

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 **existensiella, 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 våren (observera att det inte är möjligt att delta i forskningsprojektet ”Kultur på recept” samtidigt som ”Körsång för välbefinnande”).

När?

Tid: Måndagar kl. 10.30–11.45 följande datum:

15/1, 22/1, 5/2, 12/2, 26/2, 4/3, 18/3, 25/3, 8/4, 15/4, 22/4, 29/4, 13/5, 20/5, 27/5, 3/6, 10/6

Plats: Malmö Live, **Green Room (Samling vid Kubenfoajén, plan 2)**. Kom gärna lite innan kl. 10.30.

Körledare: Viktoria Folkesson

Körsången kommer att ske **ovanstående måndagar kl. 10.30–11.45 under våren 2024 fr.o.m. 15 januari t.o.m. 10 juni**. Det är körledare Viktoria som leder aktiviteten, ingen personal från Region Skåne kommer att delta.

Information om körsången finner du även på denna hemsida:

[Vardgivare.skane.se/kompetens-utveckling/sakkunniggrupper/primarvardens-utbildningsenhet/kultur-och-halsa](https://vardgivare.skane.se/kompetens-utveckling/sakkunniggrupper/primarvardens-utbildningsenhet/kultur-och-halsa)

