



Kultur för livet!

- en kraftfull medicin för kropp och själ

Forskning visar att deltagande i kulturaktiviteter minskar stress, ångest och depression, samtidigt som det ökar välbefinnande, social samhörighet och livskvalitet. Att investera i kultur är inte bara en investering i livsglädje, utan också i folkhälsa och samhällsekonomi.

På konferensen *Kultur för livet* lyfter vi fram olika förebyggande och hälsofrämjande insatser, som visar att kultur kan bidra till en bättre livskvalitet och psykisk och existentiell hälsa.

Välkomna!



Program 17 september 2024

9.00 Drop-in-fika

9.30 - 9.35 Välkomna

(Linda Berg Ottoson och Anette Granberg, Kultur och ideell sektor samt Maria Belik, Välfärd och folkhälsa)

9.35-10.00 Funkiskultur för och med unga vuxna

Studieförbundet Bilda

10.00-10.45 Varför är kultur viktigt för hälsan?

Malin Anclair, lektor i klinisk psykologi, PhD, leg psykoterapeut Luleå tekniska universitet.

11.00-11.45 Att skriva för livet - projekt på Kävesta folkhögskola

Anna-Lova Rosell, lektor i pedagogik Örebro universitet.

11.45-12.45 Lunch på egen hand

Datum:

17 september kl. 9.00 – 16.00

För vem?

För dig som är intresserad av frågor som rör kultur och hälsa.

Kostnadsfritt

Vi bjuder på för- och eftermiddagsfika.
Lunch på egen hand.

Plats:

Kulturkvarteret
Fabriksgatan 4 i Örebro.
Lokal: Akustiken

Anmälan senast 10 september:

[esMakerNX3](#)

Frågor?

anette.granberg@regionorebrolan.se

linda.berg-ottoson@regionorebrolan.se

12.45-13.45 En vanlig dag på Våbo: en teaterföreställning
Lisa Arenö, samhällsanalytiker och teaterpedagog tillsammans med kollegor från Add:action Utbildning.

13.45-14.15 Att mötas i musik: en musikterapeutisk metod
Jonatan Lindner, musikterapeut och leg. kurator Vuxenhabilitering, Region Örebro län.

14.15-14.30 Värdet av konst för psykisk hälsa: vernissage
Arrangemang inom "En månad för livet".

14.30-15.00 Fika och vernissage

15.00-15.45 Läsklubb på Drottning Silvias barnsjukhus: en biblioterapeutisk metod
Karin Graube, bibliotekarie.

15.45-16.00 Avslutning

