



Kultur og Sundhed

Kultur- og Fritidsforvaltningen
maj 2021



Indhold

Baggrund	2
Definition og afgrænsning af kultur og sundhed	2
Opsamling af erfaringer fra eksisterende initiativer i andre kommuner og regioner	3
Kultur på recept	3
Kulturmetropolen	4
Kulturstilladset	4
Kulturvitaminer	4
Kortlægning af eksisterende initiativer om kultur og sundhed i Københavns Kommune	7
Teater og musik på pleje- og aktivitetscentre	7
Hold Hjernen Frisk – med musik, sang og dans	8
Guidet fælleslæsning for seniorer	8
Væv en bog	8
Lokaludvalg	9
Mulige konkrete initiativer	11

Baggrund

Kultur- og Fritidsudvalgets drøftede den 19. januar 2021 et medlemforslag om kultur og sundhed.

Kultur- og Fritidsudvalget besluttede, at Kultur- og Fritidsforvaltningen skulle vende tilbage til udvalget med en opfølgning på udvalgets drøftelser, herunder en opsamling af erfaringer og en intern kortlægning.

Kortlægningen er et overblik over eksisterende aktiviteter og erfaringer i andre kommuner og regioner samt af interne aktiviteter i Københavns Kommune vedr. kultur og sundhed. Rapporten indeholder desuden de forslag til konkrete initiativer om kultur og sundhed, som blev anført i medlemsforslaget.

Definition og afgrænsning af kultur og sundhed

Der er foretaget mange undersøgelser af, hvordan kunst- og kulturaktiviteter bidrager til borgernes sundhed. Samtidig er antallet af projekter vedr. kultur og sundhedsfremme stigende både i Danmark og internationalt og der er konsensus i forskningen om, at æstetisk engagement har potentiale til at stimulere sanserne og give bedre psykisk velbefindende og sundhed.

Derudover ses også somatiske effekter som øget funktionskapacitet, mindre træthed, og yderligere mentale effekter som forbedret trivsel og reduktion af angst og stress (Jensen 2017¹, Hjelm 2019², WHO 2019³).

Kunst- og Kultur defineres forskelligt i de eksisterende undersøgelser.

I denne kortlægning, defineres kunst og kultur bredt, da det ikke er påvist, at nogle kunst- eller kulturaktiviteter frem for andre skulle have sundhedsfremmende effekter.

Der kan således være tale om alt fra musik, scenekunst og fælleslæsning til museumsbesøg, byvandring eller aktiviteter på et keramikværksted. Al kunst og kultur kan derfor antages at have gavnlige effekter for sundheden selvom det ikke er det primære sigte med aktiviteterne, da deltagelse i kunst og kulturaktiviteter bidrager til social inklusion, forebygger dårligt helbred og har helbredende effekter (WHO 2019).

Sundhed defineres også bredt og inkluderer både fysiske og psykiske forhold, som smerter og sygdom, stress og depression, som ellers kan resultere i langtidssygdomme eller marginalisering i samfundet. Alle disse udfordringer kan gøre det vanskeligt eller uoverskueligt at opsøge kultur, hvorfor det primære mål med kultur som sundhedsfremme er at invitere og guide projektdeltagerne til at opleve og deltage i kulturlivet på måder, der er overskuelige for dem.

I kølvandet på det stigende antal undersøgelser og projekter med fokus på kultur som sundhedsfremme er det blevet debatteret, hvorvidt kulturen kan - og bør anvendes som middel til at opnå resultater indenfor områder som sundhed, inklusion eller beskæftigelse. I denne kortlægning af projekter og erfaringer vedr. kultur og sundhed anlægger forvaltningen den tilgang, at kultur og sundhedspraksis ikke er et forsøg på at instrumentalisere kunsten, men netop et forsøg på at bruge kunst og kultur til det det også kan: at skabe viden, fællesskaber, fælles oplevelser, aktivere sanserne, forandre og udfordre.

Denne kortlægning er inddelt i tre dele, hvor første del er en opsamling af erfaringer med projekter om kultur og sundhedsfremme i andre kommuner og regioner. Anden del er en kortlægning af eksisterende interne kulturaktiviteter der fremmer sundhed i Københavns Kommune. Sidste del indeholder forslag til konkrete initiativer der sætter fokus på kultur og sundhed i Københavns Kommune.

¹ Jensen, A. (2017) *En systematisk gennemgang af den internationale litteratur om Kultur og Sundhed: Værdien af kunst- og kulturaktiviteter som kliniske, terapeutiske og rammesatte tiltag.*

² Hjelm, E. (2019) Oplæg: Kultur og sundhedsfremme i kommuner – potentialer og udfordringer

³ WHO (2019) What is the evidence on the role of arts in improving health and well-being? A scopic review.

