy, K., Kvistad, K. G., Kverkild, L. J., Midthjell, S. B., Rangul, V., Daling, G., Ryan, O. M., & Stranden, M. (2025, November 16). Musikk som medisin: Hvorfor helsepolitikken må lytte. *Trønder-Avisa*. <https://www.t-a.no/musikk-som-medisin-hvorfor-helsepolitikken-ma-lytte/o/5-116-2257121>
8. Myrenget, M.E., Sandvik, R., Borchgrevink, P. et al. (2026). The effect of a music-based care intervention on neuropsychiatric symptoms: secondary analysis of a cluster-randomised controlled study in nursing home residents with dementia and pain. *BMC Geriatrics*. <https://link.springer.com/article/10.1186/s12877-026-07301-4>.
9. Waage, H., Stav, C., & Homdrum, K. (n.d.). Musikkbasert miljøbehandling for eldre og personer med demens [Åpent temahefte; red. I. Molvik; planlagt publisert på Forlaget aldring og helse]. [Manuskript innlevert for publisering].
10. Aasan, B. E. V., Karlsen, H. R., Sund, E. R., Fancourt, D., & Rangul, V. (n.d.). Bidirectional association between leisure engagement and mental health over 11 years: Evidence from the HUNT Study [Manuskript innsendt].
11. Løkken, B. I., Sund, E. R., Merom, D., & Rangul, V. (n.d.). Differential engagement in cultural activities and socioeconomic, mental health, and life satisfaction among adults: The HUNT Study, Norway [Manuscript in preparation].
12. Følling, I. S., Klein, L. K., Bjerkestrand, K. A. V., Orset, A. K., & Stranden, M. (n.d.). In movement: Experiences with an open, arts-based movement guide for stress reduction and presence [Manuscript in preparation].

6.4 HØRINGSINNSPILL OG KOMMENTARER

1. Høringsinnspill til Innovasjons- og samskapingsutvalgets arbeid
2. Helsedirektoratets oppdrag om å utrede en "nasjonal aktivitetsgaranti" for eldre, 18. september
3. Høringsinnspill til Musikklandet NOU, frist 14. november
4. Høringsinnspill NOU 2025: 8 Folkehelse – verdier, kunnskap og prioritering, 22. desember

6.5 VERV OG REPRESENTASJONER

Marit Stranden:

1. Member of interim steering group, Nordic Arts & Health Research Network (2024–d.d.)
2. Nestleder arbeidspakke Helsekulturpedagogen, Universitetskulturskoleprosjektet Unikup, NTNU, inkludert postdoktorprosjekt (2024–2026)
3. Styremedlem i Folkehelsealliansen Trøndelag (2023–2026)
4. Eksternt medlem av studieprogramrådet ved masterprogrammet i folkehelse, NTNU (2024–2025)
5. Veluxfondene, evaluere søknad
6. Dance Articulated, fagfelleevaluering
7. Vara valgkomite, Krafttak for sang partnermøte 2026
8. Kulturdirektoratets fagkomite for immateriell kulturarv ([2021–] 2026)
9. Nyopprettet FoU-gruppe ved NTNU, Musikk som helseressurs og terapi

Kari Anne V. Bjerkestrand:

1. Bevegelsesglede, arbeidsgruppe, Norsk forening for folkehelse

6.6 STANDS OG PROFILERINGSAKTIVITETER

1. Erfaringsseminar MMB 8.–9. april, Lillestrøm. 64 deltakere
2. Rom for Drømmer – kunst og kulturformidling til eldre, Kode, Bergen kommune, Verdighetsenteret og Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg, 21. august, Bergen. 117 deltakere
3. Aldring og helse dagene 2025, 16.–17. september, Oslo. 210 deltakere
4. Folkehelsekonferansen, 16.–17. oktober, Nasjonalforeningen for folkehelsen, Kristiansand. 800 deltakere
5. Frivillighet og aktivitet i eldreomsorg, Verdighetsenteret, Oslo, 5.–6. november. 124 deltakere



Daglig leder Marit Stranden og universitetslektor Charlotte Stav stod på stand under Aldring og helse dagene 2025.

6.7 MEDIEOPPSLAG

1. 07.02. Musikk kan bidra til redusert uro og stress, bedre kommunikasjon og sosial deltakelse for brukere. Trønderbladet.

