



KULTUR OG SUNDHED STYRKER SUNDHED HOS DET HELE MENNESKE

STINE LINDAHL JACOBSEN, PHD



AALBORG UNIVERSITET

NORDJYSK CENTER FOR KULTUR OG SUNDHED

Nordjysk Center for Kultur og Sundhed

3 hovedområder

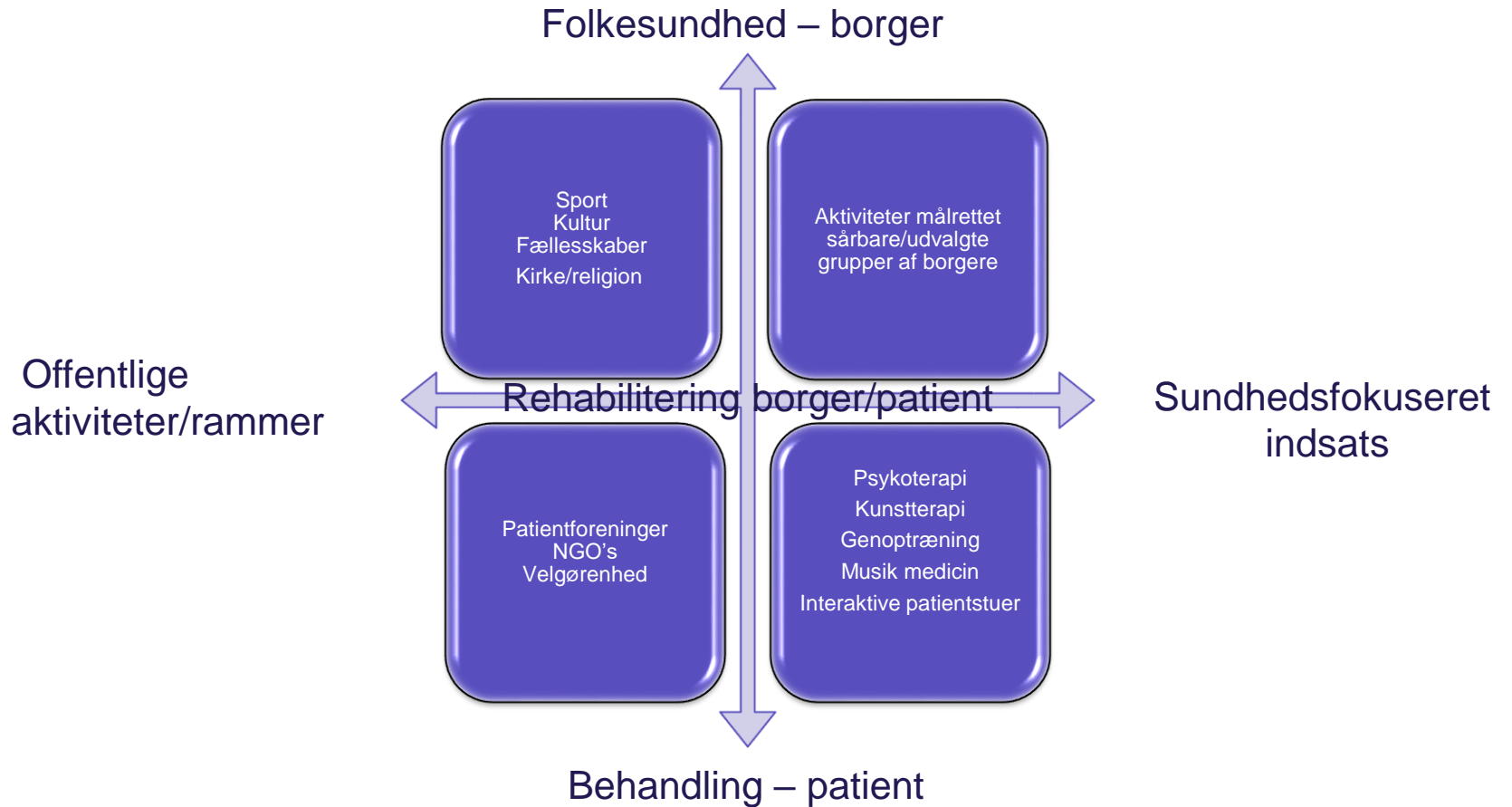
- Styrke forskning, samle og skabe viden
- Styrke praksisimplementering gennem formidling & kompetenceløft
- Styrke samfundets udbytte gennem opbygning af tværfelt