Opsamling af erfaringer fra eksisterende initiativer om kultur og sundhed i andre kommuner og regioner

Flere kommuner, regioner og kulturaktører arbejder og samarbejder om projekter med det formål at fremme sundheden hos borgerne gennem kulturelle oplevelser. Denne oversigt over eksisterende initiativer i andre kommuner og regioner skal fungere som inspiration til, hvordan Københavns Kommune ville kunne igangsætte "københavnere udgaver" af eksisterende initiativer.

Kultur på recept

Fire kommuner, Aalborg, Nyborg, Vordingborg og Silkeborg, har udviklet og afprøvet forløb med kulturaktiviteter, der har været målrettet borgere med let til moderat depression, stress og angst. Otte ud af 10 deltagere har oplevet, at deres helbred er forbedret efter et 10 ugers forløb, og 3 ud af 4 har vurderet, at kultur på recept i høj eller nogen grad har forbedret deres trivsel.

Arbejdet er afsluttet med en tværgående evaluering, der udkom 10. juni 2020. De fire kommuner har i perioden 2016-2019 tilbudt borgere med let til moderat stress, angst eller depression at deltage i Kultur på Recept, der er et 10 ugers fastlagt gruppeforløb med kulturaktiviteter to-tre gange om ugen. Her har borgerne malet, sunget, læst, tegnet og meget mere i kommunens kulturinstitutioner. Deltagerne er blevet guidet af kultur guider, og hele forløbet er koordineret af en kulturkoordinator.

I hver af de fire kommuner er det lykkedes at udvikle og afprøve kulturelle aktiviteter med det formål at fremme den mentale sundhed og trivsel hos deltagerne i et samarbejde mellem kommune og kulturinstitutioner. I de fire kommuner er der rekrutteret mere end 800 borgere med let til moderat angst, stress eller depression til at deltage i Kultur på Recept. Deltagerne er som hovedregel henvist af kommunernes jobcentre. Tre ud af fire deltagere er kvinder, og aldersgennemsnittet på deltagerne er 44 år. Næsten samtlige deltagere (97 %) er tilfredse med Kultur på Recept.

Projekterne er gennemført i en treårig periode fra efteråret 2016 til efteråret 2019 og er finansieret med 8 mio. kr. i alt fra statens satspulje.



Kulturmetropolen

Kulturmetropolen er en kulturaftale mellem ni kommuner i Region Hovedstaden og staten, hvis formål er at samarbejde om at skabe flere og bedre kulturtilbud til borgerne på tværs af kommunegrænser.

I Kulturmetropolens nye aftale for 2021-2024 er et af de tre konkrete indsatsområder at øge borgernes livskvalitet både fysisk, psykisk og socialt gennem kulturelle tilbud og aktiviteter. Kulturmetropolen arbejder aktivt på at informere om mulighederne med at arbejde med kultur som sundhedsfremme. I 2020 har samarbejdet bl.a. udarbejdet en kortlægning af igangværende initiativer i danske kommuner. Kulturmetropolen arbejder desuden for, at de i løbet af foråret 2021 kan igangsætte et billedkunstforløb og et skriveforløb for sårbare målgrupper.

Kulturstilladset

Kulturstilladset er et projekt i Frederiksberg Kommune, der blev igangsat på baggrund af et politisk ønske om at invitere byens socialt udsatte til kommunalt støttede arrangementer. Formålet med Kulturstilladset er at støtte udsatte borgere på Frederiksberg i at deltage i byens eksisterende kulturliv på en for dem, meningsfuld måde, der understøtter den almene dannelse og livskvalitet i hverdagen.

Kulturstilladset er mere konkret et tværfagligt netværk bestående af kommunen, lokale kulturaktører, herunder Biblioteket på Frederiksberg, Betty Nansen og C:NTACT og repræsentanter fra sociale foreninger og organisationer, der har et særligt kendskab til målgruppen: Mødrehjælpen, Frederiksberg Kirke og boligsociale medarbejdere. Det er Kultur- og Fritid i Frederiksberg Kommune, der er tovholdere på projektet og forvaltningen afholder fem netværksmøder om året. I samarbejde med netværket, finder forvaltningen frem til borgere i målgruppen og tilbyder dem billetter til kulturaktiviteter.

Kulturstilladset har i 2019 givet billetter og kulturoplevelser til udsatte borgere til bl.a. CPH STAGE, Frederiksberg Høstfest, teaterforestillinger på Betty Nansen, Frederiksberg svømmehal i vinterferien og FCK-kampe.

Projektlederne beretter, at der var flere indsigter undervejs. f.eks. at målgruppen af socialt udsatte børnefamilier ikke er en homogen gruppe, men mennesker med forskellige udfordringer. Derfor har det været essentielt at samarbejde med organisationer, der kender målgruppen, særligt i forbindelse med formidling af projektet, da deltagelse kan være sårbart og beror på tillid og timing. Gennem tilbagemeldinger fra deltagerne lærte de, at det havde stor betydning for de socialt udsatte at blive inviteret med til kulturaktiviteter, som de ellers ikke selv havde opsøgt eller havde kunnet betale for.

