



KULTUR OCH HÄLSA KONFERENS 2022

Välkommen till en fullspäckad dag om kultur och hälsa med föreläsningar, inspiration, forskning, praktik och nätverkande!

- Emil Jensen inleder dagen
- Kultur för hälsa och välbefinnande
- Rapport från pilotutbildningen för handledare i reflekterande skrivande
- Workshop om meditation & skrivande
- Dans för hälsa från forskning till implementering
- Shared Reading för personligt växande?

Tid och plats

10 november kl 9.00 – 16.30

Conventum konferens, Olof Palmes torg 1, Örebro. Konferensrum Bryggaren

Konferensen är kostnadsfri, vi bjuder på fika och lunch

Anmälan

Anmäl dig senast den 27 oktober via länken: [Jag vill anmäla mig!](#)

Kontakt

Anette Granberg

Doktorand – Medicinsk vetenskap, inriktning hälso-

och vårdvetenskap, Universitetssjukvårdens forskningscentrum (UFC)

Utvecklingsledare – Kultur och hälsa, Region Örebro län

anette.granberg@regionorebrolan.se

Linda Berg Ottoson

Utvecklingsledare – Bibliotek,

Region Örebro län

linda.berg-ottoson@regionorebrolan.se



PROGRAM

9.00 Fika och mingel

9.30-9.35 Välkommen!

Anette Granberg och Linda Berg Ottoson hälsar välkomna.

9.35-10.00 Emil Jensen

Den prisbelönte artisten, poeten och radioprataren Emil Jensen inleder dagen. Efter sina hyllade Sommarprat och Vinterprat i Sveriges Radio, har Emil Jensen senaste åren turnerat med sina föreställningar för fullsatta hus genom hela landet, på allt ifrån Dramaten till Way out west, från Ale Stenar i söder till Kiruna i norr. Emils liveframträdanden har beskrivits som just sommarprat på scen, där hans musik varvas med personliga berättelser, lyrik och komik. I sin helt egna blandning av humor och allvar tar han mellansnacket till en ny genre.



10.05-10.50 Kultur för hälsa och välbefinnande – Malin Anclair

Många vet att kultur är bra för hälsan- men varför är det så? Vilka centrala faktorer är det som kan förklara varför kultur kan vara hälsofrämjande för både barn, unga, vuxna och äldre? Vad säger forskningen?

Digital föreläsning med Malin Anclair, universitetslektor i klinisk psykologi vid Luleå Tekniska Universitet samt legitimerad psykoterapeut. Malin har tidigare arbetat på Kompetenscentrum för kultur och hälsa, Region Stockholm



11.00-12.00 En rapport från pilotutbildningen för handledare i reflekterande skrivande – Emelie Hill Dittmer

“Den reflekterande skrivprocessen handlar om hängivenhet och tillit – till att möta sig själv i skrivrummet och det som uppkommer och på sikt växer fram. En upptäcktsfärd där självomsorg, trygghet, tillit och mod är ledord - att vara uppmärksam på våra reaktioner – stanna upp och notera dessa, känna efter och omfamna den växande nyfikenheten.”

Författaren, skrivpedagogen och journalisten Emelie Hill Dittmer i samtal med kursdeltagarna Sofia Hadders och Anna-Lova Rosell om den reflekterande skrivprocessen och vägledarrollen. Moderator: Linda Berg Ottoson



12.00-13.00 LUNCH

13.00-14.30 Workshop om meditation & skrivande – Ellinor Ljungkvist

Koreografen Ellinor Ljungkvist driver danskompaniet Gala Dance Bergslagen. Tillsammans med dansarna Ida Hellsten, Jessica Andrenacci och Maria Tereza Tanzarella får vi en praktisk inblick i meditation och reflekterande skrivande som metod. Meditation följt av reflektion kan skapa nya perspektiv och höja ens kreativitet. Som avslut kommer dansarna att presentera en kort dansimprovisation baserat på meditationen. *Delar av programpunkten är på lätt engelska. **Ellinor Ljungkvist är koreograf och dansare med Askersunds kulturhus Sjöängen som sin utgångspunkt.**



14.30-15.00 Fika

15.00-15.35 Dans för hälsa från forskning till implementering – utmaningar och möjligheter – Anna Duberg

Dans med fokus på rörelsegädje har i en studie från Örebro Universitet visat sig kunna utgöra ett exempel på en genomförbar, hälsoekonomiskt effektiv och uppskattad metod som kan komplettera elevhälsans insatser. Idag används metoden med spridning över landet och under föreläsningen får du ta del av resan från forskning till implementerad verksamhet, hur metoden mottagits och används idag.

Anna Duberg är medicine doktor i hälsovetenskap, fysioterapeut, forskningshandledare på Universitetssjukvårdens Forskningscentrum och arbetar med innovationsfrågor, Region Örebro län.

