



Körsång för välbefinnande

Information till vårdgivare och annan personal

Primärvården i Region Skåne erbjuder i samarbete med Malmö Live att personer med psykisk ohälsa eller risk för social isolering får delta i en kör för välbefinnande.

Vilken målgrupp?

”Körsång för välbefinnande” på Malmö Live vänder sig till personer med **psykisk ohälsa och/eller risk för social isolering/ensamhet** som önskar delta i en kulturaktivitet som möjliggör ett socialt sammanhang. Aktiviteten är för deltagare som är 18+ år.

Varför körsång?

Forskning visar att körsång har en positiv inverkan på oss människor utifrån både **existentiella, känslomässiga, sociala och fysiska aspekter**. ”Körsång för välbefinnande” handlar inte om att bli bra på att sjunga utan fokus är att ha roligt tillsammans. Deltagarna behöver inte ha några förkunskaper eller ha sjungit i kör tidigare.

Vem kan hänvisa deltagare?

Alla vårdgivare på vårdcentraler i Region Skåne samt personal inom Malmö stad som arbetar med målgruppen har möjlighet att hänvisa till körsången. **Aktiviteten är gratis. Ingen remiss eller föranmälan krävs.** Det går bra att delta vid varje tillfälle eller vid enstaka tillfällen och det går bra att börja i kören närsomhelst under hösten.

När?

Tid: Måndagar kl. 10.30–11.45 följande datum:

Januari: 20, 27 Februari: 3, 10, 24 Mars: 3, 10, 17, 24, 31 April: 14, 28 Maj: 5, 12, 19, 26 Juni: 2, 9

Plats: Malmö Live, Green Room (Samling vid Kubenfoajén, plan 2).

Körledare: Viktoria Folkesson

Körsången kommer att ske ovanstående måndagar kl. 10.30–11.45 under våren 2025.

Det är körledare Viktoria som leder aktiviteten, ingen personal från Region Skåne kommer att delta.

Information om körsången finner du även på denna hemsida: [korsang-for-valbefinnande-varen-2025.pdf](#)