Kulturvitaminer

Aalborg Kommune har videreført Kultur på Recept under navnet "Kulturvitaminer". Projektet i Aalborg er udarbejdet af Sundheds- og Kulturforvaltningen og forankret i Center for Mental Sundhed.

I Aalborg medvirker følgende kulturinstitutioner/aktører i at levere aktiviteterne: Kunsten, Biblioteket, Aalborg Symfoniorkester, Aalborg Stadsarkiv, Den Rytmiske og Aalborg Teater. Endvidere indeholder programmet en guidet tur med en naturvejleder samt instruktion i brugen af musik som terapi.

Projektet løber over ti uger med to til tre ugentlige mødegange med en varighed af mellem to til tre timer. De hyppigste aktiviteter er fællessang og guidet fælleslæsning med i alt otte gange hver. Andre aktiviteter tilbydes mellem en og tre gange.

Der er ansat en kulturkoordinator til at være tovholder på projektet, og denne er ansvarlig for koordination af aktiviteterne og kommunikation med kulturinstitutionerne samt deltagerne. Kulturkoordinatoren deltager så vidt muligt i aktiviteterne og mødes med deltagerne for at samle gruppen, inden aktiviteten begynder.

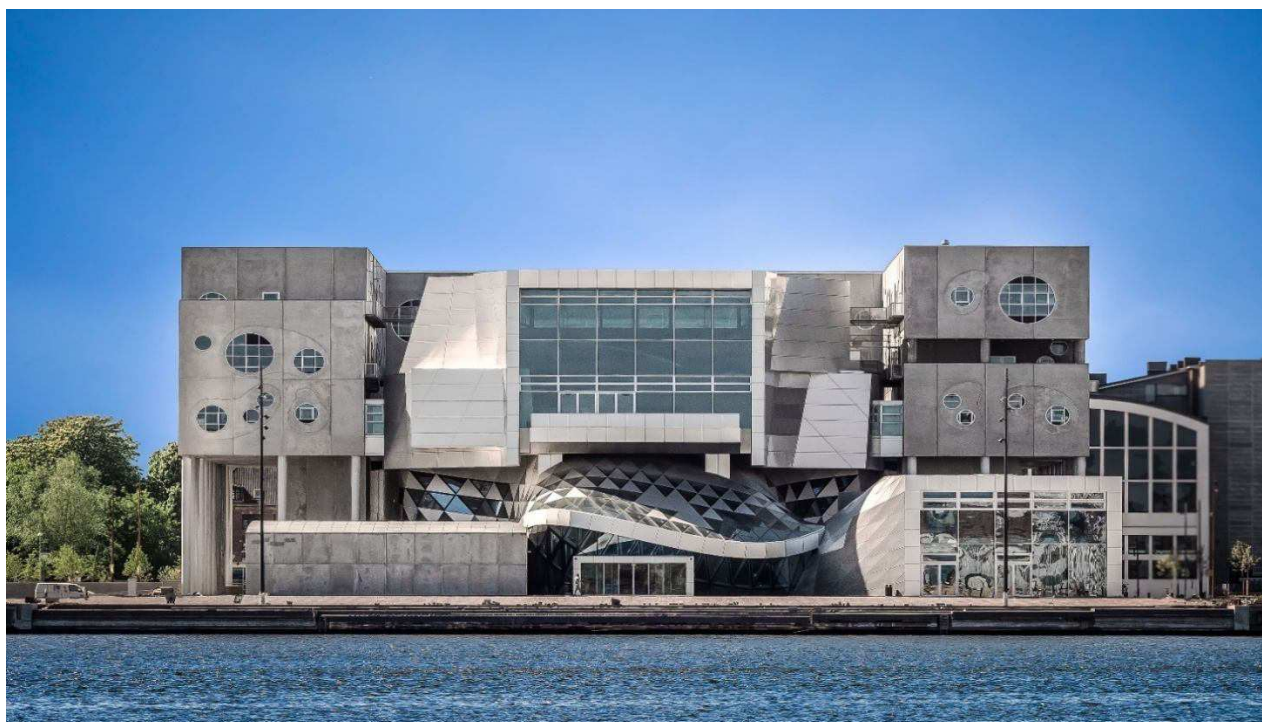
Rekruttering af borgere sker gennem jobcentret i Aalborg, hvor sagsbehandlere introducerer programmet til potentielle borgere. Det tydeliggøres, at en bestemt kulturforståelse eller forudsætning ikke er nødvendig for at kunne deltage. Det vil sige at alle, uanset baggrundsviden, kan deltage i programmet.

I forbindelse med projektet har Aalborg Universitet udarbejdet en forskningsrapport, der undersøgte Kulturvitaminers betydning for brugerne. Nedenfor ses et uddrag af resultaterne.

