

Sundhed, Kultur og Natur

Et samarbejde mellem Region Syddanmark,
SDU - Institut for Idræt og Biomekanik
og Designskolen Kolding



Projektet er blevet til i et samarbejde mellem

Region Syddanmark

SDU - Institut for Idræt og Biomekanik

Designskolen Kolding

Styregruppen består af

Region Syddanmark

Dorthe Kusk, afdelingschef, Sundhedsinnovation og kultur

Kurt Æbelø, afdelingschef, Tværsektorielt samarbejde

Syddansk Universitet

Jørgen Povlsen, institutleder, Institut for Idræt og Biomekanik

Jens Troelsen, professor, Institut for Idræt og Biomekanik

Designskolen Kolding

Anne-Mette Hummel Holm, Administrations- og udviklingschef

Lene Nyhus Friis, projektchef

Billund Kommune

Lene Bruun, leder af sundhedsstaben

Arbejdsgruppen består af

Region Syddanmark

Christine Lund Momme, chefkonsulent, Tværsektorielt samarbejde

Susanne Søndergaard, specialkonsulent, Sundhedsinnovation og Kultur, Regional Udvikling

Helle Knudsen, chefkonsulent, Sundhedsinnovation og Kultur, Regional Udvikling

Syddansk Universitet

Henriette Bondo Andersen, postdoc, Institut for Idræt og Biomekanik

Michael Fehsenfeld, postdoc, Institut for Idræt og Biomekanik

Designskolen Kolding

Jesper Falck Legaard, assistant professor, LAB for Leg og Design

Joan Pedersen, senior designer, LAB for Socialt Design

Signe Mårbjerg Severin, videnskabelig assistent, LAB for Socialt Design

Signe Aaby Neustrup, studentemedhjælper

Indhold

4	Introduktion
	Sundhed, Kultur og Natur
6	Baggrund
7	Definitioner
8	Projektets faser
	Indsamling af viden
10	Hvad vi gjorde
11	Interaktivt infokort
	Kommunernes tiltag
14	Tiltagenes brugere og indhold
	Viden om
20	Sundhed og natur
24	Sundhed og kultur
28	Internationale projekter
	Nutidens udfordringer Fremtidens løsninger
30	Workshop
34	Resumé

Introduktion

Den nye regionale udviklingsstrategi 2020-2023, Fremtidens Syddanmark, bliver et fælles afsæt for den regionale udviklingsindsats i de kommende år. Med strategien ønsker Region Syddanmark at bidrage til FN's verdensmål og til at udvikle Fremtidens Syddanmark som en sammenhængende, attraktiv og bæredygtig region. Strategien er udarbejdet i dialog med kommuner, uddannelsesinstitutioner og andre aktører.

Et af indsatsområderne i den nye regionale udviklingsstrategi er 'Sunde levevilkår'. Vi skal have gode muligheder for at tage hånd om vores egen sundhed, så vi kan holde os mentalt og fysisk raske. Det vil vi understøtte ved sammen med eksterne aktører at skabe viden om og bidrage til rammerne for, at vi kan leve et sundt og aktivt liv i hele regionen.

Baggrunden er bl.a. Sundhedsprofilen 2017, der viser, at der er en markant stigning i antallet af borgere, unge som ældre, der giver udtryk for dårligt mentalt helbred (inkl. stress/nervøsitet, træthed, søvnbesvær, nedtrykthed/depression). Ligeledes er der mange syddanskere, som har usund livsstil (rygning, alkohol, stillesiddende fritid, svær overvægt og usunde kostvaner) og denne tendens er stigende over tid.

Region Syddanmark har derfor besluttet at igangsætte et forprojekt om 'Sundhed, Kultur og Natur' for at modne et senere større initiativ. Forprojektet gennemføres i et partnerskab mellem Syddansk Universitets Institut for idræt og Biomekanik, Designskolen Kolding og Region Syddanmark. Det er målet, at partnerskabet kan indgå et samarbejde med flere aktører, f.eks. kommuner, foreninger og organisationer, om videreudvikling af konkrete initiativer til særlige målgrupper.

I projektets første fase har vi foretaget en afsøgning af de initiativer, der allerede er sat i gang, både i Syddanmark og i andre dele af landet og i udlandet.

Vi håber, at afsøgningen kan give inspiration til initiativer, der går på tværs af sundhed, kultur og natur. Især håber vi, at afsøgningen kan bidrage til at afklare, hvilke aktiviteter, der har friluftsliv, naturglæde, kultur, idræt og fysisk og mental sundhed som omdrejningspunkt.

Vi ser frem til at videreudvikle udvalgte initiativer, der kan sprede glæde, motivation og trivsel i samarbejde med flere aktører – med henblik på at øge borgernes mentale og fysiske trivsel og sundhed.

God læselyst!

Sundhed, Kultur og Natur

Baggrund

I de kommende år bliver vi markant flere ældre, medens den erhvervsaktive del af befolkningen falder. Flere ældre betyder også, at der kommer væsentlig flere mennesker med kroniske sygdomme og flere multisyge. Samtidigt er der tale om en stigning i antallet af borgere, der bliver psykisk sårbare. Med andre ord vil flere borgere få brug for behandling, pleje og rehabilitering, samtidigt med at det økonomiske råderum er begrænset.

Vi står derfor foran en omfattende kursændring i forhold til sygdomsforebyggelse i praksis. I forhold til den ældre del af befolkningen bør der være mere fokus på en aktiv og sund aldring, hvor mestring af egen sygdom sættes i højsædet. Men for såvel unge som ældre kræves der både livsstilsændringer og adfærdsændringer.

I regi af Sundhedsaftalen 2019-23 er regionen, de 22 syddanske kommuner og de praktiserende læger enige om en række målsætninger og virkemidler for at fremme den syddanske sundhed. Der er bl.a. fokus på forebyggelse og herunder et særligt fokus på mental trivsel og reduktion i antallet af børn og unge med overvægt. Ligeledes er der fokus på sømløse overgange og en reduktion i antallet af forebyggelige indlæggelser blandt regionens ældre borgere.

Flere af de udfordringer, der bør arbejdes med, kan ikke løses af hverken sygehuse eller de forebyggende medarbejdere i kommunerne alene, men vil kræve et tæt samarbejde med foreninger og frivillige i lokalområdet og på tværs af sundhed, kultur og natur. Der er behov for radikale ændringer af menneskers levevis og livsstil med henblik på at forbedre den samlede sundhed og livskvalitet såvel fysisk som mentalt.

Projektets formål

Forprojekt Sundhed, Kultur og Natur har til formål er at styrke indsatsen på tværs af sundhed, natur og kultur for derigennem at fremme borgernes fysiske og mentale sundhed. Konkret forventes det at projektet vil udvikle og afprøve værktøjer, der skaber værdi i praksis, styrker projekternes bæredygtighed og i sidste ende fremmer sundheden for flere borgere i Region Syddanmark.

