

Kultur på recept (KuR)

En social remiss/hänvisning

Region Skånes pensionärsråd
26 maj 2023

Anita Jensen, fil. dr., kultur- och hälsostrateg
Kompetenscentrum för Primärvården
anita.jensen@skane.se



Historiska perspektiv

Genom historien har människor använt bilder, berättelser, dans och sång som helande ritualer och i behandlingssammanhang.



KuR som koncept

- En remiss/hänvisningsbaserad gruppaktivitet
- (Vanligt) för personer som upplever psykiska ohälsa (men kan vara målinriktad andra grupper)
- Varaktighet 6 till 12 veckor
- Deltagarna upplever/deltar i olika konst- och kulturaktiviteter



Vad är sociala remisser/hänvisningar?

- "Sociala remisser/hänvisningar" är ett sätt att göra det möjligt för vårdgivare inom primärvården att hänvisa människor till aktiviteter utanför sjukvården
- Sociala remisser kan förstås som en insats som kopplar människor till olika aktiviteter i sin närmiljö för att lindra sociala och hälsoproblem samt att förbättra det psykosociala välbefinnandet
- Sociala remisser strävar efter att ta hänsyn till individens behov på ett holistiskt sätt och Kultur på recept faller under kategorin "sociala remisser/hänvisningar"



Arts on prescription in Scandinavia: a review of current practice and future possibilities

Authors

Anita Jensen
School of Health Sciences,
The University of
Nottingham, Queen's
Medical Centre, B33, B
Floor, Nottingham NG7
2UH, UK
Email: anitajensen@gmail.com

Theodore Stickley
School of Health Sciences,
The University of
Nottingham, Nottingham,
UK

Wenche Torrisen
Volda University College,
Volda, Norway

Kjerstin Stigmar
Department of Health
Sciences, Lund University,
Lund, Sweden

Corresponding author:
Anita Jensen, as above

Keywords

arts on prescription;
Scandinavia; United
Kingdom; public health;
cultural activities

Abstract

Aims: This article reviews current practice relating to arts and culture on prescription in Sweden, Norway, Denmark and in the United Kingdom. It considers future possibilities and also each of the Scandinavian countries from a culture and health policy and research perspective. The United Kingdom perhaps leads the field of Arts on Prescription practice, and subsequent research is described in order to help identify what the Scandinavian countries might learn from the UK research.

Method: The method adopted for the literature search was a rapid review which included peer-reviewed and grey literature in English and the respective languages of Scandinavia.

Results: The discussion considers the evidence to support social prescription and the potential obstacles of the implementation of Arts on Prescription in Scandinavian countries.

Conclusion: The article concludes that of the Scandinavian countries, Sweden is ahead in terms of Arts on Prescription and has embraced the use of culture for health benefits on a different scale compared to Norway and Denmark. Denmark, in particular, is behind in recognising ways in which art and culture can benefit patients and for wider public health promotion. All three countries may benefit from the evidence provided by UK researchers.

STATE OF PLAY: ARTS AND HEALTH IN SCANDINAVIA

There is considerable political and academic interest in culture and health in the Scandinavian countries, and there is some evidence that this is being translated into practice. In the first published survey of the culture and health field in the Nordic countries, the relationship between culture and health is being identified as an important factor in a sustainable Nordic welfare model.¹ The survey emphasises the enormous potential that arts can have in the promotion of health and wellbeing. The aim of this article is to provide an overview of how arts and culture are used and is described in the Scandinavian countries and the United Kingdom. In this article, we first provide a brief overview of the arts and health field in Scandinavia, and then we offer an overview of Arts on Prescription activities in the

Such evidence may help to inform developments of Arts on Prescription in the Scandinavian countries.