Erfaringer fra deltagerne:

1. Mental sundhed: Resultaterne fra temæt mental sundhed viser, at deltagerne har oplevet et øget energiniveau, øget selvværd, mere livsglæde, forbedrede sociale færdigheder og relationer, mindre panikangst, forøget motivationsniveau, bedre fornemmelse for egne behov, øget selvomsorg og en følelse af at være tættere på arbejdsmarkedet.
2. Fysisk sundhed: Resultaterne viser, at deltagelse i Kulturvitaminer har haft en positiv effekt på nogle af deltagernes fysiske helbred. De rapporterede færre panikanfald, mindre træthed, mere energi, og at de havde nemmere ved at slappe af.
3. Fællesskab: Resultaterne viser, at deltagerne oplevede, at for at fællesskabet fungerede, er det vigtigt, at der ikke er fokus på sygdom, at man kunne deltage på egne vilkår, ikke at føle sig dømt og at være ligestillet med de andre deltagere.
4. Betydningen af kunst- og kulturaktiviteter: Deltagerne knyttede forskellige resultater til deltagelse i kunst- og kulturaktiviteterne, og det kunne bidrage til at skabe et frirum, være en øjenåbner, skabe nysgerrighed, mærke følelser og bevirke afslapning og skabe fokus.

De fleste af kulturaktørerne havde fået erfaringer, som de ville bruge i deres arbejde med forskellige borgergrupper. Eksempelvis blev det bemærket, at en af kulturinstitutionerne havde opdaget en ny måde at formidle på til en anden gruppe borgere, og derved fik øje på nye muligheder for at åbne dørene for publikum. Andre nævnte, at de havde henvendt sig til andre borgergrupper i forhold til nye projekter og at de gerne ville blive dygtigere til den slags projekter.



Kultur som sundhedsfremme

For at styrke samarbejdet og viden om projekter vedr. kultur og sundhedsfremme mellem kommuner og regioner i Danmark, har Region Midtjylland udarbejdet et digitalt inspirationskatalog for krydsfeltet mellem kultur og sundhed. Kataloget og hjemmesiden er opstået som erstatning for den planlagte konference "Kultur som sundhedsfremme", der i 2020 blev aflyst på grund af Corona-krisen. På siden kan man se og høre 20 videooplæg fra eksperter indenfor kultur- og sundhedsfeltet. Nedenfor ses et uddrag af erfaringer fra forskellige eksperter og deltagere i projekter vedr. kultur og sundhedsfremme (link: <https://www.kultursomsundhedsfremme.dk/oplaeg>).

Erfaringer fra ARos:

ARos Aarhus Kunstmuseum kalder sig for et mentalt fitnesscenter og er Danmarks første demensvenlige museum. Museets har en lang række sociale programmer, som henvender sig til forskellige målgrupper heriblandt unge på kanten, mennesker med demens, psykisk sårbare og sundhedsprofessionelle.

Ifølge ARos skal kunst og kultur styrke oplevelsen af sammenhæng og mening. Aros har udviklet forløb for demensramte i samarbejde med organisationer, der kender til sygdommen. Museet har f.eks. oplevet, at demensramte har gavn af at besøge ARos, da de oplever, at det fastholder en normalitet i deres liv. Samtidig har museet oplevet, at demensramte kan udtrykke deres følelser og kommunikere på en anden måde i museets værksted, når de aktivt arbejder med kunst.

ARos har også forløb rettet mod unge hjemløse. Museets erfaring er her, at de unge oplever, at det er ok. ikke at stræbe efter det normale og at det er ok. at være anderledes. De unge hjemløse har udtrykt, at de har genfundet troen på sig selv.

Erfaringer fra projektet "Nærværende kunstoplevelse"

På Museum Trapholt i Kolding har man siden 2013 haft forløbet "Nærværende kunstoplevelse". Et projekt som både henvender sig til museets almindelige gæster, og til stressramte og langtidssygemeldte borgere i, hvad museet kalder, et succesfuldt samarbejde med Kolding kommune.

"Nærværende kunstoplevelser" har til formål at hjælpe borgere med til at øge deres velbefindende. Deltagerne gennemgår forskellige øvelser, der alle har til formål at skabe bevidsthed om nærvær og fokusering. Deltagerne får bla. mulighed for at prøve kræfter med tegneøvelser og kuratering. Flere deltagere har givet udtryk for, at kunsten og øvelserne giver dem et frirum fra deres sygdom, et nyt fællesskab og nye redskaber til at fokusere på noget andet end det at skulle præstere. Undersøgelser viser, at projektet bidrager til at reducere deltagerens stressniveau.

Erfaringer fra projektet Lungekor

I lungekorrene har deltagerne det til fælles, at de alle har en lungesygdom som KOL eller astma. Mange har væsentligt nedsat lungekapacitet, men sangen er med til at træne og forbedre kontrollen over vejrtrækningen. Mange oplever derfor, at deres vejrtrækning lettes af at synge i kor og de får derfor en større livskvalitet i hverdagen. Derudover oplever deltagerne i Lungekoret, at det giver glæde, energi og en følelse af samhørighed at synge i kor sammen med andre, der også har en lungesygdom.

Region Midtjylland har støttet Lungeforeningen i at udbrede lungekor i regionen både som et kulturelt og et sundhedsfremmende tiltag. Dette har ført til ti nye kor i ti kommuner. Lungemedicinsk klinik på Aarhus Universitetshospital henviser lungesyge borgere til disse kor.

