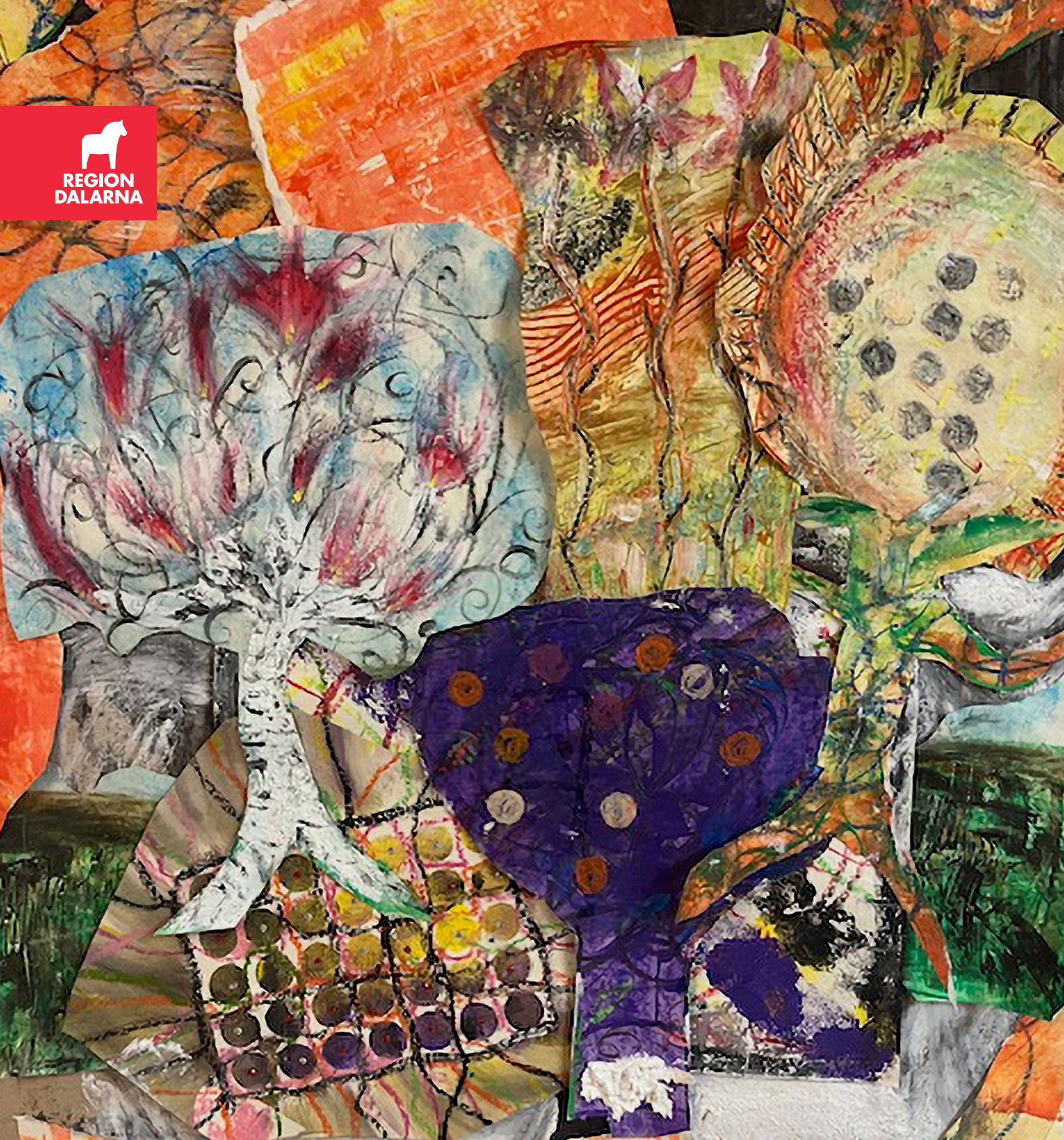




Slutrapport för projektet **Kultur för hälsa**

långsiktig strategi och implementering i Dalarna 2022–2025

Innehåll

Sammanfattning	3
Bakgrund till projektet	4
Projektets genomförande	5
Kartläggning, kunskapsinhämtning och regionala nätverk	6
Kultur som verktyg i omsorg, hälso- och sjukvård	10
Kunskapsspridning	11

Sammanfattning

Projektet Kultur för hälsa- långsiktig strategi och implementering i Dalarna har bedrivits perioden 220815—251231 med Region Dalarnas Kultur- och bildningsförvaltning som projektägare och projektledare, med extern finansiering av Kulturrådet.

