

## Valbara seminarier - Kultur för hälsa 28 februari 2018

Verksamhetsområde Målgrupp	10.45–11.30	13.00–13.45	14.00–14.45
<b>Äldre</b>	<p><b>Bibliotekets utbud</b> Här får du veta mer om att "Låna en Värnamobo" om IT-guide för seniorer och olika kulturarrangemang. Du får också information om böcker, tidskrifter, ljud- och tal böcker samt olika bokcirklar. Vill du, är du välkommen att gå en kort upptäcksfärd i biblioteket.</p>	<p><b>Dans för seniorer</b> Sektion folkhälsa har utformat ett speciellt dansprogram för seniorer som innehåller sittande och stående dans, koreografier och improvisation. Dansen är viktig för att behålla en god hälsa hos seniorer och gör att man känner sig gladare och piggare efter ett danspass</p>	<p><b>Din musik</b> Detta nya arbetssätt inom vård och äldreomsorg bygger på individanpassad insats där man får en känsla av sammanhang genom musiken. Minnen väcks till liv och meningsfullhet skapas.</p>
<b>Barn och Unga</b>	<p><b>Språklust - läs tillsammans och låt ditt barn vara med!</b> Hur vi arbetar med Språklust i Jönköpings län och hur man använder böcker som språkstimulans på bästa sätt om barnet har språkstörning. Aktuell forskning och workshop.</p>	<p><b>Idrott+kultur=hälsa</b> Unga har fått svara på frågor om hälsa, livsvillkor och levnadsvanor. Resultatet har gestaltats med olika kulturella uttryck där de unga själva har varit delaktiga och kopplat ihop olika aktiviteter såsom idrott, kultur och hälsa.</p>	<p><b>Normstorm</b> Normstorms arbetssätt möjliggör för unga människor, att utifrån sina egna perspektiv, problematisera hur exempelvis psykisk ohälsa, ätstörningar och våld hör samman med normer och normskapande.</p>
<b>Funktionsvariation</b>	<p><b>ShareMusic - kreativt musikskapande</b> Prova på att utforska musikappar och att gestalta unika, kreativa uttryck genom enkla improvisationsövningar. Med inspiration av ShareMusics inkluderande arbetssätt fungerar det här för alla oavsett ålder och erfarenhet!</p>	<p><b>Fria händer - ett integrerande teaterprojekt</b> En film på 20 minuter från föreställningen Fria händer. Här får du också veta hur arbetet med pjäse och hur Värnamo folkhögskola använder teater som ett sätt att integrera olika elevgrupper.</p>	<p><b>Freja musikteater - för unga vuxna med diagnoser inom autismspektrat</b> Inom Freja musikteater har man utvecklat en metodik som tar tillvara på ungdomars resurser och låter dem växa och utvecklas genom att använda teaterlek och musik som ett verktyg för livet. Här får du ta del av hur verksamheten har utvecklats och hur den idag genom utbildning sprids i Jönköpings län.</p>
<b>Integration</b>	<p><b>Silent books - att läsa bokstaven röd, mod och metod!</b> Hur man ger ingångar till språk och läsning till allt från nyanlända till vuxna med afasi. Textlösa bilderböcker som gör att alla kan ta del av samma berättelser.</p>	<p><b>Rag2Rug - både miljö och integration</b> Nytt av det nötta. Lakan, handdukar som ätits av tidens tand kommer tillbaka som kudde, matta eller duk. Olika kulturer och erfarenheter ger möjlighet för nyanlända kvinnor att komma närmare arbetsmarknaden.</p> <p><b>Språkkonst</b> Jönköpings läns museum driver ett integrationsprojekt för att gynna nyanländas språkutveckling och introducera nyanlända till museets utställningar. Detta skapar delaktighet så att alla får möjlighet att delta i kulturlivet.</p>	<p><b>Husqvarna FF - en unik förening som samhällsaktör!</b> Från en idé inom en idrottsförening till att ta över Sveriges största konstgalleri och förvandla det till ett Allaktivitetshus i ett socioekonomiskt utsatt område. Vi får exempel på satsningar med fokus på ungdomar och kvinnor och vad Husqvarna FF:s sociala engagemang betyder för det lokala samhället.</p>
<b>Hälsofrämjande sjukvård</b>	<p><b>Kulturunderstödd rehabilitering - KUR</b> Att delta i eller uppleva kulturaktiviteter stimulerar sinnen, kan bidra till ökat välbefinnande och en känsla av sammanhang och meningsfullhet. Rehabiliteringen riktar sig till personer som är sjukskrivna med psykisk ohälsa och smärta. Utvärdering som har genomförts visade på goda resultat som kortare sjukskrivning, ökad arbetsåtergång samt minskade symtom.</p>	<p><b>Hälsofrämjande vårdmiljö</b> Naturfoto och/eller musik i ett patientrum eller behandlingsrum kan bidra till en trygg känsla i en annars ovan miljö. Konsten och musiken blir en del i läkeprocessen och påskyndar tillfrisknandet. Du ta del av konkreta exempel som du kan använda där du finns.</p>	<p><b>Biblioterapeutiskt arbetssätt</b> Läsning är inte bara underhållning, orden är magiska och har läkande krafter! Skönlitteraturen kan hjälpa oss att må bättre, bearbeta känslor och utveckla vårt inre. Praktiska exempel på hur vi arbetar på sjukhusbiblioteket.</p>