Erfaringer fra Guidet fælleslæsning for psykisk sårbare

Læseforeningen skriver selv, at de har til formål at bringe litteraturen ud, hvor den gør gavn og skaber stærke læsefællesskaber for mennesker i alle livssituationer og på tværs af sociale lag. Kernen i

læseforeningens arbejde er metoden "Guidet fælleslæsning". Metoden er udviklet med inspiration fra den Liverpoolbaserede organisation "The Reader" og handler om, at en læseguide udvælger et særligt skønlitterært værk, som læses højt og drøftes i gruppen af deltagere der lider af depression, stress eller angst.

Læseforeningens nuværende projekt "Tid til læsning" har været igang i fire år i samarbejde med Aarhus Universitet og fem kommuner i Region Midtjylland. "Tid til Læsning" består af 10 ugers læsegruppeforløb med deltagere, der har fået en henvisning fra deres kommune. I forbindelse med projektet, har arrangørerne foretaget en effektmåling før og efter deltagernes læsegruppeforløb. Resultaterne viser en tydelig sammenhæng mellem læsning og øget trivsel. Efter forløbets ophør, har deltagerne ønsket at fortsætte. Derfor er der nu flere læsegruppeforløb, der fortsætter på frivillig basis i kommunernes biblioteker. Nogle af deltagerne har været med i mere end tre år og fortæller, at den guidede læsning giver dem et fællesskab, hvor sygdom ikke betyder noget.

Eksisterende initiativer indenfor kultur og sundhed i Københavns Kommune

Kultur- og Fritidsforvaltningen administrerer tilskud for samlet 389,4 mio. kr. i 2021 til kulturelle og folkeoplysende formål. Tilskuddene gives til kulturelle institutioner og kulturaktiviteter, folkeoplysende foreninger, daghøjskoler og aftenskoler. Heraf er en del aktiviteter, særligt indenfor det folkeoplysende område idrætsaktiviteter, men der gives også folkeoplysende midler til kulturforeninger.

Tilskud til kulturelle institutioner og aktiviteter er typisk de tilskud, der har hjemmel i kommunalfuldmagten. Disse tilskud kan være flerårige driftstilskud til eksempelvis regionale spillesteder og små storbyteatre eller puljemidler som dem, der uddeles via Festivalpuljen. Dertil kommer de kulturaktiviteter, der støttes af de fire bydelsenheder Kultur N, Kultur S, Kultur V og Kultur Ø samt kulturaktiviteter på museer, der administreres af Historie & Kunst samt kulturaktiviteter på byens biblioteker. Endelig uddeler de tre fagudvalg scenekunstudvalget, musikudvalget og Rådet for Visuel Kunst bevillinger til kunst- og kulturoplevelser i hele byen.

Kultur- og Fritidsforvaltningen bidrager således hvert år til at sikre det økonomiske fundament for rigtig mange kulturinstitutioner, oplevelser- og aktiviteter i Københavns Kommune. Som tidligere nævnt kan al slags kultur antages at have en indirekte sundhedsfremmende effekt, selvom det ikke er det primære formål med aktiviteten eller oplevelsen. Da kultur- og Fritidsforvaltningen ikke på nuværende tidspunkt har et særskilt fokus på de sundhedsfremmende effekter af de kulturtilbud, der gives tilskud til eksisterer, der heller ikke en samlet opgørelse over aktiviteter med sundhedsfremmende effekter. Forvaltningen har spurgt de forskellige enheder i Kultur- og Fritidsforvaltningen samt de 12 lokaludvalg om man kender til, eller støtter kulturaktiviteter målrettet sundhed. Denne kortlægning er et udtryk for de aktiviteter forvaltningen har fået oplyst.

Mange af de kulturtilbud, der modtager tilskud fra Kultur- og Fritidsforvaltningen arbejder aktivt med publikumsudvikling. En vigtig del af dette er at tiltrække brugere, eller publikum, der ikke selv opsøger eller deltager i kulturaktiviteter, enten fordi de fravælger det, eller ikke længere kan på grund af fysiske eller psykiske forhold. Publikumsudvikling kan således også tænkes at have et sundhedsfremmende element, men det er ikke nødvendigvis det primære formål.

Teater og musik på pleje- og aktivitetscentre

De to fagudvalg, scenekunstudvalget og musikudvalget, disponerer hver især over en pulje øremærket til henholdsvis scenekunst og musikarrangementer på pleje- og aktivitetscentre. Ældre borgere, der bor på plejehjem, kan have svært at komme til koncerter eller i teatret ude i byen. Puljerne til teater og musik på plejehjem muliggør, at plejehjem og aktivitetscentre selv kan afholde forestillinger og koncerter hos dem og muliggør derfor kulturelle oplevelser for en del borgerne, der ellers ikke så let ville have mulighed

de muligheder. Budgettet til teater og musik på pleje- og aktivitetscentre er på henholdsvis 400. t.kr. til teater og 550 t.kr. til musik hvert år indtil 2024, hvor bevillingerne udløber.

