



# Projektet Kultur och hälsa i Östergötland

- Hur blev det?

Folkhälsocentrum  
Maria Linderström, Helle Noorlind Brage  
Januari 2013



<b>SAMMANFATTNING .....</b>	<b>3</b>
<b>INLEDNING .....</b>	<b>4</b>
<i>Museets jubileum .....</i>	<i>4</i>
<i>Politiskt beslut .....</i>	<i>4</i>
<i>Uppdrag FHC .....</i>	<i>4</i>
<b>BAKGRUND .....</b>	<b>5</b>
<i>Varför kultur och hälsa? .....</i>	<i>5</i>
Historiskt perspektiv .....	5
Hjärnforskning, neurologi .....	5
<i>Definition av kultur .....</i>	<i>6</i>
<i>Hälso- och sjukvårdens uppdrag .....</i>	<i>6</i>
<b>KULTUR OCH HÄLSA I ÖSTERGÖTLAND .....</b>	<b>7</b>
<i>Huvudprojekt .....</i>	<i>7</i>
<i>Delprojekt .....</i>	<i>8</i>
Kultur i vården .....	8
<b>Funktionen Kultur i vården .....</b>	<b>8</b>
<b>Nätverket Kultur i vården .....</b>	<b>9</b>
Konsten i den egna verksamheten .....	10
Må bra med kultur .....	11
Teori och litteratur .....	12
Kultur och hälsa på webben .....	13
Lunnevals folkhögskola .....	14
Seminarier .....	14
Verktyg i vården .....	15
<i>Övrigt arbete .....</i>	<i>16</i>
Nätverk .....	16
Forskning och utveckling .....	16
Övrig samverkan .....	17
Mediebevakning .....	17
<b>FRAMTID .....</b>	<b>18</b>
<b>REFLEKTIONER .....</b>	<b>19</b>

## Sammanfattning

Uppdraget Kultur och hälsa i Östergötland pågick som projekt från augusti 2011 till november 2012, på initiativ av Hälso- och sjukvårdsnämnden. Målgruppen utgörs av patienter och medarbetare med lättare psykisk ohälsa.

Kultur har definierats som skapande och konstnärliga uttryck och innefattar även natur och miljö, enligt Statens folkhälsoinstituts definition.

Det övergripande arbetet, Kultur och hälsa i Östergötland, syftar till att verka för att kultur och hälsa blir en naturlig del av hälso- och sjukvårdens arbete samt att arbetet sker i samverkan med andra samhällsaktörer. Vi definierar åtta delprojekt

- Kultur i vården
- Konsten i den egna verksamheten
- Må bra med kultur
- Teori och litteratur
- Kultur och hälsa på webben
- Samverkan med Lunnevals folkhögskola
- Seminarier
- Verktyg i vården

Samverkan med bland andra landstinget i Jönköpings län, Regionförbundet Östsam, Linköpings universitet, kulturaktörer inom olika institutioner eller organisationer i länet m fl, har resulterat i en rad aktiviteter. Bland annat en satsning på kulturaktiviteter för patienter, forskningsansatser och samverkan kring länets kulturplan för folkhälsoområdet. LiÖ representeras nu också i flera nätverk.

Eftersom arbetet bedrivits i projektform fanns inte förutsättningarna för ett mer långsiktigt arbete med att integrera kultur som hälsofrämjande aktivitet inom landstinget under projektåret. Från och med december 2012 övergår arbetet i ordinarie verksamhet och handlingsplaner kommer att utarbetas.

Kultur och hälsa är ett område med stor utvecklingspotential. Landstinget i Östergötland har stora utvecklingsmöjligheter att använda kultur, både som ett komplement till den mer traditionella hälso- och sjukvården men även i vård och behandling.

Folkhälsocentrum 2013-01-30

Maria Linderström, Helle Noorlind Brage

## **Inledning**

Här följer en rapport över projektet Kultur och hälsa i Östergötland. Uppdraget pågick som projekt från augusti 2011 till november 2012. Från och med december 2012 övergår arbetet i ordinarie verksamhet.

### *Museets jubileum*

I juni 2009 tog landstingsdirektör Barbro Naroskyin ett beslut att, i samverkan med Östergötlands länsmuseum, anordna ett jubileumsseminarium med anledning av läns museets 70-årsjubileum. Landstingsdirektören påpekade att det råder stor enighet om att kultur och hälsa hör ihop och att kulturen är ett viktigt verktyg i kampen mot ohälsan. Genom att integrera kultur i vård- och folkhälsoarbetet kan hälsa och livskvalitet påverkas positivt. En berikande kulturell miljö är ett värdefullt komplement till rehabilitering och behandling. I samband med seminariet, som ägde rum i oktober 2010, presenterades ett tänkt projekt om kultur och hälsa i länet där individer ska kunna utöva olika kulturaktiviteter som ett led i en hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande hälso- och sjukvård.

### *Politiskt beslut*

Hälso- och sjukvårdsnämnden i Landstinget i Östergötland tog beslutet att utveckla ett arbete med kultur och hälsa och projektet startades hösten 2011.

Målgruppen föreslogs vara patienter inom primärvården samt landstingets medarbetare, som är i behov av tidiga, förebyggande insatser vid exempelvis stressrelaterade besvär, lätta depressioner, samt diffus smärta.

### *Uppdrag FHC*

Folkhälsocentrum, FHC, fick i uppdrag att ansvara för arbetet under perioden 2011-08-01 – 2012-11-30. En projektledare med utbildning inom kultur och pedagogik anställdes på 60 %, tjänsten utökades under projekttiden till 75 %. Tjänsten kompletterades också internt från FHC fr o m 2011-09-01.