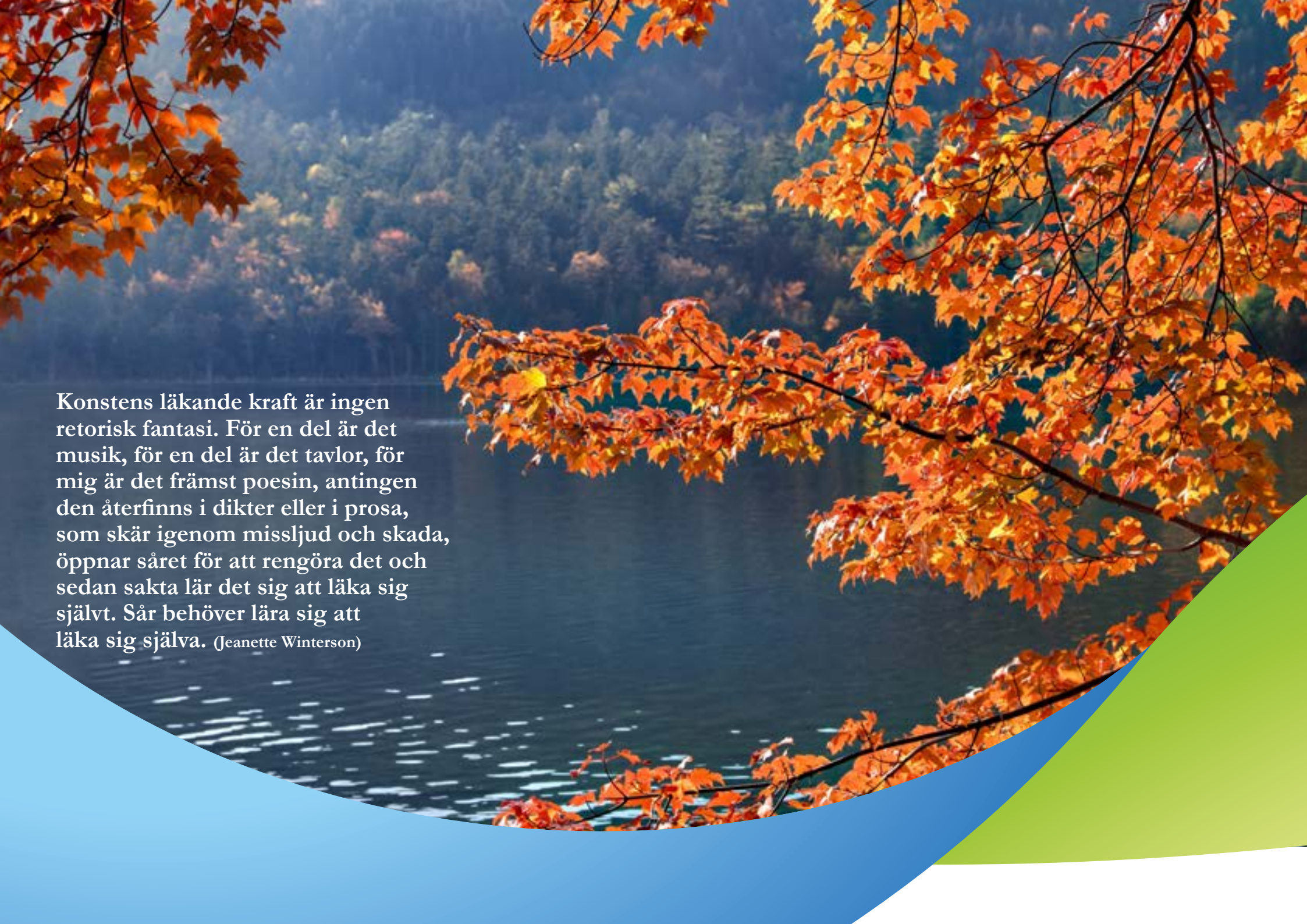


15.40-16.25 Shared Reading för personligt växande? – Anna-Lova Rosell

Föreläsningen fokuserar på litteraturens roll i bildande processer och specifikt på metoden Shared Reading som ett möjligt verktyg för självbildning och personligt växande. Vi får veta mer om Region Örebro läns utbildning i Shared reading, där deltagarnas upplevelser av samtal om litteratur och läsning undersöks. Två deltagare från utbildningen i Shared reading medverkar. **Anna-Lova Rosell är filosofie doktor i pedagogik och har tidigare forskat om litteratur och moralisk bildning. Medverkar gör även Astrid Tengelin, bibliotekarie i Hällefors och Malin Räftegård, skolbibliotekarie i Askersund**



16.30 Avslut



Konstens läkande kraft är ingen retorisk fantasi. För en del är det musik, för en del är det tavlor, för mig är det främst poesin, antingen den återfinns i dikter eller i prosa, som skär igenom missljud och skada, öppnar såret för att rengöra det och sedan sakta lär det sig att läka sig självt. Sår behöver lära sig att läka sig själva. (Jeanette Winterson)