Hold Hjernen Frisk – med musik, sang og dans

Dansekapellet, der hører under Kultur N er samarbejdspartner og bidrager med lokaler til det landsdækkende projekt "Hold Hjernen Frisk". Der er et projekt der indeholder fysiske, mentale og sociale aktiviteter målrettet seniorer. Projektet er finansieret af Nordea Fonden, DGI og Slots- og Kulturstyrelsen og er et toårigt pilotprojekt fra 2019-2022, der indeholder både fysiske, mentale og sociale aktiviteter. Med støtte fra Nordea Fonden på 8,9 mio. kr. blev projektet i 2019 udvidet med ekstra aktiviteter indenfor musik, sang og dans. Målet med projektet er, at over 2.000 ældre deltager i de musiske aktiviteter på landsplan og at flere seniorer kan leve et aktivt liv længere.

Guidet fælleslæsning for seniorer

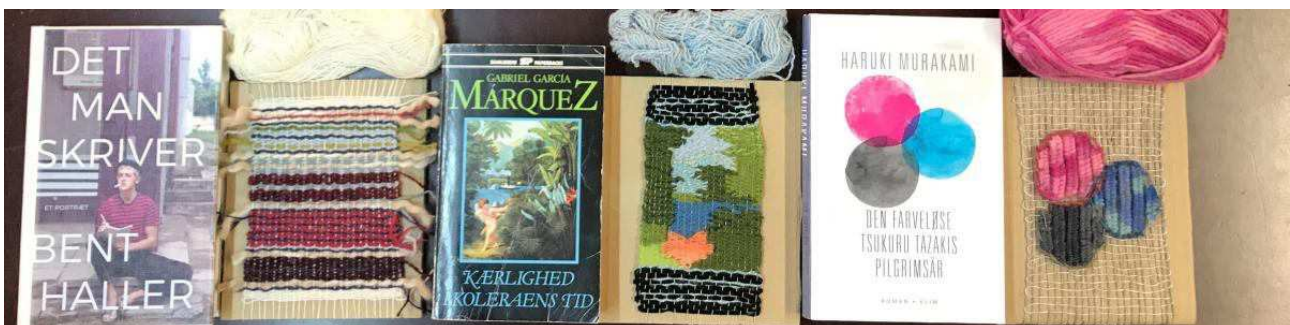
Københavns Hovedbibliotek og Sundheds- og Omsorgsforvaltningen har indgået et samarbejde med Læseforeningen om guidet fælleslæsning for seniorer. Projektet er for ældre, der ønsker at dele deres tanker og oplevelser med andre omkring god litteratur, følelser og erfaringer. Formålet med projektet er at reducere ensomhed, men der er ikke begrænsninger for, hvem der kan deltage. Det er gratis at deltage i læsegruppen, der under Corona har fungeret virtuelt. Det er Læseforeningens frivillige læseguides, der er uddannet i metoden guidet fælleslæsning, der udvælger og læser et stykke skønlitteratur højt og skaber rum for fælles samtale. Dette betyder, at alle hører teksten sammen og herefter kan alle deltage i samtalen. Læsegruppen finder sted tirsdage og torsdage fra kl. 15-16.00.

Væv en bog

Kulturhuse og biblioteker over hele landet har under Corona opfordret borgerne til at "væve en bog". Projektet handler om, at alle med pap, stoppenål, garn og en særligt udvalgt bog, kan finde ro og fordybelse og samtidig deltage i en fælles udstilling, der dette forår blandt andet kan opleves på BIBLIOTEKET på Rentemestervej i NV., hvor idéen opstod.

Ideen til projektet udsprang af et besøg fra elever fra tekstilformidleruddannelsen på BIBLIOTEKET på Rentemestervej, hvor de præsenterede projektet VÆV-DIG-GLAD. Her blev deltagerne opfordret til at væve på biblioteket. Ideen udviklede sig til at omhandle bøger, idet borgerne blev opfordret til at væve forsiden på deres yndlingsbog. Biblioteket udleverede vævekit, men med nedlukningen blev projektet gjort digitalt og folk måtte selv skaffe garn og pap, når de vævede hjemmefra. Projektet der blev kaldt VÆV-EN-BOG blev meget populært og har spredt sig til kulturhuse og biblioteker i hele Danmark.

Arrangørerne af projektet fortæller selv, at håndarbejde kræver fordybelse, opmærksomhed og nærvær, og med et taktilt projekt i hænderne, kan den allestedsnærværende viruspandemi måske glemmes for en stund.



Lokaludvalg

Der er 12 Lokaludvalg i Københavns Kommune. Lokaludvalgene råder over puljemidler, der afhænger af befolkningsantallet i den enkelte bydel og varierer mellem 0,7 mio. kr. og 4,9 mio. kr. Forvaltningen har været i dialog med lokaludvalgene og spurgt, hvorvidt de har uddelt midler til kulturelle aktiviteter med et sundhedsfremmende formål indenfor de sidste tre til fire år.