Forprojektet skal sigte mod at udarbejde et senere projekt med flere aktører og i større skala, som kan bredes ud til flere borgere i regionen. Det planlægges på baggrund af forprojektet at søge eksterne fonde til det senere projekt.

Definitioner

Sundhed

Vi anvender WHO's brede definition af sundhedsbegrebet, hvilket rummer både fysisk, mentalt og socialt velvære.

Natur

Natur forstås bredt såsom parker, skov, hav, strand, åbent land, men omfatter ikke faste anlæg til eksempelvis sport. Når der er tale om natur, er der tale om et miljøskifte, at privatpersoner bevæger sig væk fra eget hjem og grund.

Kultur

"Arts in health can be broadly defined as 'creative activities that aim to improve individual or community health using arts-based approaches, and that seek to enhance health care delivery through provision of art works or performances'" (White, 2010)

Projektets faser

Fase 1

Afsøgning af eksisterende aktiviteter, viden og forskning, workshop med interessenter

Fase 2

Udvikling af koncepter og metoder

Fase 3

Test af udvalgte metoder og koncepter, og evaluering

Fase 4

Udbredelse til andre aktører og identifikation af fundingmuligheder

Indsamling af viden

Hvad vi gjorde

For at ende ud med et vedrørende og brugbart projekt, har det været vigtigt at få en grundlæggende viden om og forståelse for, hvad der rører sig indenfor området sundhed, kultur og natur. Da projektet tager afsæt i Region Syddanmark er der blevet foretaget en bred afdækning af, hvilke tiltag der er igangsat i kommunerne, der har friluftsliv, naturglæde, kultur, idræt og fysisk og mental sundhed som omdrejningspunkt.

Netsøgning

Gennem en netsøgning blev der indsamlet relevante politikker og strategier fra kommunerne i Syddanmark.

Netsøgningen supplerede ligeledes med inspirerende nationale og internationale projekter.

Rundringning og indledende kontakt

Med udgangspunkt i sundhedsforvaltningerne er kommunerne blevet kontaktet på chef - og/eller konsulentniveau. Formålet var at få viden om aktiviteter og initiativer, der kan være til inspiration for andre. Kommunerne blev først kontaktet med en email, der gav en introduktion til projektet. Senere blev de kontaktet pr. telefon, hvor de fik muligheden for at give oplysninger om 3 tiltag, der falder ind under et eller flere af følgende kategorier:

- Eksisterende projekter/aktiviteter/indsatser som relaterer sig til sundhed og natur eller sundhed og kultur.
- Aktiviteter indenfor området der målretter sig særligt mod 15-25 eller 55-65-årige.
- Tidligere projekter/aktiviteter/satser indenfor området (evalueringer/rapporter/erfaringer)
- Aktiviteter/indsatser indenfor området som foregår i samarbejde med andre foreninger/organisationer.

Interviews

For at få et dybdegående kendskab til de forskellige faktorer, blev der foretaget enkelte interviews med repræsentanter i udvalgte kommuner her i blandt projektledere, institutionsledere og konsulenter.

Litteratursøgning

I en litteratursøgning blev det undersøgt, hvad der findes af forskning indenfor området, og herunder hvilke resultater, der kan bruges og bygges ovenpå.

Kontakt til civilsamfundsorganisationer

De mest relevante foreninger og organisationer med nationale projekter og initiativer indenfor området er desuden blevet kontaktet.

Interaktivt infokort

Et produkt af vidensopsamlingen i projektets første fase er et interaktivt kort over udvalgte spændende projekter, initiativer, politikker og strategier, der findes i de enkelte kommuner i Syddanmark.

Kortet har til hensigt at inspirere alle i og udenfor Region Syddanmark med en interesse i området sundhed, kultur og natur. Derudover er der en forhåbning om, at en vidensdeling på dette område vil gøre det lettere at skabe samarbejder på tværs af kommuner og civilsamfundsorganisationer i Region Syddanmark, således at vellykkede projekter kan komme andre til gode og

styrke området.

Kortet er en interaktiv pdf. På forsiden ses et kort over kommunerne i Region Syddanmark, hvorfra det er muligt at springe videre til de enkelte kommuner.

PDF'en indeholder derudover tre sider med eksempler på nationale og internationale projekter, der er etableret af foreninger, organisationer, institutioner og private aktører.

På siderne for de enkelte kommuner finder man 3 udvalgte tiltag indenfor området sundhed, kultur og natur, som kommunerne selv har peget på. Her er det i mange

Sundhed, kultur og natur i Region Syddanmark

Hensigten med dette kort er at inspirere mennesker i og udenfor Region Syddanmark med en interesse i området sundhed, kultur og natur.

Kortet er en interaktiv pdf. Her fra forsiden er det muligt at springe videre til de enkelte kommuner - du skal blot trykke på den kommune du ønsker at besøge.

På kommunernes side kan du se 3 udvalgte tiltag indenfor området sundhed, kultur og natur som kommunerne selv har ønsket at fremhæve. Der er desuden links til kommunernes sundhedspolitik, samt politikker og strategier indenfor kultur og natur.

Eksempler på nationale og internationale projekter der er etableret af foreninger, organisationer, institutioner og private aktører kan findes ved at følge de tre links herunder.

Ønsker du at finde tiltag med et særligt fokus, kan der foretages en søgning efter specifikke ord ved at åbne dokumentet i Adobe Acrobat, trykke på foretællerglasset i menuen og herefter indtaste det ønskede søgeord.

Vi håber at du har lyst til at gå på opdagelse og lade dig inspirere.

God fornøjelse.

SDU DMU

Nationale projekter om sundhed og kultur | Nationale projekter om sundhed og natur | Internationale projekter om sundhed, kultur og natur

Til forsiden

Assens Kommune

Hjælp til håndtering af stress og depression

Hver mødegang er bygget op, af 3 dele.

1. del er undervisning, teori, øvelser, dialog omkring håndtering af stress & depression
2. del er gåtur ved vandet, her går vi en tur på 3 km, og sidder i stilhed et kvarter undervejs. Der er forskellige opgaver undervejs, f.eks. at gå stille, at bemærke lyde omkring sig, at gå i mindfulness
3. del er mindfulness eller stressreducerende øvelser med fokus på kropsbewidsthed.

[Læs mere her](#)



Rygestop i naturen

Borgerne mødes forskellige steder i naturen i Assens kommune. Formålet med at flytte rygestop ud i stedet for at sidde i et lokale, er primært, at vi henvender os til en anden målgruppe. Det er deltagerne, der ikke ville melde sig til et almindelig kursus i rygestop.

Når vi flytter os ud i naturen med denne gruppe, fjerner vi opmærksomheden væk fra rygestoppets udfordringer, opmærksomheden flyttes ud på noget andet. Vi kan fokusere på det vi ser, eller de fysiske udfordringer vi møder, når vi f.eks. bestiger Frøbjerg Bavnvej.