Ambitionen med projektet var att införliva kultur och hälsa i folkhälsoarbetet i Region Dalarna så att det blev en integrerad och självklar del av regionens folkhälsoarbete. Projektet motiverades av att kulturens positiva effekter på hälsa är väl beforskade men ännu inte fullt integrerade i ordinarie hälsoarbete. Projektet ville bidra till att stärka folkhälsan, bredda delaktighet och tillgänglighet till kultur och skapa nya arbetsmöjligheter för yrkesverksamma kulturarbetare.

Målet att implementera kultur som verktyg i hälso- och sjukvården kan inte anses uppfyllt. Däremot har projektet flyttat fram positionerna för kulturen som hälsofrämjande faktor, både för regionens egna kulturverksamheter och för regionens hälso- och sjukvård i stort.

Projektets aktiviteter har genomförts enligt plan där man gick från en bred inventering, nätverkande och informationsspridning till att genomföra piloter i skarpt läge. Pilot har främst utgjorts av *Östgötamodellen- Må bra med kultur och natur* där de flesta deltagarna uppgav markant förbättrat mående efteråt.

Nationell och regional samverkan för erfarenhetsutbyten och kunskapshöjning har varit en viktig del i projektet.

Flera av Sveriges regioner arbetar aktivt med Kultur och hälsa. I de regioner där kultur och hälsa implementerats framgångsrikt i hälso- och sjukvården har arbetet föregåtts av breda politiska beslut.

Förhoppningsvis har projektet visat på möjligheter med Kultur i hälsofrämjande syfte, vilket kan ligga till grund för framtida implementering i regionens arbete.

Bakgrund till projektet

Kultur och hälsa har varit ett pågående arbete inom Kultur- och bildning under många år. En av de första utredningarna kom redan 2009 och talade om vikten av samverkan mellan dåvarande landstingets olika förvaltningar, inte minst mellan Kultur och bildning och Hälso- och sjukvården.

2012 genomförde Högskolan Dalarna kursen om 15 hp *Konstens betydelse för hälsan*, en av de första kurserna i Sverige inom området. 16 studenter examinerades.

Nu finns det kurser på olika håll i Sverige, dock ej i Dalarna. 2016 arbetades konceptet Kre-hälsa fram i ett samarbete mellan Kultur- och bildning, Skådebanan och Finsam. Kre-hälsa var framgångsrikt och användes i insatser för personer långt från arbetsmarknaden under ett par år. Kre-hälsas aktiviteter skedde i grupp och arbetet avstannade därför helt på grund av pandemin.

En bieffekt av Kre-hälsa blev Skådebanans insats Kreasana, ett program med röst och rörelse främst för nyanlända kvinnor som pågick inom Falu kommun under flera år.

Mycket av det som förvaltningen främjar; kultur, bildning och föreningsliv bidrar genom sina aktiviteter till folkhälsan. Aktiviteterna minskar ensamheten, ökar den sociala sammanhållningen och bidrar till livslångt lärande. De bidrar till upplevelser och eget skapande, till samtal och reflektion. Konst och konstnärliga utsmyckningar som finns i regionens fastigheter är också en del inom det hälsofrämjande arbetet för såväl patienter, som besökare och personal. Regionkonsten är en del inom Kultur- och bildning.

Med Kultur och bildnings erfarenheter och kunskap på området och ny forskning som befäster sambandet Kultur och hälsa skrevs projektet fram till Kulturrådet med målet att kultur skulle bli en självklar resurs i hälso- och sjukvårdsarbetet.