Østerbro Lokaludvalg har fra 2017-2020 uddelt tilskud til flere forskelligartede kulturelle og sociale arrangementer for ensomme, syge og afhængige. Lokaludvalget har blandt andet støttet arrangementet: "Julefest i Ryes Café", et julearrangement for ensomme borgere og en forårstur samt en kulturel efterårsbustur for ensomme ældre på Østerbro. Udvalget har også støttet afholdelse af foredraget "Ikke misbrug – bare afhængig af psykofarmaka" samt Røde Kors Frivillighaven - en haveworkshop for psykisk sårbare.

Andre støttede projekter er koncerter for indlagte på Rigshospitalet, Netværksdannelse og fysiske og sociale aktiviteter for sårbare ældre med anden etnisk baggrund end dansk. Dertil kommer en lang række arrangementer målrettet de ældre borgere på plejehjem, herunder projektet "Generationsbio", hvor beboere og skoleelever ser film sammen. Derefter drøfter de indholdet og tegner. Lokaludvalget har også støttet højtlesning for demente og projektet "Graffit-in", der er et kunstprojekt, hvor ældre brugere af Østerbro Sundhedshus og en graffitikunstner sammen skaber et graffitikunstværk.

Christianshavns Lokaludvalg har også uddelt støtte til en række kulturaktiviteter, der kan have en sundhedsfremmende effekt. I 2018 gav udvalget tilskud til en temaudstilling om alkoholisme, stofmisbrug og pårørende. Udstillingen var interaktiv og med dialogborde, hvor de besøgende kunne tegne og skrive om deres personlige erfaringer med misbrug. I 2019 støttede lokaludvalget scenekunstprojektet "Skidefuld Af Historier", hvor professionelle skuespillere i 14 dage arbejdede med grupper på 10-12 Hus Forbi-sælgere om sammen at skabe en teaterforestilling om de oplevelser, der former os som mennesker.

Christianshavns Lokaludvalg støttede i samme år projektet "Sorgbar", der er henvendt til alle, der er berørt af sorg. Arrangementets første del er et oplæg fra en, der har haft sorg tæt inde på livet. I anden del af arrangementet vil en kunstner, eller en artist, der også kender til sorg opføre sin kunst for de fremmødte. Arrangementet er gratis.

Vanløse Lokaludvalg har i løbet af de seneste fire år støttet ca. 19 projekter, der har været kulturelle aktiviteter for ensomme og sårbare grupper. Af eksempler nævnes "Fællessangskoncerter" under Coronaepidemien i udendørs gårde ved plejehjem, hvor plejehjemsbeboere kunne synge med fra vinduer og altaner. Målgruppen var ældre, sårbare og personer med funktionsnedsættelse, der under nedlukningen var blevet isolerede. Derudover har udvalget støttet Ældredagen, der sætter fokus på at tiltrække ensomme ældre i Vanløse og Brønshøj-Husum til en dag med koncerter, foredrag og foreningstilbud til ældre.

Kgs. Enghave Lokaludvalg fortæller, at de hvert år giver tilskud til har ca. 5 ansøgninger til kulturelle arrangementer med fokus på sundhedsfremme. Som eksempler nævnes tilskud til teaterforestillinger på Plejehjemmet Verdishave og tilskud til koncerter, hvor eleverne på Strandparkskolen for udviklingshæmmede selv er med til at opføre koncerten. Derudover har udvalget støttet Børnenes Dyremark, der har fået tilskud til at opføre en platform, hvor beboerne på plejehjemmet Verdishave har mulighed for at komme ud og hilse på ponyerne og de andre dyr fra dyreparken. Formålet med projektet er at give beboerne på plejehjemmet en bedre livskvalitet. Senest har lokaludvalget givet tilskud til oprettelsen af en madklub for udsatte grønlændere i Sydhavnen. Ideen er, at de skal kunne mødes 1-2 gange om måneden i et misbrugsfrit miljø for at lave mad sammen, men også tage på udflugter til f.eks. ZOO, Den Blå Planet eller på en fisketur.

Nørrebro Lokaludvalg har givet tilskud til højtlesning for ældre og demente på plejehjem i De Gamles By. Formålet med projektet er at modvirke ensomhed og give beboerne litterære oplevelser, livskvalitet og at understøtte selvbestemmelse samt et værdigt indholdsrigt ældreliv. Lokaludvalget har også støttet

projektet "Vestigium – ældreinddragende scenekunst på Nørrebro" i 2020. Projektet bestod i indsamling af viden, materiale og erfaringer til udviklingen af et interaktivt huskunstnerforløb målrettet plejecentre. Formålet med projektet var at give ældre kulturoplevelser, da de i forbindelse med corona var isolerede. Derudover har udvalget støttet arrangementer for at bekæmpe ensomhed og depression blandt ældre hos beboerne ved Hothers Plads.