[Læs mere her](#)



Stresskursus i naturen – kun for mænd

På kurset mødes vi forskellige steder i naturen i Assens kommune, bl.a. med det formål at introducere borgerne for nye natursteder, de selv kan benytte fremadrettet.

Hver mødegang er der et oplæg fra sundhedskonsulent omkring stressoplæg, håndtering, redskaber, øvelser, dialogkort ol. kombineret med naturvejledning.

Vi øver os i at være til stede i naturen, opleve at f.eks. tanke-nylde mandskes, når opmærksomheden flyttes til det der sker omkring en i naturen.

[Læs mere her](#)



tilfælde muligt at klikke sig videre ind på en hjemmeside, og læse mere om projekterne. På disse sider er der desuden links til kommunernes sundhedspolitik, samt politikker og strategier indenfor kultur og natur.

Der kan foretages en søgning efter specifikke ord ved at åbne dokumentet i Adobe Acrobat, trykke på forstørrelsesglasset i menuen og herefter indtaste det ønskede søgeord. Dette gør det muligt at finde projekter med et særligt fokus.

Til forsiden

Esbjerg Kommune

Kulturskolen

Kulturskolen er et kulturcenter for børn og unge mellem 0-25 år. De har aktivitetsstilbud som teater, ballet, billedkunst, musik og forfatterklub. Kulturskolen har et tæt samarbejde med folkeskolerne i Esbjerg kommune og laver tværgående undervisning med blandt andet folkeskolelærere og musikpædagoger, hvor de finder ud af hvad de kan sammen.

[Læs mere her](#)



Myrthuegård - Natur og kulturformidlingscenter

Centeret Myrthuegård har både naturbørnehaver, formidlingsstilbud til børn og voksne, værksteder, friluftsfaciliteter samt møde- og udstillingslokaler. Myrthue og Marbæk Plantage er en del af Nationalpark Vadehavet udpeget af UNESCO. Der tilbydes flere naturvejledningsture omkring Myrthuegård og Guidager Plantage. I maj afholdes der Marbækdag/Nationalparkdag på og omkring gården. I efteråret er der økologiske høstmarkeder og astronomiforedrag flere gange om året på gården.

[Læs mere her](#)



YouFit

YouFit er et tilbud til overvægtige unge. Tilbuddet er til børn og unge mellem 6 – 17 år og deres familier. Det er et forløb på Esbjerg Sundscener og Sydvestjysk Sygehus. Formålet er at øge fysisk og mental sundhed samt livskvalitet ved et motiverende forløb med fysisk træning, samtaler og diverse familiearrangementer. Udover YouFit er der også et tilbud der hedder FitforKids, der er en frivillig forening der samarbejder med Esbjerg kommune, hvor børn og unge mellem 7-15 år og deres familier bliver tilbudt et sundhedsforløb.

[Læs mere her](#)



Kommunernes tiltag

Tiltagenes brugere og indhold

Et af formålene med projektet er lave tiltag, der kan styrke indsatsen indenfor sundhed, kultur og natur og som kan komme mange kommuner og civilsamfundsorganisationer til gode. Derfor har det været en vigtig del af projektets Fase 1 at sammenholde og analysere indholdet og strukturen i de mange tiltag i kommunerne for at få dybere forståelse for, hvad der kendetegner de tilbud, der allerede bliver igangsat. Denne viden skal være med til at inspirere projektets Fase 2.

Aktiviteterne blev vurderet ud fra 4 parametre: målgrupper, indsatsfokus, formål og virkemidler. Altså hvem er tilbuddene henvendt til (målgruppe), hvad er indholdet i tilbuddene (indsatsfokus), hvorfor er projektet relevant (formålet) og hvordan udmøntes tilbuddet (virkemiddel).

Målgrupper

I analysen af kommunernes initiativer blev der fundet 8 generelt fremtrædende målgrupper, hvor aktiviteter og tilbud gik igen på tværs af de enkelte kommuner.

Målgrupperne er et udtryk for, hvad der ses af overordnede tendenser. Der ses mange tiltag, som går på tværs af målgrupperne, f.eks. til psykisk udfordrede mænd, unge der står udenfor arbejdsmarkedet osv. Se mere om målgrupperne på s. 15 og 16.

Indsatsfokus

På tværs af kommunernes tiltag er det undersøgt, hvilke overordnede rammer og strukturer aktiviteterne er bygget op omkring. Følgende opbygninger ses hyppigt:

- Forløb på x antal uger, x antal gange om ugen til specifikke grupper
- Åbne, frit tilgængelige og uforpligtende tilbud
- Rådgivning og vejledning/træning
- Undervisning
- Gruppeforløb

Formål

Der er ligeledes blevet set på, hvorfor tilbuddene og aktiviteterne er sat i verden, og hvad de skal gøre for og med borgerne. Formålene som ses på tværs af tiltagene er følgende:

- Skabe ro, fordybelse og et frirum
- Motivere til en sundere livsstil
- Motivere til livsændringer
- Skabe fællesskaber og sociale netværk
- Give mulighed for at takle egne problemer
- Give kendskab til kultur og natur
- Give viden om sundhed
- Fysisk træning
- Give redskaber til mental og fysisk væren

Tilbud for alle

Alle kommuner tænker borgernes sundhed ind. Det kommer til udtryk i byplanlægningen, i de rekreative områder i og omkring byerne og i særligt udpegede naturoplevelser.

Sundhedsskov, sundhedsspor, parker, cykelstier, mødesteder, hjertestier, nem adgang for alle til grønne områder.

"Det nytter ikke du skal køre 20 min for at komme hen til en natur- eller kulturoplevelse."



Ældre (60+)

Denne kategori er kendetegnet ved arrangerede og guidede ture, fysiske træningsmuligheder og fællesskaber.

Aktivitetscentre, aktivitetsture, gå-fællesskaber, træningsbane, træning.

"Et fællesskab der hedder "Når man er blevet alene" er et initiativ startet af to sundhedsambassadører med demente ægtefæller. "



Unge

I mange kommuner forsøger man at imødegå fysisk og psykisk mistrivsel hos unge ved at tilbyde træning inden for de to områder, samt støtte til at mestre hverdagslivet og højne livskvaliteten.

Fysisk træning, mental træning i naturen, ungefestival, social træning, mødesteder, rådgivning og støtte.

"Regionens tilbud om gratis psykologhjælp til alle mellem 18 og 20 med angst og/eller depression er fantastisk!"



Kronikere

I tilbuddene til kronikere er der stort fokus på at højne livskvaliteten. Der er også mange træningstilbud, hvor deltagerne lærer at tage hensyn til deres sygdom under træningen.

Træningsforløb i naturen, oplevelser i naturen og kulturelle oplevelser, gå-fællesskaber, kultur-natur-forløb, koloni- og terapihaver.

"Vi flytter træningen ud i naturen, og viser dem muligheden for at bruge det i deres egen træning. "



Mænd

I aktiviteter til denne målgruppe er der stor opmærksomhed på at bygge sociale fællesskaber med ligesindede.

