



Kultur, helse & omsorg  
NASJONALT KOMPETANSESENTER

SEMINAR

# DANS SOM KULTURUTTRYKK FOR MENNESKER MED FYSISKE UTFORDRINGER ELLER DEMENS

*Torsdag 15. oktober 2015*

*Radisson Blu Hotel, Trondheim Airport Værnes*

Omfattende forskning viser at sang, musikk, dans, rytmisk trening og andre tiltak fra kulturfeltet som benyttes i pleie- og omsorg, virker positivt på behandling, livskvalitet og medikamentbruk. Aktiv deltakelse i kulturaktiviteter har få bivirkninger, kan forsinke utviklingen av demens, redusere stress og lindre smerter. Dette mobiliserer egne ressurser hos den som mottar omsorg, og kan gi viktige bidrag til helsesektoren.

Tiltakene skaper mer variert arbeid, kan redusere sykefraværet og bidra til bedre ressursbruk.

Kulturtiltak i omsorgen er forankret i statlig planverk bl.a. i **Stortingsmelding 29 (2012-2013) Morgendagens omsorg, kap 5.2.1**. Dette seminaret vil presentere dansens betydning og muligheter, både som egen aktivitet og som bidrag til bedre liv og helse for utsatte grupper.

## SEMINARETS FORMÅL

- Øke oppmerksomheten om bruk av dans og rytmisk trening som virkemiddel til å bedre livskvalitet og helse for mennesker i omsorg som har demens og/eller fysiske utfordringer
- Dele teori og god praksis til bruk i daglig omsorgsarbeid
- Utvikle nettverk og skape en felles arena

## MÅLGRUPPER

Ansatte i helse- og omsorgssektoren, utøvende i dansemiljøer, ansatte i kulturskolene, ansatte og studenter i Universitet- og Høgskolesektoren og andre interesserte.

*Seminaret arrangeres i samarbeid med Trondheim kommune*



# PROGRAM

- 1000-1010 Seminaråpning og introduksjon
- 1010-1055 "Kroppens uttrykkende potensial - kunnskap om og refleksjoner over hva det å danse kan bety for liv og helse" v/ **Gunn Engelsrud**  
*Professor i helsefagvitenskap ved Norges idrettshøgskole*
- 1055-1115 **Estetikk, motorikk og levende sjeler** v/ **Sverre Krüger**,  
*kunsthistoriker og professor, NTNU*
- 1115-1130 Pause
- 1130-1200 **Å ta dansen tilbake** v/ **Anna Hegdahl**, dansekunstner og pedagog  
*Nasjonalt kompetansesenter for kultur, helse og omsorg/  
leder Dans i Nord- Trøndelag og  
Creme Fraiche Dansekompani/Levanger kommune*
- 1200-1230 **Dans som satsningsområde ved Kulturenheten Trondheim kommune og samarbeid med DansiT, Senter for dansekunst i Sør-Trøndelag**  
v/ **Arnild Staal Pettersen**, daglig leder DansiT,  
*Kunstnerisk leder og pedagog Danseteateret 55+, utøvende dansekunster*
- 1230-1330 Lunsj
- 1330-1415 **Moving meetings: The purpose and effect of dance/movement for older people with /or without dementia who are in care or in hospital. Specific examples from projects in England**  
v/ **Rebecca Seymour**, dance artist, England
- 1415-1430 Pause
- 1430-1500 **Konkrete danseøvelser i plenum** v/ **Rebecca Seymour**
- 1500-1530 **Denne stunden - erfaringer fra Den kulturelle spaserstokken**  
v/ **Lisa Nøttseter**, dansekunstner, Bergen Dansesenter
- 1530-1540 Avslutning - videre arbeid

Påmelding: se [www.kulturoghelse.no](http://www.kulturoghelse.no), eller [post@kulturoghelse.no](mailto:post@kulturoghelse.no).

Informasjon: Odd Håpnes, daglig leder; [odd.hapnes@kulturoghelse.no](mailto:odd.hapnes@kulturoghelse.no) tel 951 56 306 eller Anna Hegdahl, [anna@dansinordtrondelag.no](mailto:anna@dansinordtrondelag.no), tel 984 13 327