# Bakgrund

## *Varför kultur och hälsa?*

### **Historiskt perspektiv**

Kulturaktiviteter har på olika sätt följt människan sedan urminnes tider. Under de senaste decennierna har också allt mer uppmärksamhet kommit att riktas mot kulturens positiva inverkan på hälsan. Nationella folkhälsokommitténs slutbetänkande, Hälsa på lika villkor<sup>1</sup>, slår fast att kultur främjar hälsa.

### **Hjärnforskning, neurologi**

Nyare hjärnforskning har visat att hjärnan är plastisk, det vill säga har möjlighet till förändring och utveckling, hela livet. Nya nervceller kan bildas i hjärnan även hos vuxna personer<sup>2</sup>. Men för att detta ska kunna ske, krävs förutsättningar för aktivering. Kopplingar i hjärnan kan omorganiseras och omprogrammeras allt efter de intryck som omgivningen ger och därför är t ex multisensorisk stimulering, av största vikt.

I forskningen finns kultur för hälsa beskrivet både som hälsofrämjande åtgärder men även som behandling av olika sjukdomstillstånd samt inom habilitering och rehabilitering. De vetenskapliga bevisen för att kultur har en positiv inverkan på både fysisk och psykisk sjukdom blir också fler och fler<sup>3 4</sup>.

All kultur passar inte alla men att lyssna på musik man tycker om, att se på konst man uppskattar eller att vistas i naturens oföränderlighet, kan vara aktiviteter som påverkar hjärnan och hälsan i positiv bemärkelse. "Må-bra-hormon", till exempel oxytocin, ökar när man deltar i kulturaktiviteter man uppskattar. Vissa kulturuttryck kan användas för stressreduktion, rehabilitering, ökad livskvalitet, kommunikationsmedel, ökad kroppsmedvetenhet och känslomässig kontakt.

Inom delprojekt teori och litteratur gjordes en teoretisk sammanställning baserad på nyare forskningsrön inom området och publicerades på projektets hemsida:

[http://www.lio.se/pages/151656/Sammanstallning\\_Kultur\\_och\\_halsa.pdf](http://www.lio.se/pages/151656/Sammanstallning_Kultur_och_halsa.pdf) .

---

<sup>1</sup> Nationella folkhälsokommittén. Hälsa på lika villkor – nationella villkor för folkhälsan, 2000. Från: <http://www.regeringen.se/sb/d/108/a/2822> (citerad januari 2013).

<sup>2</sup> Eriksson PS, Neurogenesis in the human hippocampus, Nature Medicine 1998;114: 26.

<sup>3</sup> Lindström D. Sjung, sjung för livet. En studie av körsång som pedagogisk verksamhet och av deltagarnas upplevelse av hälsa och livskvalitet. Licentiatavhandling Luleå tekniska universitet 2006:43. ISSN 1402-1757 Kultur och hälsa i Östergötland.

<sup>4</sup> Bjursell G, Ernberg I, Holmäng A, Lindén T, Forskarskola inom kultur och hälsa. En förstudie. Kulturrådet, Göteborgs universitet, Karolinska institutet.

## *Definition av kultur*

Statens folkhälsoinstitut, FHI, definierar kultur som skapande och konstnärliga uttryck och innefattar även natur och miljö i begreppet<sup>5</sup>. Denna definition används även i arbetet med Kultur och hälsa i Östergötland. Inom projektet diskuteras områdena musik, dans, konst, litteratur, teater, hantverk liksom hälsofrämjande vårdmiljö samt natur och grön rehabilitering.

## *Hälso- och sjukvårdens uppdrag*

Hälso- och sjukvårdslagen säger att vård och behandling i möjligaste mån ska ges på patientens villkor och att hälso- och sjukvården ska arbeta för att förebygga ohälsa. Patienter ska få information om metoder för att förebygga sjukdom eller skada<sup>6</sup>. Med en ökad hälsoorientering menas att det hälsofrämjande perspektivet är en självklar del inom alla delar av vård och behandling inom hela hälso- och sjukvården<sup>7</sup>. Landstinget i Östergötland vill betona just den hälsoinriktade aspekten och har uttryckt en viljeinriktning mot att arbeta mer hälsoorienterat. Hälsorådet, som bildades 2005, har som huvudsakligt syfte och mål att identifiera, stödja och förankra utvecklingsstrategier inom de hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande perspektiven för patient och befolkning i Östergötland<sup>8</sup>.

Inom landstinget används musikterapi inom ett fåtal verksamheter. Inom ätstörningsenheten används psykodynamisk musikterapi och inom rehabiliteringsmedicinska klinken används funktionsinriktad musikterapi. Ätstörningsenheten använder också uttryckande konstterapi. Hälso- och sjukvårdsnämnden har under 2012 pågående avtal om vård med antroposofisk inriktning med Stiftelsen Vidarkliniken i Järna där konstterapi (målning, modellering, musik och sång) ingår. Hur det ser ut med bild- och konstterapi eller andra former inom landstinget för övrigt, har vi inga uppgifter om i dag. Vi vet att sådana aktiviteter förekommer inom enstaka kliniker och avdelningar.

---

<sup>5</sup> Kultur för hälsa, exempelsamling från forskning och praktik. Statens folkhälsoinstitut, rapport R2005:23. ISBN 91-7257-359-7.

<sup>6</sup> Regeringen, Hälso- och sjukvårdslag (1982:763) §2.

<sup>7</sup> Hälsofrämjande sjukvård. Från: <http://www.natverket-hfs.se/hfs-natverket-en-mer-halsoorienterad-sjukvard> (citerad januari 2013).

<sup>8</sup> Hälsorådet för Landstinget i Östergötland. Från: <http://www.lio.se/Verksamheter/Landstingsdirektor/Rad-och-kommitteer-/Halsoradet/> (citerad januari 2013).

# Kultur och hälsa i Östergötland

## *Huvudprojekt*

Vi formulerade ett övergripande syfte utifrån de skrivningar som fanns tillgängliga från politiken och hälso- och sjukvårdsstaben. I Hälso- och sjukvårdsnämndens verksamhetsplan för år 2012, står t ex att kultur kan vara en hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande kraft och att kultur ska provas som ett hälsofrämjande verktyg.

*Syfte:* Att verka för att kultur och hälsa blir en naturlig del av hälso- och sjukvårdens arbete samt att arbetet sker i samverkan med andra samhällsaktörer.

*Mål:* Att hitta en organisatoriskt hållbar struktur för utvecklingen av området kultur och hälsa inom landstinget, samt i regionsamverkan. Att uppmuntra till och stödja individers utövande av kulturaktiviteter som ett led i en ökad hälsoorientering av hälso- och sjukvården. Att koppla ihop kultur och hälsa genom olika samarbeten, praktiska exempel, kunskapsspridning samt forsknings- och utvecklingsansatser både inom och utom länet.

*Målgrupp:* Befolkning, medarbetare, kulturaktörer, forskarsamhälle.

*Planerat genomförande:* Att bilda en styrgrupp och ta kontakter med verksamheter inom LiÖ, bland annat via hälsoprocessledarna inom landstinget. Att samverka med enheter i sydöstra sjukvårdsregionen, liksom med andra landsting, som arbetar på liknande sätt med kultur och hälsa. Kontakter ska även etableras med kulturaktörer i samhället.

Förutom att arbeta med de övergripande målbeskrivningarna skapar vi åtta delprojekt som redovisas under respektive rubrik nedan.

- Kultur i vården
- Konsten i den egna verksamheten
- Må bra med kultur
- Teori och litteratur
- Kultur och hälsa på webben
- Samverkan med Lunnevads folkhögskola
- Seminarier
- Verktyg i vården

*Resultat:* En styrgrupp har bestått av hälso- och sjukvårdsstrateg Anna Kullberg, Jolanda van Vliet, folkhälsochef LiÖ, Anette Aronsson, verksamhetschef FHC samt Maria Linderström och Helle Noorlind Brage, FHC. Styrgruppen har träffats ungefär en gång per månad. Alla möten finns dokumenterade med minnesanteckningar.

Hälsoprocessledarna har varit nyckelpersoner i våra kontakter inåt landstinget. Vi har försökt att skapa oss en bild av vilka verksamheter som redan arbetar inom området. I dag saknas den övergripande strukturen och vi har heller inte haft möjlighet att skapa en komplett bild. Vi har däremot identifierat många olika interna aktörer, både personer och verksamheter, som uttrycker att de redan i dag arbetar med kultur på olika sätt eller att det finns ett stort intresse för att inkludera kulturella aktiviteter inom verksamheten. Eftersom arbetet under det första året bedrivits i projektform och vi därmed inte visste om det skulle bli en fortsättning, fanns

inte förutsättningarna för att starta ett långsiktigt arbete med att integrera kultur som hälsofrämjande aktivitet inom landstinget.

Att uppmuntra till kulturaktiviteter som ett led i en ökad hälsoorientering av hälso- och sjukvården, redovisas under delprojektet Må bra med kultur, nedan.

Samverkan med andra har resulterat i en rad aktiviteter av vilka en del redovisas under respektive delprojekt nedan. Vi har initierat samverkan med landstinget i Jönköpings län, Regionförbundet Östsam, Linköpings universitet, kulturaktörer inom olika institutioner eller organisationer i länet m fl. Vi deltar även i flera nätverk som redovisas under övriga aktiviteter nedan.

Under projektets gång har vi fört en processdagbok.

*Framtid:* Det finns en stor och reell utvecklingspotential inom området. Till exempel genom att utveckla användningen av kultur, inte bara som en hälsofrämjande åtgärd men även inom behandling, habilitering och rehabilitering. Vi har för avsikt att arbeta fram handlingsplaner under början av 2013.

Även inom områdena natur och miljö finns stora utvecklingspotentialer. Grön rehabilitering är ett område under utveckling och utemiljön runt länets sjukhus har stor potential för trädgårdsterapi och naturvistelser.

## *Delprojekt*

Här nedan presenteras varje delprojekt.

### **Kultur i vården**

#### *Funktionen Kultur i vården*

Funktionen Kultur i vården finns idag endast vid Lasarettet i Motala, LiM. Musikterapi och trädgårdsrehabilitering är exempel på aktiviteter som drivs härifrån. På hemsidan beskrivs syftet med funktionen att kultur kan ge en ljusglimt i tillvaron, skapa värdefulla möten, ge möjlighet till reflektion och stärka det friska hos en sjukdomsdrabbad person<sup>9</sup>. Man verkar för ett levande och tillgängligt kulturliv som vänder sig till patienter, anhöriga och personal. Tidigare har en liknande funktion funnits både vid Vrinnevisjukhuset i Norrköping, ViN, och vid Universitetssjukhuset i Linköping, US, med ungefär samma uppdrag. Båda dessa lades emellertid ner under början av 2000-talet.

*Syfte:* Att skapa en sammanhållen funktion för Kultur i vården inom hela landstinget för att understödja och stärka arbetet med kultur och hälsa i Östergötland.

*Mål:* Att införa funktionen Kultur i vården i de länsdelar som saknar den funktionen.

*Målgrupp:* Patienter, anhöriga, medarbetare.

---

<sup>9</sup> Kultur i Vården, Lasarettet i Motala. Från: <http://www.lio.se/Verksamheter/LiM-extern/Information-om-LiM/Valkommen-till-Kultur-i-Varden-KiV/> (citerad januari 2013).



*Planerat genomförande:* Via diskussioner och omvärldsbevakning vill vi undersöka förutsättningarna för att starta upp Kultur i vården i de länsdelar som inte har den funktionen i dag.

*Resultat:* Vi har haft flera möten med Kultur i vården vid LiM. Vi har haft kontakt med den person som arbetade med Kultur i vården vid ViN och fått ta del av den information som fanns här. Vi har tyvärr inte kunnat hitta dokumentation från arbetet med kultur i vården från US och personen som arbetade med detta har avlidit. Förutsättningarna för att föreslå att funktionen Kultur i vården ska bli en permanent landstingsövergripande verksamhet har inte funnits under projektåret, eftersom vi då inte kunnat planera för en långsiktig lösning.

*Framtid:* Vi anser att kultur i vården som funktion ska finnas inom hela LiÖ. Inte minst i samband med alla ny- och ombyggnationer borde det finnas utrymme att skapa en enhetlig funktion över hela landstinget. Vi ser också ett behov av att utveckla och öka olika kulturaktiviteter i vård och behandling inom LiÖ.

### ***Nätverket Kultur i vården***

I Sverige finns sedan 10 år ett nätverk för Kultur i vården<sup>10</sup>. Det bildades som en effekt av ett forskningsprojekt mellan Stockholms läns landsting, Karolinska institutet och Stockholms läns museum. Nätverkets syfte är att öka kunskapen om vad kultur i vården kan betyda för patienter, anhöriga och medarbetare. Man skriver att kultur främjar det salutogena perspektivet, förbättrar vårdmiljön och bidrar till glädje och sinnlig stimulans. Kultur ses som ett komplement till den medicinska vården. Nätverket har idag ett 30-tal medlemmar, både landsting, kommuner och privatpersoner

*Syfte:* Att Landstinget i Östergötland ska vara medlemmar i det nationella nätverket.

*Mål:* Att söka medlemskap i det nationella nätverket Kultur i vården.

*Målgrupp:* Patienter, anhöriga, medarbetare samt nätverksmedlemmar

*Planerat genomförande:* FHC, via oss som medarbetare och representanter för Landstinget i Östergötland, ansöker om att bli medlemmar i det nationella nätverket Kultur i vården och avser att delta i de möten och andra aktiviteter som anordnas.

*Resultat:* Vi anmälde Landstinget i Östergötland för medlemskap och deltog i det årliga mötet som hölls i Göteborg i maj. Vi presenterade hur landstinget arbetar med kultur och hälsa. Vi fick härigenom möjlighet att representera LiÖ på Kulturrådets hemsida. Under oktober 2012 berättade vi där om utvecklingsarbetet Kultur och hälsa. Genom nätverket har vi också fått utökade kunskaper om området och hur man kan arbeta som vi tar med i vår fortsatta planering.

*Framtid:* Vi har för avsikt att fortsätta delta i nätverket. En del deltagande organisationer har arbetat länge inom området och har därmed stor erfarenhet att dela med sin av.

---

<sup>10</sup> Kulturrådet, kultur i vården. Från: <http://www.kulturradet.se/sv/verksamhet/Kultur-och-halsa/> (citerad januari 2013).

## **Konsten i den egna verksamheten**

För den estetiska utsmyckningen inom LiÖ ansvarar Facility Management centrum funktion inredning, FM/inredning. Hit och till Kultur i vården i Motala kommer ofta önskemål från medarbetare, men även från patienter och anhöriga, om att få information om den konst och utsmyckning som finns i verksamhetens lokaler. Medarbetarna har ett eget intresse eftersom man dagligen befinner sig i miljön och vill veta mer. Men även patienter och anhöriga är intresserade. Att använda en tavla eller en skulptur som utgångspunkt för ett samtal, kan vara ett neutralt och lätt sätt att inleda ett samtal och bidra till en mer hälsofrämjande vårdmiljö. All konst i LiÖ:s ägo, totalt ungefär 30 000 verk, finns registrerad i ett kartotek med nummer och namn på konstnären. Däremot finns i dag ingen annan information knuten till registret.

*Syfte:* Information om konsten i den egna verksamheten ska bidra till en hälsofrämjande arbets- och vårdmiljö samt stimulera till samtal.

*Mål:* Att göra konsten mer tillgänglig.

*Målgrupper:* Patienter, anhöriga och medarbetare.

*Planerat genomförande:* Vi har för avsikt att kartlägga konsten inom några verksamheter inom LiÖ, t ex en i varje länsdel där det finns ineliggande patienter samt inom landstingets kansli. Genom att inventera vilka verk som finns var och samla information om dem, ska vi sammanställa ett material för att presentera för medarbetare och eventuellt också patienter, på respektive klinik. Vi tänker oss att resultatet kunde presenteras i form av konstvandringar.

*Resultat:* Vi ville göra något konkret som direkt kunde lyfta frågan. Vi började därför med konsten i Landstingshuset där beslutsfattare och medarbetare återfinns stora delar av sin vardag. Antalet besökare (som skriver in sig i receptionen) uppgår till ca 1 000 per månad. Under december 2011 till april 2012 uppmärksammade vi konsten i trapphallarna genom att göra en interaktiv installation vid utvalda konstverk genom att ställa en fråga till betraktaren. Det fanns möjlighet att besvara frågan med hjälp av papper och penna samt att anonymt delge sitt svar genom att fästa sin lapp vid konstverket. Vi använde metoden för ett konstverk i taget och totalt skrev man 30 lappar med kommentarer kring vad konstverken genererat för tankar. På detta sätt fick vi ett konkret svar på vårt uppdrag och kunde se om konsten uppmärksammats. Vi sammanställde installationen i en utställning som presenterades vid entrén.

Under andra halvåret 2012 fick vi möjlighet att involvera studenter inom Hälsouniversitets, HU:s, HEL II-kurs (Hälsa Etik Lärande) med uppgifter inom området Kultur och hälsa. En studentgrupp fick uppgiften att fokusera på konsten vid hjärtavdelningen, Lasarettet i Motala. Frågeställningen de fick var: Hur kan konsten förbättra vårdmiljön? Studentgruppen tog fram både ett teoretiskt underlag för konst i vården samt ett praktiskt exempel med en enkät som gör det möjligt att mer strukturerat få höra patienternas åsikter om konsten på avdelningen. Vi insåg vikten av att ta tillvara studenterna som en resurs då deras engagemang inom ämnet kan innebära betydelse i deras framtida yrkesroller, även om vi i viss mån frångick vår planerade insats.

*Framtid:* Möjligheten finns att fortsätta att involvera nya studenter med att tillämpa den framtagna enkäten. Det finns också andra möjligheter att uppmärksamma konsten, t ex genom ett skrivarbete. Beslut behöver också tas om den ursprungliga idén, att inventera, samla och sammanställa information samt genomföra konstvandringar för några avdelningar på länets sjukhus, är något att arbeta vidare på.

Kontakten med FM/Inredning fortsätter för att diskutera våra roller och möjlig samverkan.

## **Må bra med kultur**

Må bra med kultur vill svara på behovet av komplement till vård och behandling och nyttja arenor som kan vara en del i människors vardagsliv, i detta fall kultursamhället. Här finns en möjlighet för patienter att sätta sig själv i ett nytt perspektiv med en ökad hälsa och förbättrad livskvalitet som följd. Må bra med kultur-konceptet hämtar inspiration från Skånes arbete med Kultur på recept<sup>11</sup> och Östgötamodellen av Fysisk aktivitet på recept<sup>12</sup>, där andra aktörer i samhället bjuds in för att samverka för en ökad folkhälsa. I regeringens skrivelse ”En folkhälsopolitik med människan i centrum” gör man bedömningen att en modern folkhälsopolitik bidrar till att skapa verktyg för att öka den inre motivationen<sup>13</sup>. Det görs bl a genom att förmedla kunskap och insikt som gör det möjligt för människor att fatta självständiga hälsobeslut. Därför är patientens delaktighet central inom Må bra med kultur-konceptet.

*Syfte:* Projektet ska uppmuntra och stödja individers utövande av kulturaktiviteter som ett led i en ökad hälsoorientering av hälso- och sjukvården. Det ska särskilt gagna sårbara grupper i en eftersträvan av jämlik vård. Ansatsen kan vara förebyggande men är också ett komplement till annan vård och behandling. Kulturinstitutionerna får möjlighet att utöka sin kärnverksamhet med aspekten folkhälsa. Genom samarbete når de nya målgrupper och marknadsföring.

*Mål:* Att under projektiden genomföra ett antal serier av kulturaktiviteter för patienter knutna till primärvården . Delprojektet ska sedan kunna utgöra ett underlag för det fortsatta arbetet med en modell för ”Må bra med kultur i Östergötland”.

*Målgrupp:* Patienter med lättare psykisk ohälsa, som stressrelaterade besvär.

*Planerat genomförande:* Vi ska bjuda in aktörer i kultursamhället till samverkan för att identifiera/skapa lämpliga kulturaktiviteter för målgruppen. Förhoppningen är att kulturaktörerna ska se fördelar i att utveckla sina verksamheter ur en folkhälsoaspekt. Primärvårdens kuratorer ska få möjlighet att erbjuda patienter ett frivilligt deltagande i kulturaktiviteter. Patienten tar själv ansvar för sitt deltagande och bekostar själv aktiviteten på samma sätt som för Fysisk aktivitet på recept inom LiO (idag maximalt 70 kr /gång).

---

<sup>11</sup> Rapport från pilotprojektet Kultur på recept, Region Skåne 2011. Från:

[https://www.skane.se/Upload/Webbplatser/Kultur/Dokument/Kultur%20i%20vården/kultur\\_pa\\_recept.pdf](https://www.skane.se/Upload/Webbplatser/Kultur/Dokument/Kultur%20i%20vården/kultur_pa_recept.pdf) (citerad januari 2013).

<sup>12</sup> Fysisk aktivitet på recept -fungerar det? En utvärdering av Östgötamodellen, rapport 2006:2, Landstinget i Östergötland. Från, [http://www.lio.se/pages/28480/2006\\_2\\_FaR\\_rapport\\_2006\\_mars.pdf](http://www.lio.se/pages/28480/2006_2_FaR_rapport_2006_mars.pdf) (citerad januari 2013).

<sup>13</sup> Regeringens skrivelse 2011/12:166 En folkhälsopolitik med människan i centrum. Från: [http://www.riksdagen.se/sv/Dokument-Lagar/Forslag/Propositioner-och-skrivelser/En-folkhalsopolitik-med-mannis\\_GZ03166/?text=true](http://www.riksdagen.se/sv/Dokument-Lagar/Forslag/Propositioner-och-skrivelser/En-folkhalsopolitik-med-mannis_GZ03166/?text=true) (citerad januari 2013).

*Resultat:* Under 2012 har patienter haft möjlighet att delta i skapande verksamhet, natur- och trädgårdsaktiviteter samt läsecirklar och stickcafé. Aktiviteterna har skett i samverkan med kulturaktörer, studieförbund och kommuner. Fokus ligger på det lustfyllda och prestationsfria. Vissa av aktiviteterna har varit öppna för allmänheten där alla deltar på samma villkor. Det har också funnits grupper för enbart patienter där fokus flyttats från patientroll till en aktiv deltagarroll med ansvar för sin egen hälsa.

Totalt har 22 patienter deltagit i Må bra med kultur-aktiviteter. Vissa patienter har anmält sig till mer än en aktivitet. Vi har haft öppna aktiviteter (där alla har möjlighet att delta) och rena patientgrupper. Aktiviteter har erbjudits i Linköping, Mjölby och Norrköping. Både deltagare, kuratorer och kulturaktörer ser Må bra med kultur som ett nytt, spännande verktyg för att främja hälsa och nå nya målgrupper. Fler kulturaktörer har också hört av sig om förslag på samarbete med nya aktiviteter. (En separat resultatsammanställning över Må bra med kultur 2012, kommer att publiceras på webben i början av 2013.)

*Framtid:* Under våren 2013 kommer aktörerna att erbjudas en viss ersättning för de aktiviteter de utför inom Må bra med kultur. Kriterier kommer att ställas för hur aktiviteterna ska vara beskaffade och hur de genomförs. Vi arbetar för att utveckla landstingets koncept tillsammans med kultursamhället och för en bättre geografisk spridning. På sikt förväntar vi oss att kunna erbjuda aktiviteter i hela länet. Vi ser också att vi kan bredda Må bra med kultur så att fler personalkategorier än kuratorer använder verktyget.

För framtiden finns också möjlighet att samverka med LiÖ:s kultur- och naturskolor (Lunnevals folkhögskola samt Naturbruksgymnasiet) i Må bra med kultur-konceptet.

## **Teori och litteratur**

Kunskapen om kulturens betydelse för hälsa har ökat. Nationella folkhälsokommitténs slutbetänkande Hälsa på lika villkor<sup>14</sup> slår fast att det finns vetenskapligt stöd för att kulturaktiviteter kan vara ett värdefullt komplement till rehabilitering och behandling. Nationell och internationell forskning visar att deltagande i kulturella aktiviteter även kan vara hälsofrämjande.

*Syfte:* Att sammanställa en teoretisk bakgrund med aktuell forskning samt exempel från praktiskt arbete inom området kultur och hälsa för en ökad förståelse för området.

*Mål:* Att skriva ett kunskapsunderlag som ska vara lättillgängligt för alla på webben.

*Målgrupper:* Politiker, patienter, anhöriga, medarbetare samt allmänheten.

Planerat genomförande: En rapport baserad på teori- och litteratursökning ska skrivas och publiceras på webben. Litteratursökning i förekommande databaser kan ske med hjälp av HU:s bibliotek.

*Resultat:* Sammanställningen finns på webben och har använts i flera olika informations- och presentationssammanhang.

---

<sup>14</sup> Nationella folkhälsokommittén. Hälsa på lika villkor – nationella villkor för folkhälsan, 2000. Från: <http://www.regeringen.se/sb/d/108/a/2822> (citerad januari 2013).

*Framtid:* Allt eftersom ny forskning tillkommer behöver teoridokumentet uppdateras. Detta skulle till exempel kunna göras som en studentuppgift.

### **Kultur och hälsa på webben**

Ett enkelt sätt att nå ut med information och kunskap till allmänhet och medarbetare är via landstingets webbsidor.

*Syfte:* Att beskriva området kultur och hälsa på webben, att ge exempel på forskning och aktiviteter samt att inspirera till kulturella aktiviteter. Att ge medarbetarna inom landstinget kunskap inom området.

*Mål:* Att ha en första uppdaterad hemsida senast februari 2012. Att sedan öka antalet läsare.

*Målgrupper:* Medborgare, medarbetare, kulturaktörer, patienter och anhöriga.

*Resultat:* Från och med 2012-01-30 fanns projektet representerat på LiÖ-webben och strax efter gjordes en egen hemsida, [www.lio.se/kulturhalsa](http://www.lio.se/kulturhalsa). Här har det funnits allmän information om projektet, kunskapsunderlag och länkar till andra verksamheter samt forskning nationellt och internationellt. Inbjudan om samarbete med kulturaktörer har också legat ute på hemsidan, liksom de inslag i media där projektet representerats samt en film om musikterapi vid lasarettet i Motala.

Träffar på webbsidorna 2012-01-01-2013-01-10:

	Internt	Externt
Kultur och hälsa	306	693
Det här är på gång	118	249
Må bra med kultur	64	204
Verktyg i vården	36	108

*Framtid:* Det finns stora utvecklingsmöjligheter för sidan med mer aktuell information och även bilder från den egna verksamheten. Det finns en utmaning i att anpassa sidan för både medarbetare och allmänhet.

## **Lunnevads folkhögskola**

Landstinget i Östergötland är huvudman för Lunnevads folkhögskola. Skolan har en estetisk profil och bedriver utbildning inom områdena musik, dans och konst. Lunnevad arrangerar många egna kulturprogram och har ett stort kontaktnät utanför skolan. Man medverkar i konserter och utställningar runtom i Östergötland och samarbetar med andra folkhögskolor, organisationer, föreningar och kommuner för att främja utvecklingen i regionen och för att måna om det gemensamma kulturarvet.

*Syfte:* Att involvera Lunnevads folkhögskola i projektet kultur och hälsa.

*Mål:* Att under projekttiden samarbeta och genomföra aktiviteter inom området kultur och hälsa. Att inkludera kultur och hälsa i utbildningen inom lämpliga inriktningar inom skolans utbildning.

*Målgrupper:* Patienter, anhöriga, medarbetare, skolans elever och ledning.

*Resultat:* Vi har varit på skolan vid två tillfällen och träffat rektor och lärare. Vid seminariet som Kultur och hälsa ordnade för bl a kulturaktörer i maj 2012 presenterade rektorn möjliga kulturaktiviteter och elever uppträdde med musik och dans.

*Framtid:* Inför 2013 års fortsättning med konceptet Må bra med kultur är Lunnevad inbjudna att samverka. Vi ser också möjligheter för eleverna att samverka med oss inom arbetet med Kultur i vården där de skulle kunna ha en aktiv roll på länets sjukhus.

## **Seminarier**

Kunskap om kulturens betydelse för hälsan har ökat de senaste åren. Det finns vetenskapligt stöd för att kulturupplevelser kan ha starka samband med förbättrad hälsa och positiva processer i kroppen. Att medvetandegöra och intressera både medarbetare och kulturaktörer är grundläggande för framtida möjligheter att utveckla ett uppdrag med kultur och hälsa.

*Syfte:* Att sprida kunskap om området kultur och hälsa. Att göra medarbetarna medvetna om kultur och hälsa och om landstingets satsning inom området.

*Mål:* Att genomföra seminarier för berörda målgrupper.

*Målgrupper:* Målgrupper är medarbetare inom landstinget i Östergötland, kulturinstitutioner/kulturaktörer i länet samt kommuner i länet.

*Planerat genomförande:* Vi har för avsikt att genomföra seminarier för målgrupperna.

*Resultat:* Projektet initierade och genomförde ett seminarium för målgruppen kulturaktörer i maj 2012. Seminariet var ett led i att starta ett samarbete med kulturaktörerna i länet. Landstingsstyrelsens ordförande inledde seminariet, forskaren Eva Bojner-Horwitz föreläste om Kultur för hälsans skull och projektledarna berättade om den länsövergripande satsningen Kultur och hälsa i Östergötland. Elever från Lunnevads folkhögskola uppträdde med dans, musik och rektor visade ett bildspel. Seminariet avslutades med en gruppdiskussion med fokus på möjligheter på samverkan. 41 personer deltog i seminariet och drygt 30 intresseanmälningar för att delta i Må bra med kulturaktiviteter inkom.

Eftersom arbetet bedrivits i projektform har inte förutsättningarna för en bred och långsiktig medarbetarsatsning kunnat göras.

*Framtid:* Vi ser det som oerhört väsentligt att nå ut i den egna verksamheten med kunskap för att kunna nå framtida resultat och planerna för medarbetarseminarier kvarstår. Seminarier med kommunerna kan bli aktuellt i samverkan med Östsam.

### **Verktyg i vården**

Landstinget i Jönköping har tagit fram ett material kallat Verktyg i vården<sup>15</sup>. Det består av en DVD med tillhörande musik, en Cd med avslappnande musik samt stora naturbilder för montage i till exempel tak. Materialen är framtagna för att förbättra den rumsliga miljön och därmed vara en del i arbetet med en hälsofrämjande vårdmiljö.

*Syfte:* Att erbjuda materialet även inom LiÖ för att bidra till en hälsofrämjande vårdmiljö och en mer positiv upplevelse.

*Mål:* Att köpa in och erbjuda materialet inom landstinget. Att undersöka om medierna uppfattas som positiva för patienter och medarbetare i vårdsituationen.

*Målgrupper:* Patienter men även anhöriga och medarbetare kan komma att bli involverade, beroende på mediernas exponering.

*Planerat genomförande:* Vi har för avsikt att köpa in materialet från Jönköping för att kunna erbjuda vården att använda det under viss tid. Om det visar sig användbart och uppskattat finns möjlighet till komplettering. I första hand avser vi att placera bilder vid Folk tandvården samt eventuellt inom avdelningar där det bedrivs dagkirurgi. Bildspelen tänker vi oss att placera i väntrum där väntetiden kan bli relativt lång. CD – skivor kan användas i enskilda uppvakningsrum eller vid dagkirurgiska ingrepp.

*Resultat:* Vi har beställt 10 CD-skivor samt 10 DVD från landstinget i Jönköping. Erbjudande om att låna material är utlagt på webben. Vi har även informerat om materialet i olika sammanhang och också skickat ett erbjudande om att låna materialet på ett par Folk tandvårdskliniker. Tyvärr har intresset för materialet inte varit så stort. Åtta klinker har fått CD-skivor och sex klinker har fått en DVD. Någon uppföljning är inte gjord än.

*Framtid:* Eftersom materialet finns att tillgå kan vi öka marknadsföringen. Även om information finns på webben verkar det inte ha nått alla verksamheter inom LiÖ. Inom detta område finns även en FoU-potential och inom den FORSS-samverkan som pågår, diskuterar vi att utgå från Verktyg i vården.

---

<sup>15</sup> Kultur och hälsa i Östergötland. Från: <http://www.lio.se/Verksamheter/Halso--och-vardutvecklingscentrum/Folkhalsocentrum-new/Kultur-och-halsa/Verktyg-i-varden/> (citerad januari 2013).

## Övrigt arbete

### Nätverk

Nätverket Hälsofrämjande sjukvård, HFS

Landstinget i Östergötland är medlem i den nationella delen av det internationella nätverket Hälsofrämjande sjukvård<sup>16</sup>. Inom detta nätverk arbetar man med olika temagrupper och Hälsofrämjande vårdmiljö är en temagrupp som bildades under hösten 2012. Folkhälsocentrum kommer att representera landstinget i detta nätverk.

### Forskning och utveckling

Två **studentgrupper** inom Helkurs 2, förbättringsarbete, har gjort projekt inom området Kultur i vården. Arbetet är redovisat ovan. Ett fortsatt studentarbete inom Linköpings universitet är föreslaget under 2013. Det finns också möjlighet för studenter inom andra utbildningar att skriva uppsatser t ex på magister- eller mastersnivå.

Två ansökningar har gjorts till **FORSS** i samverkan med Landstinget i Jönköpings län och Hälsouniversitetet i Linköping. Båda har beviljats medel. Nätverksarbetet har bland annat bidragit till att omsorgspersonal i Linköping har kunnat delta i en kortare utbildning inom området dans för äldre. Vi har också påbörjat arbete med en FORSS-ansökan om startbidrag för en förberedande forskningsstudie.

Två ansökningar om utvecklingsmedel har skickats till **Kulturrådet**. En tillsammans med Linköpings kommun inom området kultur och äldre och en för utveckling av Må bra med kultur-konceptet. Båda avslogs.

Ett särskilt riktat stresshanteringsprojekt för unga flickor på fritiden, **Skapa för själen**, har genomförts i samarbete med Hemslöjden i Östergötland/Nämnden för hemslöjdsfrågor. Projektet har inneburit träffar, forskarcirkel och seminarium i samverkan med Bildningsförbundet och Linköpingsuniversitet. En rapport skrevs november 2012.

En studiehandledning görs under 2013 med målgrupp folkbildning och hälsofrämjande arbete inom LiO, t ex inom Må bra med kultur. En magisteruppsats skrivs på IKK, Linköpings universitet.

Inom stroke-rehabiliteringen vid lasarettet i Motala används **musikterapi**. En film om detta gjordes under våren 2012. Filmen presenterades på webben;  
<http://lioappl1.lio.se/Video/2012/musikterapi.htm> (dec 2012).

---

<sup>16</sup>Nätverket hälsofrämjande sjukvård. Från: <http://www.natverket-hfs.se/> (citerad januari 2013).



### **Övrig samverkan**

I **Östergötlands kulturplan** som utarbetats av Regionförbundet Östsam, beskrivs kulturens roll för bättre folkhälsa som ett utvecklingsområde för åren 2012-14<sup>17</sup>. Under projekttiden har vi samarbetat med Östsam i att skriva handlingsplaner för ett fortsatt sådant arbete. Arbetet fortsätter under 2013.

### **Mediebevakning**

Förutom artiklar och nyheter på landstingets egna **webbsidor**, har Kultur och hälsa uppmärksammats i annan **media**. Bland annat i en artikel i Hälsotecken (Landstingets information till alla hushåll i Östergötland, nummer 1:2012) och Främja hälsa (tidning från nätverket Hälsöfrämjande sjukvård, nummer 2:2012).

Media har även bevakat området i olika sammanhang. En intervju i Radio P4 hösten 2011, inslag i TV 4 Östergötland i januari 2012 samt i Östgöta Correspondenten och Norrköpings tidningar som i maj 2012 hade varsin artikel om det pågående arbetet.

---

<sup>17</sup> Östergötlands kulturplan, fastställd nov 2011, Östsam. Från: [http://www.ostsam.se/files/978\\_Kulturplan%20faststalld%20111111.pdf](http://www.ostsam.se/files/978_Kulturplan%20faststalld%20111111.pdf) (citerad januari 2013).

## Framtid

Folkhälsocentrum fick under hösten 2012 ett delegationsuppdrag att vidareutveckla konceptet kultur och hälsa. Vi ska pröva att införa kulturaktiviteter som verktyg i det hälsofrämjande arbetet inom Landstinget i Östergötland i samverkan med regionförbundet Östsam och kulturaktörer i länet. Inför det framtida arbetet har vi för avsikt att skriva handlingsplaner tillsammans med styrgruppen. Detta arbete kommer att påbörjas under januari 2013.

Våra fokusområden är

- Må bra med kultur
- Kultur i vården
- Hälsofrämjande vårdmiljö
- FoU

## Reflektioner

Hälsa handlar inte bara om att vara sjuk eller frisk. WHO:s definition av hälsa från 1948, lyder ”Hälsa är ett tillstånd av fullkomligt fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande, inte endast frånvaro av sjukdom”<sup>18</sup>. Att arbeta hälsofrämjande innebär att främja och förbättra individens kontroll över sin hälsa och hälsorelaterade livskvalitet. Det handlar huvudsakligen om att varje patient ska bemötas med ett förhållningssätt som tydligt signalerar att patienten inte enbart är en kropp som ska lagas, utan att patientens egna resurser är betydelsefulla och ska tas i anspråk. Ett hälsofrämjande förhållningssätt innebär att stödja och stimulera individens förmåga att ta kontroll över sin egen hälsa och förbättra den. Med ett ökande holistiskt synsätt på människan lyfts kultur och kulturaktiviteter upp som ett komplement till dagens mer traditionella vård och behandling.

Kultur och hälsa är ett område under stor utveckling och expansion. Nya forskningsresultat om kulturens betydelse för hälsan publicerar ständigt. Den neurobiologiska forskningen har visat att hjärnan har förmåga till ny- och omdaning under hela livet och kulturella aktiviteter verkar kunna bidra till en sådan utveckling. Det finns också forskning som pekar på att kognitiva förmågor kan påverkas positivt av kulturella aktiviteter, speciellt bland barn och äldre.

Utvecklingsarbeten kring kultur och hälsa pågår i många landsting. Några landsting har anställda musiker som på begäran spelar inne på patientrummen, bland annat inom den palliativa vården. Andra arbetar med musik- och konstterapi inom behandling och rehabilitering. Grön rehab är ett starkt framväxande område för patienter med lättare psykisk ohälsa. Region Skåne med flera, arbetar med kultur på recept för personer med psykiska sjukdomar.

Inom området hälsofrämjande vårdmiljö finns ett snabbt växande arbete med att använda t ex den konst som finns inom hälso- och sjukvården som ett hälsofrämjande verktyg. Men det är också ett område där man ställer fler och fler krav på den fysiska vårdmiljöns hälsofrämjande utformning.

Landstingen behöver hitta nya former för att främja hälsa. I det koncept vi utvecklat, Må bra med kultur, samverkar vi med kulturaktörer för att bereda patienter möjligheter att delta i kulturaktiviteter som ett hälsofrämjande verktyg. Våra erfarenheter av Må bra med kultur är så här långt mycket goda. Här vänds perspektivet från det sjuka till det friska och lustfyllda. Både patienter, kuratorer och kulturaktörer ser mycket positivt på att använda kultur i det hälsofrämjande perspektivet.

Kultur och hälsa är ett område med stor utvecklingspotential. Landstinget i Östergötland har, som vi ser det, stora utvecklingsmöjligheter att använda kulturella aktiviteter. Både som ett komplement till den mer traditionella hälso- och sjukvården men även i vård och behandling.

---

<sup>18</sup> WHO, Declaration of health. Från: <http://www.who.int/about/definition/en/print.html> (citerad januari 2013).