Stresskursus, naturvejledning, psykisk og fysisk sundhed, kursusforløb med psykosocialt fokus (bålterapi, naturvejledning, træning).

"Vi er lykkedes med at skabe et fællesskab. Man mødes med nogen, der er i samme livssituation - det kan mere end jeg regnede med!"



Psykisk udfordrede (stress, angst, depression m.m.)

Til denne målgruppe bruges natur, kunst og kultur til at skabe ro, nærvær og fordybelse, og rum til at reflektere.

Fysisk træning, mental træning, kunstforløb, forløb i med væren i naturen.

"Successen er, at der er et fællesskab. At de får et netværk. Vi kigger ikke kun på den fysiske sundhed. Der, hvor vi lykkes, er der hvor der er et tredje rum."



Uden for arbejdsmarkedet

Kultur er blevet en vigtig medspiller for flere kommuner i forhold til at få borgerne ud på jobmarkedet igen. Her får borgerne mulighed for at fortælle en ny historie om sig selv.

Forløb - i naturen, på kulturinstitutioner og som workshops (kultur på recept, kultur i job).

"Gåvæerten finder ud af at hun kan noget og bliver klar til job igen"



Rygere

Naturen bruges her til at flytte fokus og skabe en ramme, hvor der er plads til at se udfordringen i et bredere perspektiv.

Rygestop i naturen, gåture.

"Vi forsøger at flytte fokus ved at være i naturen"



Virkemidler

Der er forskellige tilgange og virkemidler, som kan være med til at vække interesse og vedvarende motivation. De, der ses på tværs af tiltagene, er følgende:

- Fællesskaber med ligesindede
- Nem og uforpligtende adgang
- Organiseret, men fleksibelt
- Natur - som deltager eller som aktivitet
- Kultur - som deltager eller som aktivitet
- Udpegede/uddannede/ligesindede instruktører
- Samarbejde med og på tværs af eksisterende foreninger og organisationer
- Fokus på mennesket

Vi ser, at

- der er stort fokus på natur - og mindre på kultur
- der gøres noget for særlige målgrupper i afgrænsede forløb
- der er et spirende fokus på overgang fra kommunale forløb til forløb i foreninger og i det private.
- der er et stort fokus på at gøre naturen tilgængelig og motiverende for brug
- det i høj grad handler om relationer og at der ikke er meget evaluering af de igangværende indsatser

Viden om

Viden om sundhed og kultur

Der er en voksende interesse for kunst og kulturelle aktiviteter som fremmende for borgernes sundhed i Danmark. De sundhedsfremmende aktiviteter kan involvere aktiv deltagelse i kunstneriske aktiviteter (fx maleværksteder, skriveværksteder) eller kulturelle oplevelser (fx museumsbesøg, koncert, læsegrupper etc.). Hvor kultur som sundhedsfremme stadig er forholdsvis nyt i en dansk kontekst og mest foregår på forsøgsbasis, er der i Storbritannien eksplícitte forventninger til at museer og gallerier involverer sig aktivt i sundheds- og trivselsforhold i lokalsamfund og påtager sig et medansvar for sociale forandringer som en del af deres Public Service-rolle (Gallagher, 2017).

Ideerne bag kunst og kultur som sundhedsfremmende aktiviteter bygger typisk på teorier om holistisk sundhed, hvor det 'hele menneske' og individets oplevelse af sammenhæng og mening er i fokus; psykologiske teorier om 'empowerment' gennem oplevelse af handlemuligheder, handlekraft og fællesskaber; Neuropsykologiske teorier om positive erfaringers betydning for oplevelse af verden med flere. Derfor er der i aktiviteterne ofte fokus på trivsel, psykisk sundhed, livskvalitet, sociale relationer og selvværd (Jensen et al, 2016).

Ifølge en undersøgelse af Kultur og Sund-

hedsfremme i en dansk kontekst (Jensen, Bonde og Hjelms, 2016) er det vigtigt, at aktiviteterne:

- er interaktive, engagerende og underholdende
- giver deltagerne mulighed for at udvikle nye færdigheder, øge livskvaliteten og erhverve kulturel og social kapital.
- arbejder med fælles mål som nås i gensidig forståelse
- at gensidig respekt, anerkendelse og belønning for gode præstationer skal være en del af billedet

Men også omgivelserne spiller en rolle. Det er vigtigt, at institutionen, hvori aktiviteten foregår, anerkender og værdsætter aktiviteten og dens sundhedsfremmende potentiale.

Iudsatser, som søger at fremme sundhed via kunst og kulturaktiviteter, fordrer både tværfagligt og tværsektorielt samarbejde, som kan involvere aktører fra social-, sundheds-, og kultursektoren og civilsamfundsorganisationer såsom patientforeninger etc. Det er et gennemgående tema i litteraturen at det er en udfordring at bygge bro mellem de forskellige interesser, logikker og værdier fra eksempelvis det biomedicinske sundhedsfelt og det humanistiske kulturfelt – både i forhold til samarbejdsrelationer, vidensdeling og evaluering.

Ifølge litteraturen kan Kunst og kulturaktiviteter (Jensen 2017; Jensen & Bonde, 2017)

- føre til positive psykologiske og somatiske ændringer i kliniske kontekster
- bidrage med positive terapeutiske virkninger på mental sundhed
- forbedre arbejdsglæde og trivsel på arbejdspladsen for sundhedsfagligt personale
- forbedre muligheder i psykiatrien og i recovery-orienteret behandling
- fremme positive relationer mellem patienter og sundhedsfagligt personale
- Bidrage til folkesundheden

Men

- Forskning på området skal forbedres.
- Store forskelle i research-designs besværliggør sammenligninger af undersøgelserne.
- Fokus på evidensbaseret praksis i sundhedsregi er et dilemma for kultur- og sundhedsfeltet -- Initiativer i feltet bør derfor ikke forstås som kortsigtede "regnestykker", men som langsigtede investeringer i indsatser, der kan supplere eksisterende social- og sundhedstiltag

Det anbefales at

- styrke det tværfaglige og tværsektorielle samarbejde – fx mellem sundheds-, kultur- og forskningsinstitutioner.
- udvikle fælles retningslinjer for 'good practice'.
- være opmærksom på etiske dilemmaer mellem det sundhedsfaglige og det kulturelle felt.
- inddrage civilsamfund og styrke samarbejdsrelationer mellem sundhedssektor og civilsamfund.
- skærpe den politiske opmærksomhed om potentialerne, for at kunst og kultur kan bidrage til sundhedsfremme.
- initiativer indenfor kultur- og sundhedsfeltet bør tilrettelægges som langsigtede investeringer, der kan supplere eksisterende social- og sundhedstiltag.

Nationale projekter om sundhed og kultur

Herunder præsenteres et par eksempler blandt mange på, hvordan organisationer, foreninger, institutioner og private aktører arbejder med sundhed og kultur.