PROJEKTETS UPPLÄGG

Projektet syftar till att göra kultur och hälsa till en naturlig del av folkhälsoarbetet i Region Dalarna genom att etablera ett regionalt nätverk där aktörer från regionen, kommuner, kulturinstitutioner, föreningar och civilsamhället samarbetar. Nätverket ska nå målgrupper som annars har svårt att delta i kulturlivet, utbyta erfarenheter, bygga kunskap och formulera mål kopplade till Region Dalarnas övergripande mål. Dessutom undersöks hur kultur kan integreras logistiskt i vården.

År 1

Kartlägga befintliga nätverk, aktiviteter och utförare inom kultur och hälsa i Dalarna. Pröva och utvärdera aktiviteter med fokus på erfarenhetsutbyte och kunskapsuppbyggnad. Studera fungerande modeller i andra regioner och initiativ som Skapande skola.

År 2

Genomföra fler aktiviteter riktade till exempelvis patienter, ungdomar, äldre, funktionsvarierade och de långt från arbetsmarknaden. Testa etablerade koncept som *Dansa utan krav* och *Shared reading*. Arbeta med frågor om organisatoriskt ansvar, existentiell hälsa, livsberättelser och kulturarbetsroll i hälsoarbete.

År 3

Genomföra verksamheter som kräver längre planering och implementera metoder inom vård, omsorg och andra verksamheter. Målet är att kultur och hälsa ska vara integrerat i Dalarna efter tre år, vilket också skapar fler arbetsmöjligheter för kulturarbetare och gör kvalificerad kultur tillgänglig för fler.

PROJEKTETS GENOMFÖRANDE

Personal

Projektet har letts av en projektledare med tjänstgöringsgrad om 50 procent 220815–240501, därefter ny projektledare med tjänstgöringsgrad om 30 procent 240501–251231. En koordinator för projektet arbetade 20 procent med projektet under den första tidsperioden.

Projektupplägg och målgrupper:

Projektets tre år byggde på varandra där en bred ansats smalnades av till konkreta piloter med verktyg för hälsa och sjukvården.

År 1 fokuserade på att bygga nätverk, kartlägga befintliga aktörer och aktiviteter inom kultur och hälsa, testa och utvärdera insatser samt formulera mål.

År 2 innebar fler praktiska aktiviteter baserade på beprövade koncept.

År 3 fokuserade på mer långsiktiga och behandlingsinriktade insatser.

Målgrupper

År 1 verksamheter inom region och kommuner, beslutsfattare samt kulturskapare.

År 2–3 tillkom förutom målgruppen för år 1, personer med särskilda behov, exempelvis långtidssjukskrivna, personer med funktionsnedsättningar, barn och unga med psykisk ohälsa, äldre samt personal i risk för utmattning.

Projektet har haft två spår

- Synliggöra de hälsofrämjande insatser som görs inom ordinarie kultur- och bildningsverksamhet.
- Testa och utveckla modeller med kultur som verktyg främst tillsammans med hälso- och sjukvården.

KARTLÄGGNING, KUNSKAPSIHÄMTNING OCH REGIONALA NÄTVERK

Kartläggning av pågående kultur och hälsa aktiviteter, kunskapsinhämtning och regionala nätverk.

Under projektets år ett gjordes kartläggning och inventering av de befintliga aktiviteter inom området Kultur och hälsa som genomförs i Dalarna av civilsamhälle, studieförbund och inom Region Dalarna.

Inledningsvis skedde också kunskapsinhämtning kring området kultur och hälsa; ett område som röner stort intresse både globalt, nationellt och inom de olika regionerna. En kunskapsöversikt om publicerad forskning om kultur och hälsa är nyligen gjord av Folkhälsomyndigheten: *Kulturens betydelse för hälsa och välbefinnande – En sammanfattning av en kartläggande litteraturöversikt*.

Med stort intresse har projektledaren tagit del av den forskning som gjorts på Jönköpings universitet om *Kultur på recept*, där jämförande studier visar att gruppaktiviteter med kultur ger bättre långsiktiga effekter än andra gruppaktiviteter. *Kultur på recept* förbättrar den psykiska hälsan – Jönköping University*.

Då kommuner framfört önskemål om en regional Äldrekultursamordnare genomförde projektet en enkät ställd till kommunerna om äldres kulturutbud och deltagande i kommunal regi.

För att ha en plattform för information och aktiviteter inom Kultur och hälsa byggdes i tidigt skede en hemsida på samverkanswebben, som uppdaterats under projektets gång. De aktiviteter som kom fram i inventeringen listades på sidan, med tanken att inspirera och visa på vad som kan göras inom skilda konst och kulturområden för att främja hälsan.

Första året bestod också mycket av möten främst med möjliga samverkanspartners inom Dalarna. Arbetet tog avstamp i den stora förändring som sker inom vården; *Nära vård*, där individen och vårdgivaren är två experter och hela livssituationen beaktas. En process ägde rum i tre steg tillsammans med representanter för Nära vård, delar av Länskulturen och Sjukhusbiblioteket. Under arbetets gång har deltagarna lärt av varandra och förståelse för varandras utgångspunkter och förutsättningar har ökat.

Möten har också hållits med sjukhuskyrkan, utvecklingsledare för primärvården, Bild och form om gestaltning av sjukhusmiljöer, folkhögskolor och studieförbund, högskolan Dalarna, Barn och ungdomsmedicin, Hälsa och välfärd. I projektets slutskede har även dialog förts med Hälso- och sjukvårdens divisionschefer samt regionråd för området.

*<https://ju.se/forskning/nyheter/nyhetsarkiv/2023-11-28-kultur-pa-recept-for-battrar-den-psykiska-halsan.html>.



Spelningar inom vård- och omsorgsboenden Musikkonservatoriet Falun

Musikkonservatoriets elever i olika konstellationer spelar ca 1 gång i månaden på Danjunkaregården. Det ger nyttig erfarenhet av framträdanden för eleverna och främjar hälsa och välmående för de boende.

Ett exempel från webbsidan Kultur för hälsa – regiondalarnaplus.se

Resultat kartläggning, kunskapsinhämtning och regionala nätverk

Pluswebben Kultur för hälsa – regiondalarnaplus.se

Inventering och kartläggning ledde till att Kultur och hälsa fick egen sida på pluswebben.

Seniorkulturnätverk

Enkäten beskriven ovan resulterade i att ett seniorkulturnätverk startades hösten 2024 för vilket Region Dalarna är sammankallande. I seniorkulturnätverket deltar kommuners representanter från både kultur och omsorg.

FRID kultur

Projektet initierade *FRID kultur* som är en fokusgrupp under region Dalarnas Funktionshindersråd, FRID. FRID består av tjänstepersoner, politiker och representanter från funktionshindersföreningar för att belysa och diskutera frågor relevanta för parterna. För att öka kunskapen om behov, hinder, möjligheter och önskemål från funktionshindersföreningarna gällande kultur och bildning, skapades FRID kultur, som har fyra möten årligen där Kultur och bildning är sammankallande.

Sjukhusbiblioteket

Projektet har bidragit till att stärka verksamheten bland annat genom att nätverket skapat kontakter med Länsbibliotek Dalarna och därigenom folkbibliotek runtom i länet så att man når ut i *Nära vårds* anda. Arbetet med biblioterapi fortsätter och konceptet *Diktprovning* har bland annat nått ut till region Dalarnas anställda. Man samarbetar också med barnkliniken inom *Läsklubb*.

Digital utbildning

FOU-enheten inom Region Dalarna gjorde en inventering av personalens utbildningsbehov där det framkom att kultur och hälsa var ett område man vill lära sig mer om. Projektet erbjöd en tre timmars workshop som ställdes in på grund av för få anmälningar. Istället erbjuds nu Region Stockholms webbutbildning *Kultur för hälsa och välbefinnande* som nås via Region Dalarnas pluswebb, vilket är ett resultat av projektledarens deltagande i det nationella nätverket *Kultur och hälsa*.

KULTUR SOM VERKTYG I OMSORG, HÄLSO- OCH SJUKVÅRD

Sjukhusclown

Projektet hade kontakt med Barn- och ungdomsmedicin som påtalat att den mycket uppskattade sjukhusclownsverksamhet som skett på kliniken behöver långsiktighet genom finansiering och organisering. Tidigare hade clownverksamheten finansierats med osäkra externa medel, i form av kortsiktiga projekt och medel från olika fonder.

Inom projektet gjordes utredning om clownverksamheten i Dalarna för att undersöka möjligheten till långsiktig finansiering och organisering av sjukhusclownverksamhet, på uppdrag av Kultur- och bildningsnämnden.

Resultat

Utredningen ledde till att beslut togs i både Kultur- och bildningsnämnden och Hälsö- och sjukvårdsnämnden om att *"ingå samverkan kring sjukhusclownverksamhet för barn- och ungdomskliniken med Kultur- och bildningsförvaltningen under åren 2025–2027"*.

Medel har tillsatts från Kultur och bildningsnämnden för en basfinansiering av sjukhusclownverksamhet 2025–2027. Basfinansiering täcker inte all den tid som clownerna finns inom Region Dalarnas barn- och ungdomsmedicin.

Direktupphandling har ägt rum och avtal skrivits med en leverantör.



Östgötamodellen Må bra med kultur och natur

Region Östergötland arbetar sedan 2011 med konceptet *Må Bra Med Kultur och natur* som erbjuder patienter med ohälsa i form av till exempel stress, oro eller smärta möjlighet till kulturaktiviteter*. Region Dalarna har tillsammans med Region Uppsala inlett samarbete med Region Östergötland för att testa och utveckla modellen. I Dalarna har projektet genomfört tre piloter; en i Älvdalen, i samverkan med Älvdalens Vårdcentral, Älvdalens Musikskola och Skådebanan Dalarna, två i Falun, i samverkan med Öppenvård psykiatri, Skådebanan Dalarna och Friluftsförbundet i Falun.

* <https://vardgivare.regionostergotland.se/vgw/kunskapsstod/psyisk-halsa/ma-bra-med-kultur-och-natur>

Totalt var 19 personer anmälda till *Må bra med Kultur och natur i Dalarna* varav 13 deltog vid flertal tillfällen.

Må bra med kultur och natur är gruppaktiviteter, som sker under ett visst antal veckor (i Dalarna var det åtta veckor) en gång i veckan à 2,5 timmar.

I Älvdalen hade man drama som inriktning och i Falun kunde deltagarna välja på *Måla för att Må bra* och *Må bra i naturen*, där flest personer valde målning.

I Östergötland erbjuds 18 olika aktiviteter våren 2026 i Linköping, Mjölby, Motala och Norrköping.

Utvärdering

För att utvärdera piloterna användes självskattning som skett vid första respektive sista träffen genom att deltagarna fyllde i verktygen EQ 5D och Välmåendeskalan. Verktygen valdes i samverkan med hälso- och sjukvården.

Självskattningen anses vara ett komplement till den mer objektiva studien som genomförts på Uppsala universitet, samt till den långa erfarenhet och goda resultat som påvisats i Region Östergötland.

Elva personer har gjort självskattningen, som sammantaget visar på en förflyttning om 60 procent i förbättrat mående efter *Må bra med kultur och natur*. Särskilt deltagare från Öppenvård psykiatri visade markanta förbättringar.

Resultat

Må bra med Kultur och natur var en reell samverkan mellan delar av Hälso- och sjukvården och Kultur- och bildningsförvaltningen som visar på hur ett samarbete kan bidra positivt till mående för patienter inom vården, vilket också kan avlasta personalen genom glesare vårdbesök. Möjligheten att kunna erbjuda patienter aktiviteter utanför vården upplevdes också positivt av personalen.

Förhoppningsvis kan *Må bra med kultur och natur* även fortsättningsvis erbjudas patienter med oro, ångest, långvarig, smärta och psykisk ohälsa.



Att uppleva konst

Ana María Bermeo på Konstfrämjandet i Skåne har tagit fram *Att uppleva konst* en metod som utan krav ger personer på boenden möjligheter att närma sig konst tillsammans med vårdgivare.

Konst och hälsa skapar meningsfulla aktiviteter och ger gemensamma erfarenheter för personal, vårdtagare och anhöriga. Konstupplevelser öppnar upp för nya sätt att kommunicera, där bilden kan fungera som ett språk och bidra till att bryta isolering.

Projektet tillsammans med Konstfrämjandet Dalarna och ABF Dalarna bjöd i maj 2024 in till ett seminarium där Ana Maria Borneo berättade om sitt arbete med *Att uppleva konst*. Det föranledde till att två medlemmar i Konstfrämjandet Dalarnas gick en kurs i metoden i regi av Konstfrämjandet Skåne.

Ambitionen därefter har varit att projektet tillsammans med Konstfrämjandet Dalarna skulle genomföra pilotutbildningar för vård- och omsorgspersonal, samt andra intresserade i metoden. Av olika orsaker har inga kurser genomförts inom projektperioden, men projektet har bidragit till att tre kurstillfällen erbjuds våren 2026, i Avesta, Falun och Mora. Anmälningar är mottagna till samtliga tillfällen.

SAMVERKAN NATIONELLT OCH MELLAN REGIONER

Region Dalarna ingår i det Nationella nätverk Kultur och hälsa och projektledaren har varit representant på de fyra möten som hållits inom projektperioden.

Från hemsidan kulturochhalsa.se*: *I nätverket ingår alla regioner i Sverige. Nätverket för kultur och hälsa har funnits sedan 1999. Det bildades ursprungligen som en följd av forskningsprogrammet Kultur i vården och vården som kultur. Nätverket ska vara ett forum för ömsesidigt utbyte av kunskap och erfarenheter för yrkesverkssamma inom området.*

Nätverket har betytt mycket för projektledaren och projektet och gett kunskapshöjning och inspiration.

Projektet har haft tätt samarbete med Region Östergötland och Region Uppsala inom *Östgötamodellen Må Bra Med Kultur och Natur*, där samverkan består i utbildning som RÖ hållit i, gemensamma planeringar, stöd av RÖ i genomförande av piloter, gemensamma uppföljningar, erfarenhetsutbyten och spridning av modellen.

*kulturochhalsa.se

KUNSKAPSSPRIDNING

- **10 oktober 2023** Regional kulturdiallog *Hur blir vi starkare tillsammans?*
Projektledare Ulla Rodeham Öhrsell föredrog projektet: *Kultur för hälsa*.
Ludvika
- **24 oktober 2023** *Med förenade krafter – Vi gör idéer till verklighet genom samverkan* Tema: Kultur för hälsa. Borlänge Mötesplats för föreningar
- **22 maj 2024** *Att se Konst* – Föreläsning med Ana Maria Borneo från Konstfrämjandet Skåne. Leksand
- **8 november 2025** Föredragning om tre regioner i samverkan om *Må bra med Kultur och natur* på den nationella nätverksträffen i nätverket Kultur och hälsa. Sundsvall
- **5 februari 2025** Folk och kultur. Östgötamodellen *Må bra med kultur och natur. Ungas egenmakt utvecklas genom kultur – Tre regioner i samverkan*. Eskilstuna
- **13–15 maj 2025** Nordic Conference *Public Health Public Health in a Changing World – Challenges, Opportunities and Collaboration in the Nordic Countries*, projektet deltog med bemannad poster tillsammans med Region Östergötland och Region Uppsala. Göteborg
- **3 oktober 2025** Inom ramen för månaden med fokus på psykisk ohälsa höll projektledaren en föreläsning om Östgötamodellen *Må Bra Med Kultur och Natur i Dalarna*. Falun
- **10 oktober 2025** Regional kulturdiallog, Barn och ungas rätt till kultur i skolan. Projektledaren föredrog området Kultur och hälsa genom en kort föreläsning *Träna hjärna! – Kulturaktivitetens bidrag till barn och ungas kreativa utveckling och hälsa*. Leksand



Region Dalarna – Kultur och bildning, Box 712, 791 29 Falun
Besöksadress: Myntgatan 2, Falun
www.regiondalarna.se