Amager Øst Lokaludvalg har i 2020 støttet projektet "En Storby i Bevægelse – Come Dance with Me", der under Copenhagen Dance Festival præsenterede dans for børn, unge og ældre på plejecentre og socialt udsatte og sårbare grupper. Udvalget har også støttet "Jazz i Haven 2019", hvor Dagtilbuddet Horisonten inviterede naboer og omkringliggende institutioner til en hyggelig jazzoplevelse i deres have. Indre By Lokaludvalg har støttet projektet "Lysterapibar" – en lysende installation, der satte fokus på det manglende lys om vinteren. Igennem februar kunne folk lade op og komme hinanden ved i lyset fra installationen. Formålet var at forebygge vinterdepression og skabe opmærksomhed omkring lys og nærvær i de mørke måneder. Indre By Lokaludvalg har også støttet projektet "Mød din lokale gårdsanger". Projektet handlede om at tilbyde gratis baggårdsmusik til de svage stillede.

Brønshøj-Husum Lokaludvalg har i de seneste år støttet mange kulturarrangementer med et socialt eller sundhedsfremmende sigte. Heraf kan nævnes: Fiskeklub (Fisk For Alle) – En social fiskeklub med fisketure for socialt udsatte arrangeret af den Den Boligsociale Helhedsplan i Tingbjerg og Utterslevhuse, Netværksskabende arrangementer for foråret 2020 med musik og foredrag arrangeret af en pensionistklub. Udvalget har også støttet Erindringsalonen på pleje- og aktivitetscentre med projektet: "Kan du huske, hvordan man danser jitterbug?" Dertil kommer "Tingbjerg spiser sammen 2019" arrangeret af Tingbjerg Pensionist Center og "Univers på Vers – På tværs af generationer" – koncerter på plejehjem og kulturtilbud for hukommelsessvækkede borgere og deres pårørende.

Vesterbro Lokaludvalg har hvert år fra 2017-2019 givet tilskud til "Jul på Vesterbro", hvor julen fejres i Saxogade i samarbejde med Settlementet frivillige, virksomheder og borgere på Vesterbro. Formålet er at skabe en julefest for alle, både ressourcerstærke og mindre ressourcerstærke borgere på Vesterbro. Lokaludvalget har også støttet projektet "Farvel til Ensomhed 2018". Projektet er målrettet borgere med psykisk sygdom og ensomme og er en besøgs- og følgevansordning, hvor frivillige besøger eller følges med en borger, der eks. pga. en psykisk lidelse har svært ved at opsøge sociale aktiviteter alene. Hensigten er at skabe en tryk relation mellem den frivillige og borgeren, så borgeren kan få mod på at opsøge kreative aktiviteter eller motion og med tiden tage derhen på egen hånd.



Mulige konkrete initiativer

I medlemsforslaget den 19. januar 2021 nævnes forslag til initiativer indenfor kultur og sundhed, der ville kunne indføres i Københavns Kommune. Kultur- og Fritidsforvaltningen har udarbejdet forslag til en konkretisering af de fire initiativer:

- **Hvidbog:** På baggrund af kortlægningen af eksisterende aktiviteter og erfaringer med kultur og sundhed i andre kommuner og internt i Københavns Kommune indleder Kultur- og Fritidsudvalget en dialog med Sundheds- og Omsorgsudvalget om igangsættelse af fælles aktiviteter om kultur som sundhedsfremme. De to forvaltninger udarbejder i fællesskab en hvidbog, der skal fungere som et fælles program for arbejdet med kultur og sundhed i Københavns Kommune.
- **Kultur på Recept eller Kulturambulance:** Med inspiration fra erfaringer med Kultur på Recept fra 2016-2019 i Aalborg, Nyborg, Vordingborg og Silkeborg, igangsætter Kultur- og Fritidsudvalget en københavnerudgave af projektet "Kultur på Recept" eller en "Kulturambulance". Der indledes et samarbejde med jobcentre om henvisning af langtidssygemeldte til ordningen og Kultur- og Fritidsforvaltningen indleder et samarbejde med de kulturinstitutioner i byen, der ønsker at deltage. Samtidig ansættes kulturguider til arbejdet med at guide de henviste borgere igennem kulturaktiviteter på eksempelvis museer, biblioteker og spillesteder.
- **Kultur og sundhed i kulturhuse:** På baggrund af kortlægningen af lokale indsatser målrettet kultur og sundhed videreføres eller igangsættes projekter, der styrker sundhed og fællesskaber gennem kulturelle oplevelser lokalt. Kulturhusene samarbejder og deler viden om, hvilke projekter, der med fordel kan udbredes til alle kulturhuse.
- **En pulje til kultur- og sundhedsprojekter:** Der nedsættes en pulje øremærket til kulturaktiviteter med en sundhedsfremmende effekt. Puljemidlerne uddeles af Kultur- og Fritidsudvalget som en del af et pilotprojekt i 2022. Kriterierne for puljen vedtages af Kultur- og Fritidsudvalget og offentliggøres på hjemmesiden.