Fra deltager til læseguide

Dette projekt opretter læsegrupper ud fra metoden guidet fælleslæsning for psykisk sårbare og udsatte unge i flere danske byer. Samtidig er "Fra deltager til læseguide" et tværfagligt forskningsprojekt, som undersøger, om og hvordan deltagelse i læsegrupper kan være med til at styrke sårbare unge. Initiativtagerne er Læseforeningen.

[Læs mere her](#)

Tænk tanken - Musik & Sundhed

En række patientforeninger, forskere, læger, musikterapeuter, komponister og repræsentanter fra regioner og kommuner er gået sammen i et handlefællesskab. Formålet er at klæde beslutningstagere og praksisplejen på til at sætte musik i spil gennem en aktiv kommunikationsindsats og et fagligt funderet aktivitetsspor.

[Læs mere her](#)

Kunst og kræft

- Horsens Kunstmuseum

Billedskolen og Kræftens Bekæmpelse lokalafdeling Horsens inviterer hver mandag til 'Kunst & Kræft' i billedskolens lokaler på Horsens Kunstmuseum Carolinelundsvej 2. Tilbuddet er åbent for alle der har eller har haft kræft og henvender sig til alle aldre.

[Læs mere her](#)

Kunstbulancen

Kunstbulancen – har kørt rundt i sommeren 2019 i 7 byer i Region Midtjylland. På hjemmesiden beskrives som følger: " ... and offered Art as a form of alternative medicine and treatment for the improvement of mental and physical health in the communities with focus on dementia, nutrition, hearing, vision, physical activity, handicap, longevity and also sexual awareness".

[Læs mere her](#)

The Art of Transformation

TAoT har til formål at bidrage til samfundsudviklingen gennem nye metoder, hvor kunst som kreativt værktøj skaber møder mellem mennesker. Udviklingsprojektet handler om menneskets generobring af livsmod og positive indstilling til tilværelse trods udfordringer med fortidens baggage.

[Læs mere her](#)

Inspiration

Litteratur om kultur og sundhed

- Bungay, H., og Clift, S. (2010). Arts on Prescription: A review of practice in the UK. *Perspectives in Public Health* (130:6). P. 277-281
- Chatterjee, H; Camic, Lockyer & Thomson (2018) Non-clinical community interventions: a systematised review of social prescribing schemes. *Arts & Health: An International Journal for Research, Policy and Practice* (10:2) p. 97-123.
- Jensen, A. (2017). En systematisk gennemgang af den internationale litteratur om Kultur og Sundhed. Videnscenter for Kultur og Sundhed. NOCKS - Institut for Kommunikation. Aalborg Universitet.
- Jensen, A. (2017) Kultur og Sundhed: En antologi. Anita Jensen (red.) Turbine Akademisk.
- Jensen, A., Bonde, L. O., & Hjelms, E. (2016). Kultur og Sundhedsfremme: Eksempler, inspiration og baggrundsviden. Aalborg Universitet.
- Jensen, A. (2014): Considering 'first, do no harm' in arts and health practice. *Journal of Applied Arts & Health*, Volume 5, Number 3, 2014, pp. 331-339(9).
- Kristensen, N.H. (2018). Styrker Kulturstyrke? En antropologisk undersøgelse af Kultur på Recept i Vordingborg Kommune. Center for Sund Aldring, Københavns Universitet.
- Lau, C.B. (2018). Museers aktiviteter som medvirkende til øget livskvalitet for medborgere i sårbare situationer - Forskningsbaseret formidling af kvantitativ og kvalitativ erfaringsopsamling i tilknytning til Kulturland. Kulturregion Storstrøm
- Loga, J. (2010). Livskvalitet. Betydning av kultur og frivillighet for helse, trivsel og lykke: En kunnskapsoversikt. Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor, Oslo.
- Stickley & Clift (2017). *Arts, Health and wellbeing*. Cambridge Scholars Publishing
- Stigmar, K. (2016). Kultur på recept 2.0. Epidemiologi- och registercentrum Syd, Skånes universitetssjukvård.
- White (2010). Developing guidelines for good practice in participatory arts-in-health-care contexts. *Journal of Applied Arts and Health*, Volume 1: Number 2 pp. 139–155

Flere projekter om kultur og sundhed

- Kultur og sundhed i Danmark – tværfagligt forum på Facebook:
<https://www.facebook.com/groups/1685219061693152/>
- Nordjysk Center for Kultur og Sundhed, Aalborg Universitet
<https://www.musikterapi.aau.dk/nocks/>
- Netværket for kultur, beskæftigelse og sundhed, Aarhus Universitet
<http://arts.au.dk/samarbejde/samarbejde-med-forskere/kulturogsundhed/kultur-beskaeftigelse-og-sundhed/>
- Kultur på recept
<https://www.sst.dk/da/nyheder/2016/fire-kommuner-kan-nu-tilbyde-kultur-paa-recept>
- Oversigt over og ideer til projekter indenfor sundhed og kultur
<https://www.kcl.ac.uk/cultural/resources/infographics/Overview.jpg>

Viden om *sundhed og natur*

Indenfor de seneste år ses der en stigning i brug af natur- og friluftaktiviteter i sundhedsfremmende indsatser. Der er ligeledes udgivet en række nationale rapporter, der opsamler den eksisterende forskning om feltet. Rapporten fra Friluftsrådet 2018 peger på, at aktiviteter i naturen har adskillige positive effekter på fysisk, mental og social sundhed.

Ophold i, eller aktiviteter i naturen viser f.eks. positive effekter på koncentration, vredeskontrol, depression og stress. Gang og gåture i det fri har vist en forebyggende effekt på hjertekarsygdomme samt tidlig død (ref). Studier af vandring/gåture har ligeledes fundet positive effekter på energiforbrug, BMI og kropsfedt samt på mental og social sundhed (rapport). Adgang til natur og parker øger generelt folks fysiske aktivitetsniveau, men viser også at have positive effekter på depression og angst blandt ældre mennesker. Sansenhaver synes at have en positiv virkning på generel mental velbefindende hos demente. Forest bathing og Forest therapy bruges som behandlingsmetoder til voksne med svær depression og stresssymptomer og har vist positive effekter på en række stressrelaterede biomarkører og kognitive præstationer. Adventure Therapy har vist positive ændringer på de deltagendes selvforståelse, sociale udvikling samt relation til familien.

Længden af programmerne forekommer at have betydning for effekten og der ses en dalende effekt ved forløb over 2 måneder. Effekter varierer desuden på baggrund af deltagernes socioøkonomiske status og demografiske faktorer (køn, alder etc.).

Men det bør nævnes at der er stor variation i målgrupperne, forløbenes varighed, aktiviteter, kontekster, sundhedsparametre, designs og effekter, hvilket gør det svært at afgøre hvilke forløb og hvilke aktiviteter, der virker bedst for hvem. Større fokus på evaluering af sundhedsindsatser fremhæves således som vigtig i fremtidige projekter.