METHOD

Because there is so little peer-reviewed studies published with regard to Arts on Prescription in Scandinavia, we adopted a pragmatic approach to the literature search, including peer-reviewed and grey literature in English and the respective languages of Scandinavia for the period 1997 to May 2016. The approach we used was a rapid review.² Mainly because of the lack of published research around the specific topic in Scandinavia, we did not think that a thorough systematic review was called for. However, the rapid review process sought to identify existing key literature related to the topic of Arts on Prescription in Scandinavia and in the United Kingdom. Lal and

- En holistisk syn på människan
- Verktyg att stimulera sinnena
- Motivera sociala relationer

Aktiva komponenter/ingredienser

Mentala/kognitiva processer

- Inlärning styrkas
- Känsla förstås bättre
- Uppfattning ökas
- Uppmärksamhet växer
- Koncentration stärkas

Sociala relationer

- Gruppen som resurs
- Samhörighet
- Anknytning (person/samhället)

Metod

- Ramverk för aktiviteten
- Kontext/plats
- Samordnar/facilitator

In Practice

Arts on prescription (AoP) in primary healthcare in Sweden

A Jensen 
Arts & Health Strategist, Primary
Healthcare, Region Skåne, Sweden
Email: anita.jensen@skane.se

Corresponding author:
Anita Jensen, as above

BACKGROUND

In Sweden, primary healthcare centres offer basic primary care such as access to general practitioners (GP), practice nurses, psychologists, physiotherapists and so on. The primary healthcare staff work as a multidisciplinary team rather than as independent consultants and are employed by the regional statutory healthcare providers. For over a decade, primary healthcare professionals have been able to prescribe various activities for patients with mental health problems including cognitive behavioural therapy (CBT), yoga, nature-rehabilitation and physical exercise. These prescriptions are dependent on the location and resources available in the given area. In order to support primary health practice with additional pathways, Arts on Prescription (AoP) was introduced in Malmö in 2020.¹ AoP is offered to patients in primary health centres as part of a social prescribing vision inspired by models of practice from the UK.²

Work is currently being undertaken in the Skåne Region, to develop a new Arts and Health strategy (2021–2030) that will link the cultural sector with the health sector. The strategy seeks to develop and strengthen connections between various healthcare and arts practice stakeholders in the region and a collaboration between the regional health committee and the regional arts and culture committee. The strategy will underpin future work in the field by communicating a shared political vision for arts and health as well as to enhance

interdisciplinary collaborations on a practical level.

PROGRAMME SET-UP

Seven medical centres across Malmö were invited to become part of the project and collaborations with cultural institutions were established. Representatives from all participating organisations were invited to a seminar prior to starting the programme; the project plan and research results were presented, and mental health awareness training was provided. Patients with stress, anxiety, mild to moderate depression and those at risk of loneliness and social isolation are referred to the AoP programme by a healthcare professional. Once referred, they are assessed and consulted with about the suitability of the programme for the individual. Each group consists of a maximum of 12 people of all ages (minimum of 18 years old) the majority of participants are female, and ages range between 23 and 73 years old.

ACTIVITIES

As an example of the work, in one particular 10-week programme, the participants met twice a week (Tuesday and Thursdays) for approximately 2 h and engaged in various activities including choir singing, where a choir leader guides them through different songs while playing the piano; 'Shared Reading' at the library with a reading guide who reads for the participants and then facilitates a discussion about the text; participation in guided walks of public arts in the city hosted by Malmö



Museum, as well as guided tours of the city with a focus on the historical attributes facilitated by the city archives. The programme also included tours of the collections and exhibits at Malmö Museum followed by creative workshops by an arts facilitator; an opportunity to work with ceramics as well as listening to live music at Malmö Opera followed by a talk about the experiences.

The AoP approach adopts a holistic view to health that considers biological, individual, social, cultural, structural, and historical dimensions. A key intention of the programme is to aim to strengthen the internal resources that

**The AoP approach
adopts a holistic view
to health that considers
biological, individual,
social, cultural,
structural, and
historical dimensions**