- 12.03. Pårørendes sang med mennesker med demens i hjemmet. Videntcenter for sang. <https://videntcenterforsang.dk/demenssang-i-hjemmet/>
- 08.04. Kan få kunst, kor og teater på resept. Klassekampen.
- 19.05. Eldresenter får skryt: – Har skjedd mye positivt med hverdagen. Trønderbladet.
- 27.05. Veilederen “I bevegelse – Bevegelse for egenomsorg” er lansert. Danseinformasjonen.
- 08.06. Hvis jeg får en demenssykdom, håper jeg de rundt meg setter på min spilleliste. Sykepleien.
- 13.06: – Innsparing vil bli til utgift. Trønderbladet.
- 18.06. Broren til Svein elsker helsekoret: – Har mye å si for oss alle at han har noe å se fram til. Avisa Gaula.
- 27.06. Hvis jeg får en demenssykdom, håper jeg de rundt meg setter på min spilleliste. Blogg.forskning.no
- 24.07. Se oversikt: Mange ledige studieplasser i Levanger. Innherred.
- 05.08. Mange studieplasser ledig både i Levanger og Steinkjer. Innherred.
- 14.08. Advarer mot klasseskille i kulturlivet. Inderøyningen.
- 22.08. Rom for drømmer, VestlandTV, <https://www.vstlnd.tv/nb/video/5497>
- 10.11. Kultur på resept testes ut i Norge. Klassekampen.
- 13.11. – Å ta musikk institusjonene ut av statsbudsjettet er et feilgrep. CREO.
- 16.11. Musikk som medisin: Hvorfor helsepolitikken må lytte. Trønderdebatt.
- 18.11. Fagfolk advarer mot kutt: – Et tilbakeslag for kunnskapsbasert omsorg. Trønder-Avisa.



7.0 Samarbeid

Senteret hadde kontakt og samarbeid med relevante miljøer lokalt, nasjonalt, nordisk og internasjonalt (beskrevet under de enkelte prosjektene). Dette omfattet sykehjem, kommuner, fylker, USHT-er, kompetansesentre, universiteter, frivillige organisasjoner og Norsk kulturskoleråd.

De nordiske samarbeidene knyttet seg særlig til tidsskriftet og forskernettverk, som også har medlemmer fra Australia og Storbritannia. I 2025 utvidet senteret sitt europeiske nettverk gjennom to Horizon søknader.



Senteret er medlem av:



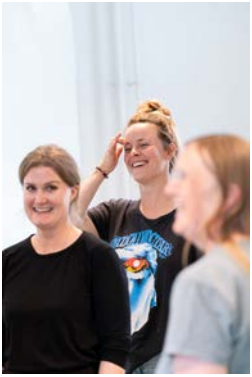
Nasjonalt nettverk for musikk og eldre helse



SLUTTNOTER

- 1 Myrenget, M.E., Sandvik, R., Borchgrevink, P. et al. (2026). The effect of a music-based care intervention on neuropsychiatric symptoms: secondary analysis of a cluster-randomised controlled study in nursing home residents with dementia and pain. *BMC Geriatrics*. <https://link.springer.com/article/10.1186/s12877-026-07301-4>
- 2 Følling, I. S., & Sandvik, R. K. N. (2025). "We can solve the hardest challenges with just singing" – A qualitative study of health personnel's experiences of music-based care (MBC) in nursing homes. *Nordic Journal of Arts, Culture and Health*. <https://doi.org/10.18261/njach.7.1.2>
- 3 Nordic Arts, Culture and Health. (n.d.). Turku University of Applied Sciences. <https://nordicartshealth.turkuamk.fi/>
- 4 Norwegian University of Science and Technology. (n.d.). HUNT Study. <https://www.ntnu.no/hunt>
- 5 Åsvold, B. O., Langhammer, A., Rehn, T. A., Kjelvik, G., Grøntvedt, T. V., Sørgerd, E. P., Fenstad, J. S., Heggland, J., Holmen, O., Stuijbergen, M. C., Vikjord, S. A. A., Brumpton, B. M., Skjellegriind, H. K., Thingstad, P., Sund, E. R., Selbæk, G., Mork, P. J., Rangul, V., Hveem, K., Næss, M., Krokstad, S. (2023). Cohort profile update: The HUNT Study, Norway. *International Journal of Epidemiology*, 52(1), e80–e91. <https://doi.org/10.1093/ije/dyac095>
- 6 Rangul, V., Holmen, T. L., Langhammer, A., Ingul, J. M., Pape, K., Fenstad, J. S., & Kvaløy, K. (2024). Cohort profile update: The Young-HUNT Study, Norway. *International Journal of Epidemiology*, 53(1), dyae013. <https://doi.org/10.1093/ije/dyae013>
- 7 Løkken, B. I., Merom, D., Sund, E. R., 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://doi.org/10.1371/journal.pone.0248332>
- 8 Løkken, B. I., Merom, D., Sund, E. R., 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. *Journal of Epidemiology & Community Health*, 74, 624–630. <https://doi.org/10.1136/jech-2019-213313>
- 9 Løkken, B. I., Sund, E. R., Krokstad, S., et al. (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*, 13, e068004. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2022-068004>
- 10 ABC for God psykisk helse. (n.d.). <https://www.abcforgodpsyiskhelse.no/>







Kultur, helse og omsorg

NASJONALT KOMPETANSESENTER

PARTNERSKAPET:

