



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.

När?

Tid: Måndagar kl. 10.30–11.45 (se information till deltagare)

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

Körledare: Viktoria Folkesson

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