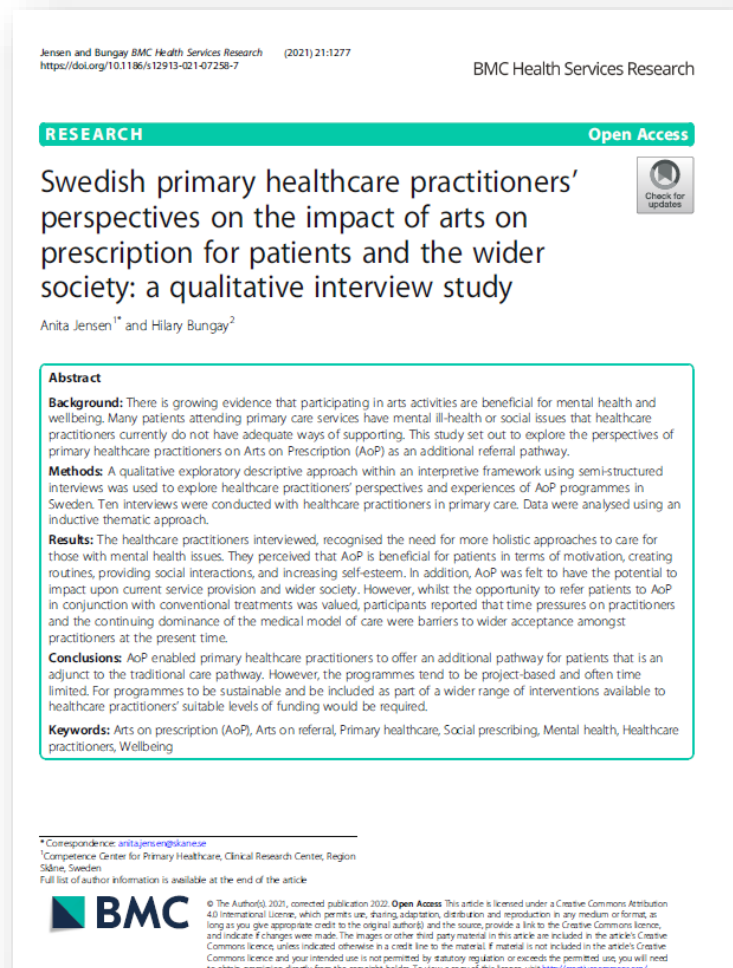
already exist in the person referred. All of the activities are held outside of health settings and are hosted by the cultural institutions who plan and deliver the activities. While some activities are 'receptive' (listening to music, viewing artwork, listening to spoken literature) others are 'active' (creating artwork, walking and so on) with the aim of stimulating participants in different ways.

The AoP Coordinator plays a central role in delivering the programme. In order to provide continuity for the participants, the AoP Project Coordinator liaises with the participants before and during the

Kultur på recept i primärvården, Malmö

2020 – 2021 pilotprojekt

Vårdgivares perspektiv på KuR



- Behov av mer holistiska metoder för att hantera människor med psykiska ohälsa
- KuR är till nytta för patienterna när det gäller motivation, skapande av rutiner, sociala interaktioner och ökad självkänsla
- KuR har potential att påverka primärvårdens service positivt och samhället i stort
- Vårdpersonalens tidspress och den medicinska modellens dominans anses vara hinder