Naturens påvirkning på projektniveau

- Naturen er en god ramme for opbyggelse af fællesskaber og erfaringsudveksling
- Gruppedynamik bliver bedre ude
- Man mødes som mennesker og ikke patienter
- Et uformelt og neutralt rum, som ofte giver mulighed nye roller
- Gennem natur- og friluftsforsløb skabes en god ramme for fællesskab, der giver særlige muligheder for at arbejde med relationer
- Både deltagere og instruktører oplever naturen som et godt sted at opleve ro, at mærke sig selv og være til stede
- Naturen danner en god ramme for at arbejde med deltageres oplevelse af egen livssituation og mestring af forskellige opgaver
- Særlige muligheder for at arbejde med relationer
- Konfliktniveau og -håndtering ændres
- Samvær med andre i samme situation værdsættes
- Natur- og friluftsforsløb understøtter nye samarbejdsformer

Udfordringer på projektniveau

- Forløb i naturen rummer en grad af uforudsigelighed, fx i form af vejr og terræn, som fra et lederperspektiv kan opleves udfordrende i forhold til planlægning og logistik
- Forløbene opleves ofte tids- og ressourcerævende, hvilket bl.a. skyldes, at det ofte kræver mere personale med flere forskellige kompetencer at udføre forløb i naturen
- Det er vigtigt med overvejelser om målgruppens særlige behov og det kan være væsentligt med en tovholder
- Det er forskelligt, i hvilken grad deltagerne oplever, at de kan overføre elementer fra forløbet til hverdagen
- Brobygning mellem kommuner og foreninger er kompleks og tidskrævende

Rekruttering

- Nærmere at rekruttere mænd til forløb, der foregår i naturen
- Ofte rekrutteres personer, der i forvejen brænder for naturen

Det anbefales at:

- Praktikere udarbejder og deler erfaringer offentligt
- Praktiker/forsker samarbejde prioriteres tidligt i projektfasen
- Inkorporering af en afrapporteringsfase i projekter i praksis, der udmøntes i en kommunikation af beskrivelse af indsats/aktiviteter, evaluering, implementeringsprocesser og resultater.

Nationale projekter om *sundhed og natur*

Herunder præsenteres et par eksempler blandt mange, på hvordan organisationer, foreninger, institutioner og private aktører arbejder med sundhed og natur.

Naturfamilier

- Danmarks naturfredningsforening

Sammen med Nordea-fonden og Steno Diabetes Center vil Danmarks Naturfredningsforening hjælpe flere børnefamilier ud i naturen. Det skal være attraktivt, let og socialt. Ved hjælp af lokale Facebook-grupper og hjemmesiden, skaber vi lokale netværk af familier, der kan lave naturaktiviteter for hinanden, og tage med hinanden på tur.

[Læs mere her](#)

Friluftsrådet

Friluftsrådet er paraply for friluftslivet og varetager det samlede friluftslivs interesser. Vi inspirerer danskerne til mere friluftsliv og samtidig forbedrer muligheder og vilkår for friluftsliv og naturoplevelser - i en rig natur, der er værd at opleve.

Friluftsrådet forbedrer mulighederne og rammerne for danskernes friluftsliv gennem politisk interessevaretagelse, projekter, mærkningsordninger og kampagner.

Friluftsrådet har mange forskellige tiltag til mennesker og kommuner med en interesse i natur og friluftsliv. Se nogen af projekterne i listen på næste side.

[Læs mere her](#)

Bevæg dig for livet

- DGI og DIF

Danmark skal være verdens mest aktive nation i 2025. Det er målsætningen for den største partnerskabsaftale i dansk idræts historie - en aftale, der går under navnet 'Bevæg dig for Livet' og har som mål at sætte Danmark i bevægelse. Flere af de underliggende initiativer har naturen som omdrejningspunkt.

[Læs mere her](#)

Motion i det fri

- Hjerteforeningen

Dette motionstilbud kombinerer en rask gåtur med lette træningsøvelser og hyggeligt samvær på hjertestierne i Danmark. Fysisk og mental velvære går hånd i hånd med hjertets sundhed.

[Læs mere her](#)

Helseskoven Octovia

- Institut for Geovidenskab, KU

Helseskoven Octovia er en konceptmodel, der har fokus på, hvordan man udformer nye og forbedrer eksisterende grønne områder, så de tilbyder bestemte oplevelsesværdier. Disse særlige oplevelsesværdier svarer til de naturoplevelser, folk foretrækker, og kan bidrage til en bedre mental sundhed hos befolkningen.

[Læs mere her](#)

Inspiration

Litteratur om natur og sundhed

- Mygind, L., Hartmeyer, R., Kjeldsted, E., Mygind, E., Bentsen, P. (2018): Viden om friluftslivs effekter på sundhed – resultater fra en systematisk forskningsoversigt. Hentet fra Friluftsrådets hjemmeside: [Friluftsradet.dk/publikationer](https://www.friluftsradet.dk/publikationer)
- Rebecca Lovell Natural England (2016). Links between natural environments and physiological health: evidence briefing. Exeter University. publications.naturalengland.org.uk/file/4885062252756992
- Rebecca Lovell Natural England (2016). Links between natural environments and mental health: evidence briefing. Exeter University. publications.naturalengland.org.uk/file/4681263907078144
- Bratland-Sanda, S., Andersson, E., Best, J., Høegmark, S., & Roessler, K.K. (2019): The use of physical activity, sport and outdoor life as tools of psychosocial intervention: the Nordic perspective. *Sport in Society*, 22:4, 654-670, DOI: 10.1080/17430437.2017.1389037
- Skytte, E. (2014): Sundhed og livskvalitet i naturen - et idekatalog. Sundhedsnetværket
- Trine Top Thagaard Wengel og Søren Andkjær (2019) Natur og friluftsliv i sundhedsindsatsen - Et review af viden fra praksis (Movements, 2019:9) SDU, Friluftsrådet

Flere projekter om natur og sundhed

- Sundhed i Naturen - Håndbog til praktikerne, som arbejder med friluftsliv i den kommunale sundhedsindsats
https://www.friluftsradet.dk/sites/friluftsradet.dk/files/media/document/Håndbog_Sund%20i%20naturen_WEBversion_0.pdf
- Friluftsliv på tværs
<https://friluftsradet.dk/arbejder-vi/friluftsliv-folkesundhed/friluftsliv-paa-tvaers>
- Hold fast - En inspirationsguide til den gode overgang fra kommunalt sundhedstilbud til fastholdelse i friluftsfællesskaber
https://www.friluftsradet.dk/sites/friluftsradet.dk/files/media/document/Brobygningsguide_ny%20version%202019.pdf
- Friluftsliv i sundhedsindsatsen 2014
<https://www.friluftsradet.dk/sites/friluftsradet.dk/files/media/document/Idekatalog%20Danmarks%20friluftskommune%202014.pdf>
- Fakta ark om kommunernes projekter
<https://friluftsradet.dk/sites/friluftsradet.dk/files/media/document/Faktaark%20om%20kortlægning%20final.pdf>
- Kløverstier
<https://www.friluftsradet.dk/kloeverstier>

Internationale projekter

Sundhed og kultur

Arts and Minds

Vi arrangerer kunst-drevede workshops i Cambridge, Peterborough m.m. Vi deltager i den nationale dialog omkring den positive rolle, som kunst spiller indenfor sundhed, samt producerer forskning af national og international karakter, der demonstrerer indflydelsen og fordelene for enkeltpersoner, fællesskaber og for dem der tilbyder sundhed.