- Aktiviteter: forskning, formidling & uddannelse

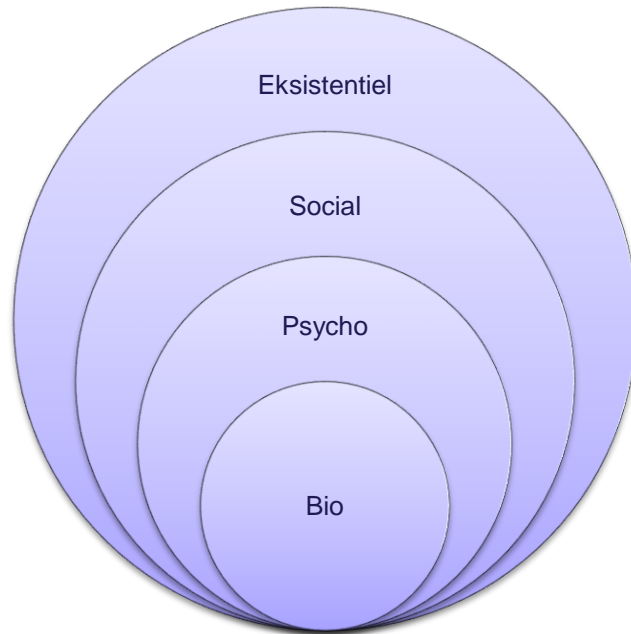
- www.nocks.aau.dk



FELTET KULTUR OG SUNDHED



DET HELE MENNESKE



WHO RAPPORT - kulturens effekt

(Fancourt & Finn, 2019; Jensen; 2018)

Refererer til 900 publikationer, 200 reviews og 3000 undersøgelser.

Mest omfattende evidensgennemgang af kultur og sundhed til dato.

- Øget Livskvalitet
- Øget selveffektivitet
- Øget oplevelse af mestring
- Bedre følelsesmæssig regulering
- Reduceret ensomhed og isolation
- Udvikling af kognitive, motoriske, kommunikative og sociale færdigheder



**World Health
Organization**

KULTURENS VIRKEMIDLER

- Fremmer æstetisk engagement og fantasi
- Aktiverer sanser og følelser
- Stimulerer kognition
- Letter social interaktion og fysisk aktivitet



HVORDAN VIRKER DET?

FØLELSESLIV & MENING

- Kunst og kultur kan motionere vores følelsesliv og tilføre mening
- Vi bliver berørte og forholder os til os selv, livet og hinanden.
- Vi bliver mindet om hvad det vil sige at være menneske
- Vi finder ind til det meningsfulde



HVORDAN VIRKER DET?



MEDSKABER & MESTRING

- At udtrykke sig giver selvtillid og mestringsfølelse
- At blive set og hørt giver selvværd
- At være medskaber giver ejerskab og ansvarsfølelse
- At samarbejde styrker sociale færdigheder



HVORDAN VIRKER DET?

FÆLLESSKABET

- At dele æstetiske oplevelser danner fællesskaber & tilhørsforhold
- At være sammen om noget meningsfyldt giver sammenhold
- Meningsfyldte fællesskaber danner ofte livslange relationer



Demenscenter Skovgården



- Musik og demens – en helhedsorienteret tilgang
- Plejepersonale trænes i fokus på det hele menneske ved hjælp af musik og sang
- Ramme, regulering & relation
- Mere livskvalitet og værdighed
- Mere arbejdsglæde



Kulturvitaminer for unge

- Unge på kanten af uddannelse
- Deltagerne kommer på hold af 12 deltagere, som skal igennem et 10-ugers forløb med tre ugentlige kulturaktiviteter
- Fotokunst, keramik og fællessang og meget mere
- Styrke mental sundhed
- Modvirke ensomhed



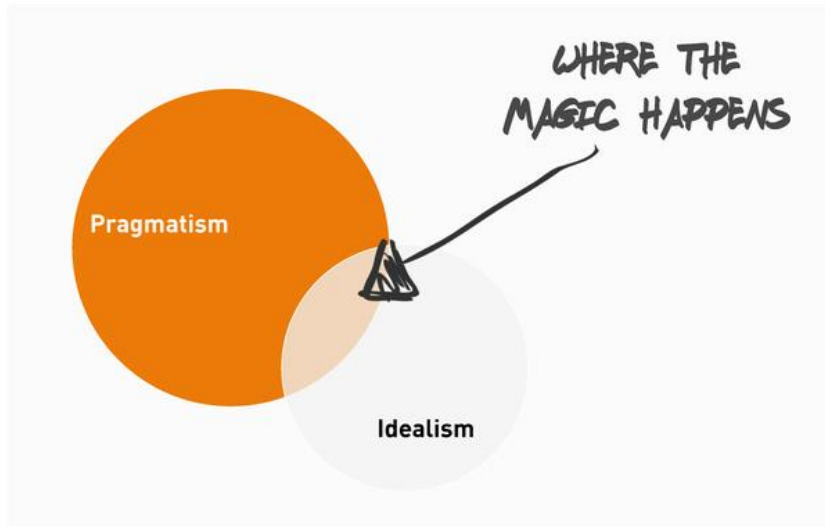
På hospitalet - holistisk forståelse af sundhed



- Interaktive patient- og fødestuer til de mest sårbare
- Tilpasse omgivelser til den enkeltes (og pårørendes) behov
- Sætte fokus på eksistentielle behov og sorg
- Styrke arbejdsstrivsel hos sundhedspersonale



HVORDAN GÅR VI I GANG?



- Vær pragmatisk !
- Hvem er villig?
- Hvem kan vi samle til samarbejde?
- Hvor er der behov?
- Hvor er der ressourcer?



NOCKS & RN HJÆLPER GERNE

- ▶ Find viden
- ▶ Find netværk
- ▶ Find rådgivning
- ▶ Regionens [Kultur- og sundhedspuljer](#)



