



Kultur för seniorer – Kultur och hälsa i Västerbotten

Uppföljning

Inspirations- och utbildningsdag

Dag: Umeå den 7 december 2016

Plats: Folkets Hus, lokal Ask

Tid: kl 08.30 – 16.00

Målgrupp: rehabiliteringsassistenter, aktivitetssamordnare samt Umeå kommuns Kultur för seniorer-samordnare och utvecklingsledare. **Totalt antal deltagare:** 21 (23) deltagare (samtliga kvinnor). Samtliga 21 besvarade uppföljningsfrågorna.

Medverkande

Märith Bergström-Isacsson, Fil.dr, musikterapeut och verksamhetschef vid Rett Center, Region Jämtland/Härjedalen med många års erfarenhet från arbete med musik i möten med människor i alla åldrar som musikterapeut och handledare. Märith är även en uppskattad föreläsare och pedagog och driver det egna företaget MusiCare. www.musicare.se

Inför inspirations- och utbildningsdagen

Inom ramen för projektet togs kontakt med ansvariga chefer och utvecklingsledare i äldreomsorgen i Umeå kommun under hösten 2016. Ett möte ägde rum den 28 september där upplägget och formerna för en inspirations- och utbildningsdag diskuterades. Det beslutades att en heldag skulle genomföras den 7 december - *Tema Musik – Ge äldre mer stimulans*. Kostnader för dagen togs av Region Västerbotten som tidigare fått medel ur regeringens satsning *Kultur för äldre* för att driva ett treårigt projekt tillsammans med Lycksele, Skellefteå och Umeå kommun: Kultur för seniorer – Kultur och hälsa i Västerbotten.

Utbildningens mål

Målet med dagen var att öka kunskapen om musikens betydelse och om hur rytm, ljud och musik på ett enkelt sätt kan användas praktiskt inom verksamheten samt få chansen att få coachning i att våga mer och komma igång.

Upplägg

08.30 Välkommen

08.45 Information från Umeå kommun och Region Västerbotten

09.45 Kaffe

10.15 Om ljud och ljudmiljöer

12.00 Lunch

13.00 Praktiskt arbete

14.30 Kaffe

15.00 Praktiskt arbete

15.45 Avslutande diskussion och uppföljningsfrågor

16.00 Tack och hej!

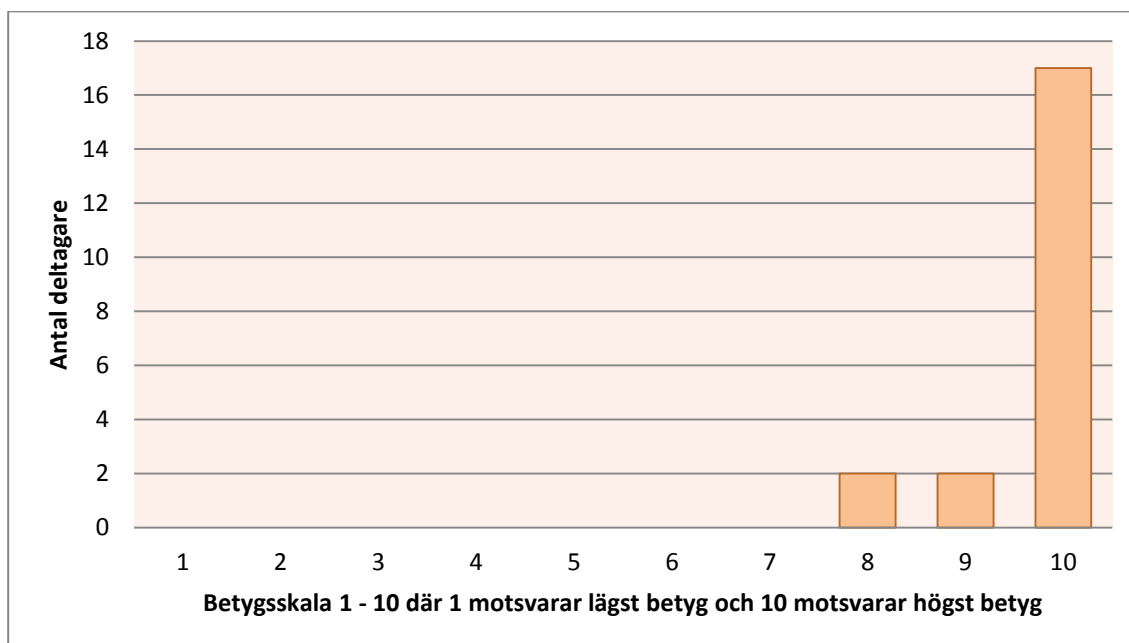


Uppföljningsfrågor och svar

Fråga 1: Vad var bäst med dagen? – Deltagarna ansåg att dagen i sin helhet var mycket intressant, inspirerande och givande – allt från diktskrivning, musikövningar, lekar med instrumenten och inte minst allas olika framföranden vid dagens slut. Blandningen mellan teoretiska och praktiska övningar samt att få träffas alla tillsammans uppskattades mycket. Några citat:

- *All inspiration och glädje som dagen gav och att få träffas alla tillsammans.*
- *Härligt med musik och rytm tillsammans.*
- *Grupparbetet att alla vågade.*
- *Roligt med olika upplägg/övningar.*
- *Allt, tillsammans kan man mycket fast man behöver inte alltför stor rekvisita.*
- *Hela upplägget, teori och praktiska övningar i kombination. Märith Bergström Isacson mycket bra.*

Fråga 2: Vilket betyg sätter du på utbildningsdagen?



Genomsnittligt betyg på dagen: 9,7

Fråga 3: Övriga kommentarer

Några citat:

- *En inspirerande dag.*
- *Det behövs implementeras hos alla enhetschefer att detta är viktigt.*
- *Tack för en mycket inspirerande och glädjande dag, många härliga och varma skratt 😊 mycket nytt att ta med!*
- *Härligt med lunch och fika.*
- *Duktig föreläsare och övriga.*
- *Gärna lära sig mera lätta pyssel vid andra tillfällen.*
- *Har fått mycket inspiration och kunskap och kraft att jobba vidare med aktiviteter.*