[Læs mere her](#)

Culture, health and wellbeing

Vi er en national alliance engageret i at promovere det kreative felts rolle i sundhed og omsorg. Kreativ aktivitet har længe været kendt for at have en mærkbar indvirkning indenfor sundhed og livskvalitet. Kunst, kreativitet og fantasi er et middel til velbehag: De hjælper med at gøre den enkelte robust, understøtte helbredelse og fremme et blomstrende samfund.

[Læs mere her](#)

The Happy Museum Project

Dette projekt ser på hvordan museumssektoren kan arbejde med udfordringerne omkring at skabe en mere bæredygtig fremtid.

[Læs mere her](#)

Sundhed og natur

Hike it Baby

Hike it Baby er et amerikansk koncept, der blev startet i Portland i USA af Shanti Hodges i 2013.

Hike it Baby har i dag over 200.000 familier, der interagerer på sociale medier, hvor de planlægger tilsammen 1.500 ture ud i naturen hver måned. Familierne er fordelt på over 300 grupper.

[Læs mere her](#)

Nature and Environment to Attain and Restore (NEAR) Health

Et projekt fra Irland, der ...” aims to connect people with blue and green nature spaces. The overall aim of the NEAR-Health project is to design and pilot inclusive nature-based solutions to assist communities value a healthy environment, maintain healthy lifestyles and promote and restore wellbeing.

[Læs mere her](#)

Nature4Health

2-årigt projekt med fokus på at bruge naturen til at bekæmpe ensomhed, social isolation og forbedre naturlig sundhed.

[Læs mere her](#)

Nutidens udfordringer
Fremtidens løsninger

Workshop

I slutningen af september 2019 afholdt projekt Sundhed, Kultur og Natur en workshop for kommuner og interesserede organisationer. Her blev deltagerne opdaterede på projektet og inspireret af kolleger på tværs af kommunegrænser. De kunne tilkendegive deres interesse i at tage del i projektets næste faser, og ikke mindst komme med deres bud på nutidens udfordringer og fremtidens aktiviteter.

Workshoppen var en stor succes med:

- 76 deltagere
- 17 ud af 22 kommuner repræsenteret med 1 eller flere deltagere
- 12 organisationer og private aktører, repræsenteret, bl.a. DGI og Ældresagen
- 6 kommuner og en uddannelsesinstitution er interesseret i at blive inddraget i det videre forløb

Selve workshoppen var bygget op omkring et nytårstema, hvor deltagerne blev bedt om aktivt at arbejde med nutidens udfordringer i projekter indenfor sundhed, natur og kultur. I workshoppens første del blev deltagerne bedt om individuelt at nedfælde deres oplevede udfordringer. Derefter grupperede deltagerne udfordringerne i temaer, og udvalgte én udfordring som

Workshop Program d. 27/9 - 2019

- 9.00 Velkomst og program for dagen v/ Kurt Æbelø, afdelingschef i Region Syddanmark.
Kort præsentation af pilotprojektet v/ Dorthe Kusk, afdelingschef i Region Syddanmark.
- 9.15 Præsentation af resultater: Digitalt kort og sammenfatning af eksisterende aktiviteter i Syddanmark v/ Syddansk Universitets Institut for Idræt og Biomekanik og Designskolen Kolding.
- 9.45 Korte præsentationer af cases inden for Sundhed, Kultur og Natur:
- Terapihaven Møllebæk, Kolding Kommune
- Playline, Billund Kommune.
- Kultur på recept & Kultur på Hjernen, Nyborg kommune
- Kultur som Sundhedsbooster, Middelfart Kommune.
- 10.15 Workshop – "Nutidens udfordringer & fremtidens løsninger – dit bidrag" - deltagerne arbejder aktivt med temaet.
- 11.30 Opsamling i plenum samt skitsering af videre proces v/ Kurt Æbelø.
- 12.00 - 13.00 Afslutning Frokost to-go – eller mulighed for frokost og drøftelse med projektpartnere og andre, der er interesserede i fremtidig deltagelse i projektet.

Nutidens udfordringer – Fremtidens løsninger

5. Forhindringer
Hvad udfordrer jeres ide?

4. Mod fremtiden
Hvad kan I gøre for at løse udfordringen?
Hvad er visionen?

5. Forhindringer
Hvad udfordrer jeres ide?

Hvad skal der til for at det lykkes?

6. Det oversete
Det som arrangørerne ikke har tænkt på.

Hvad kan I selv gøre?

3. Jeres afsæt

Udvælg den udfordring, som I mener er den vigtigste at finde en løsning på.

2. Fælles fundament
Gruppér udfordringerne og giv dem en overskrift.

1. Nutidens udfordringer
Hvilke udfordringer oplever du i forbindelse med projekter indenfor området sundhed, kultur og natur?

gruppen skulle arbejde videre med. Herfra arbejdede grupperne sig op i raketten, hvor de kom med bud på fremtidens løsninger på den udvalgte problemstilling. Grupperne blev ligeledes bedt om at vurdere og nedfælde trusler for projekter med sundhed, natur og kultur, samt at beskrive oversete forhold.

Workshop resultater

Efter workshoppen dokumenterede/ nedfældede arbejdsgruppen hver enkelt gruppes arbejde på raketten (alle post-its) i et arbejdsdokument for hver gruppe. På baggrund af en tematiske analyse på tværs af de 10 gruppers arbejde fremkom fire centrale organisatoriske udfordringer; samarbejde, rekruttering, brobygning og vidensdeling/evaluering. Disse fire udfordringer fremgik af post-its på samtlige 10 plakater på et eller flere niveauer i raketten. I de følgende afsnit præsenteres hver af de fire centrale udfordringer, samt gruppernes bud på fremtidens løsninger. Afsluttende beskrives trusler og det oversete, vi bør huske i udførelse af projekter indenfor sundhed, natur og kultur.

Hvad skal der til

- Politisk vilje til at prioritere midler på tværs af udvalg
- Ledelsesopbakning
- Ressourcer
- Drift
- Tid til arbejdet,
- Kontinuitet i personalet + personalepleje
- Langsigtet tværgående handleplan
- Vi gør det sgu
- Kommunikation ml. flere led/planer
->fælles vision

Samarbejde

Udfordringer omkring samarbejde fremkommer både i samarbejdet på tværs af forvaltningerne internt i kommunerne, men også i forhold til samarbejdet med eksterne partnere så som kulturinstitutioner, foreninger, frivillige og civilsamfund samt kommunerne imellem.

Deltagernes løsningsforslag

- Drik kaffe på tværs af forvaltninger + med eksterne partnere
- Samskabelse/samdesign
- Fælles retning
- Sikre fremtidig forankring og udvikling
- Én der har den (tovholder/koordinator)
- Aktivitets-pusher ansat i kommunen som bindeled, overblik, koordinator, formidler mm
- Fælles kommunal beslutning om dialog på tværs
- Fokus på fællesfaglighed i kommunen
- Regional fokus på rådgivning og uddannelse i dialog på tværs af kommuner
- Større fleksibilitet ved samarbejdspartnere
- Tid/ressourcer til relationsdannelse i projekter
- Ejerskab ->forventningsafstemning

Rekruttering

Udfordringer med rekruttering opleves særligt i forhold til rekruttering af borgere, og her nævnes svage grupper, socialt udsatte, borgere der har brug for hjælp og helt almindelige borgere. Rekruttering af frivillige fremgår dog også som en udfordring.

Deltagernes løsningsforslag

- Øje for målgruppens behov
- Inddragelse af målgruppen i udarbejdelsen af tilbud og projekter
- Fokus på de frivillige - hvordan finder

man dem? Hvordan motiverer man dem? Hvordan skaber man ejerskab?

Brobygning

Det opleves udfordrende at bygge bro mellem projekt og tiden efter for de deltagende borgere. Man mangler således svar på, hvordan man kan sikre en god overgang eller udslusning af borgerne til civilsamfundet efter deltagelse i et forløb eller projekt. Samt hvordan borgeren fastholdes i "projekt"-fællesskabet eller kan indgå i nye meningsfulde fællesskaber i civilsamfundet på egen hånd?

Deltagernes løsningsforslag

- Større fleksibilitet ved samarbejdspartnere
- Tænke forankring fra start
- Mindre kassetænkning
- Øje for målgruppens behov

Vidensdeling og evaluering

Vidensdeling og evaluering fremstår som udfordrende elementer på tværs af kommunerne. Det synes bla. svært at finde de gode cases, samt steder hvor man kan dele den viden man får mellem kommunerne. Der efterspørges brugbar evaluering og effekt mål af og i praksisverdenen samt mere fokus på, hvad der virker for hvem. Hvordan sikres kvalitet i frivillige tilbud, opfølgning, videndeling, svært at måle effekt indenfor forebyggelsesområdet.

Deltagernes løsningsforslag

- Klart formål + målstrategi/langsigtet strategi
- Pilotprojekt først bla. skarpt evaluerings design
- Overblik over eksisterende netværk (fx 'sund-by')

Truslerne

- Silotænkning: fagligt, politisk, administrativt, lovgivningsmæssigt
- Lovgivning
- Skift i politikernes fokus
- Økonomi
- Ressourcer/tid
- Manglende fremgangsmetoder
- Snæversynethed
- "Vi plejer"

Det oversete

- Kommunikation-internt/eksternt-højere grad af planlægning
- Projekterne skal tænkes dybere->startes tidligere og tænkes længere ud
- Vi bliver for længe inde i vores egen organisation, inden vi konfronterer vores projekt med virkeligheden(borgerne).
- Vi udvikler løsninger til dem der allerede 'kan selv'. (Vi rekrutterer mænd, men er det de 'rigtige mænd'?)
- Inddragelse af frivillige
- Inddragelse af eksperter til at løfte og rådgive

Opsamling

På baggrund af analysen fremkom fire centrale problemstillinger, der alle opererede på et organisatorisk niveau; samarbejde, rekruttering, brobygning og vidensdeling/evaluering. Workshopdeltagernes bud på fremtidens løsninger vil danne fundamentet for en dybdegående undersøgelse af rekruttering og brobygning med samarbejde som overordnede fokus i Fase 2. Vidensdeling/evaluering vil indgå som en aktiv del af Fase 3 og 4 internt og eksternt hos deltagende kommuner og organisationer.

Resumé

Forprojektet Sundhed, Kultur og Natur udvikles i et samarbejde mellem Region Syddanmark, Designskolen i Kolding, Idræt og Biomekanik på Syddansk Universitet og kommunerne i Region Syddanmark. Projektet har til formål at styrke indsatsen på tværs af sundhed, natur og kultur for derigennem at fremme borgernes fysiske og mentale sundhed. Konkret forventes det at projektet vil udvikle og afprøve værktøjer, der skaber værdi i praksis, styrker projekternes bæredygtighed og i sidste ende fremmer sundheden for flere borgere i Region Syddanmark.

Projektets første fase bestod af fire dele.

1. Afsøge forskningsbaseret viden, 2. Kortlægge eksisterende kommunale tiltag, 3. Vidensdele og 4. Indhente praksiserfaringer fra projekter omhandlende sundhed, kultur og natur gennem en workshop med interessenter. Første fase havde derved til formål at konkretisere hvilke udfordringer, det er relevant for projektet at gå i dybden med i de følgende faser.

På tværs af litteraturen, udvalgte kommunale tiltag og praksiserfaringer kan første fases fund opsummeres som følgende.

Det fremgår tydeligt, at projekter indenfor sundhed, kultur og natur kan noget særligt i forhold til at skabe et frirum, hvor man kan mødes med ligesindede, skabe nye relationer og indgå i nye fællesskaber. I de kom-

munale tilbud udbydes særligt afgrænsede forløb til specifikke grupper af borgere såsom; borgere uden for arbejdsmarkedet, mænd, psykisk udfordrede og kronikere, men der syntes ligeledes at være fokus på at gøre ex. naturen tilgængelig og motiverende for alle. I projekter, der omhandler natur og/eller kultur, viser de samme typer af udfordringer at være gældende; samarbejde på tværs af forvaltninger og sektorer, rekruttering af borgere og brobygning, både mellem kommuner og foreninger, og mellem indsatsforløb og borgerens hverdagsliv. I litteraturen anbefales det derfor; at det tværfaglige og tværsektorielle samarbejde styrkes; at der skabes klar rolle- og ansvarsfordeling mellem aktører, og at der udvikles fælles retningslinjer for 'good practice', hvor der skabes konsensus om mål og midler i det tværfaglige samarbejde. Endnu et gennemgående fællestræk for litteraturen samt praksiserfaringerne er manglende fokus på brugbar evaluering samt vidensdeling indenfor og mellem projekter. Det anbefales af litteraturen at praktiker/forsker-samarbejde prioriteres tidligt i projektfasen, og at evaluering generelt prioriteres højere i fremtidige projekter.

Med afsæt i litteraturen, og i særdeleshed praksiserfaringerne fra workshoppen, udvælges følgende temaer og indsatsfokus i fase 2; samarbejde, rekruttering og brobyg-

ning. Af workshoppens resultater blev samarbejde vurderet til at være den største udfordring, både internt i projekterne, mellem sektorer, mellem kommuner og i forhold til eksterne samarbejdspartnere.