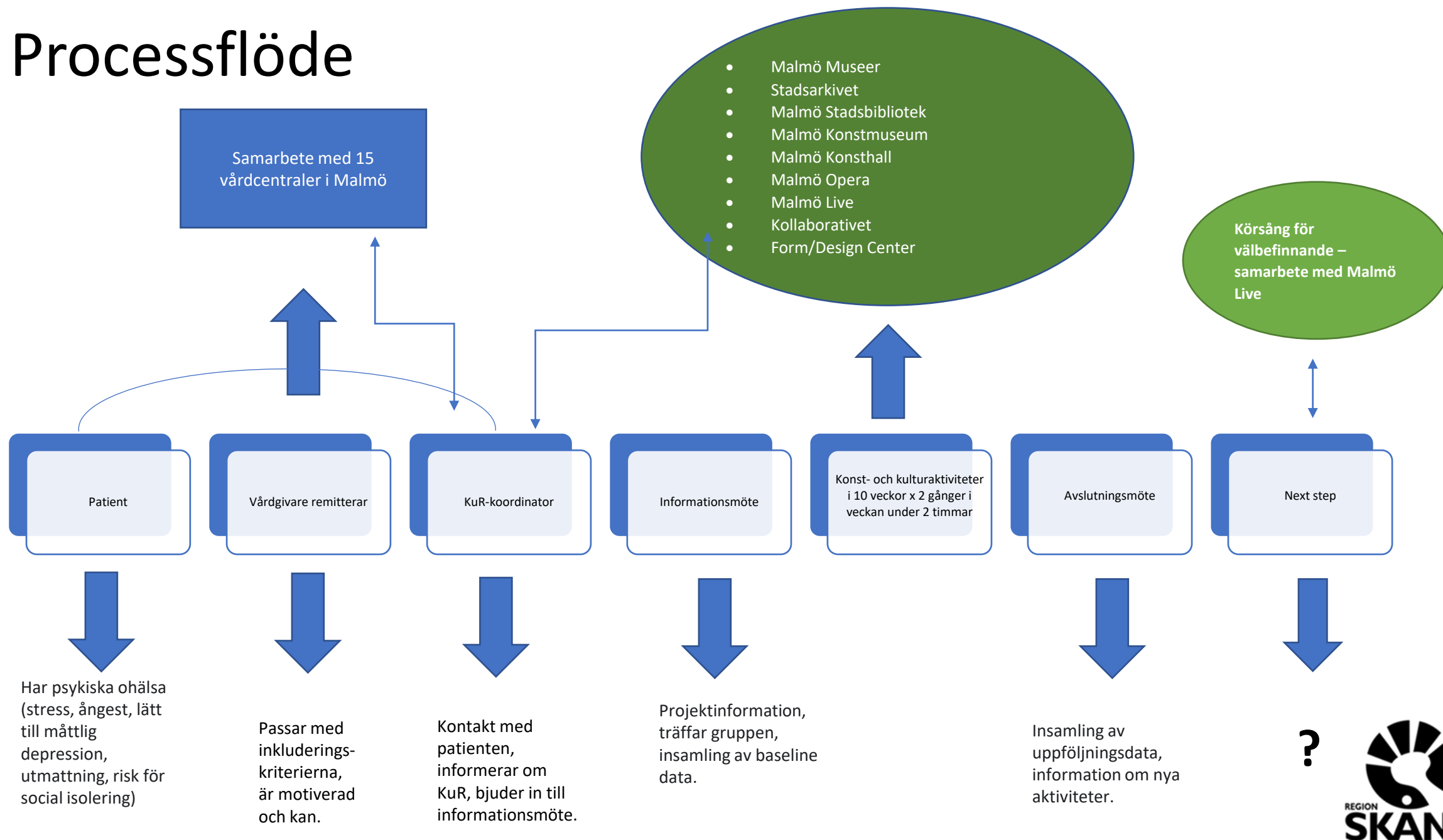


KuR-programmet

- Ett 10 veckor långt konst- och kulturprogram
- Patienter med psykisk ohälsa hänvisas av vårdgivare på 15 olika vårdcentraler i Malmö
- Patienten deltar i olika konst- och kulturaktiviteter under 10 veckor, 2 gånger i veckan ca 2 timmar per gång i en grupp med max 12 personer
- Konst- och kulturaktiviteterna leds av konstpedagoger/ musikpedagoger/bibliotekarier m.fl. på de 9 kulturinstitutioner som ingår i projektet
- En koordinator för KuR deltar i alla aktiviteterna och agerar som en länk mellan deltagarna, kulturinstitutionerna och vårdcentralerna
- Alla vårdcentraler som ingår i projektet har en KuR-kontaktperson



Processflöde





Aktiviteter

- Malmö museer: rundtur och praktisk workshop
- Malmö Stadsarkiv: stadsvandring
- Malmö Opera: lyssna på musik
- Malmö stadsbibliotek: shared reading/läsa tillsammans
- Malmö konstmuseum: rundtur och praktisk workshop
- Malmö Konsthall: guidad utställning och workshop
- Malmö Live: deltar i olika musikaktiviteter
- Kollaborativet: scenkonst upplevelser
- Form/Design Center: guidad utställning och workshop

Forskningsfrågor

Kultur på Recept (KuR): en mixed metod studie av psykosocial effekt

- Det primära syftet med studien är **att undersöka psykosociala (psykisk hälsa, välbefinnande och sociala situationer) effekter av att delta i KuR-programmet**
- Ett sekundärt syfte med studien är **att bättre förstå några av de processer som kan leda till förbättrat psykosocialt välbefinnande**

Den primära forskningsfrågan är: Vilken effekt har deltagande i KuR på välbefinnandet och livskvalitet hos patienter med stress, ångest, mild till måttlig depression eller de som upplever ensamhet/social isolering?

Sekundär forskningsfråga: Hur upplever patienter deltagandet? (t.ex. socialt och estetiska upplevelser)

Inkluderingskriterier

Inkludering

- Primärvårdspatienter
- Vuxna (över 18 år)
- Psykisk ohälsa (stress, ångest, mild till måttlig depression) eller risk för ensamhet/social isolering

ESI = Kod avseende risk för ensamhet och social isolering

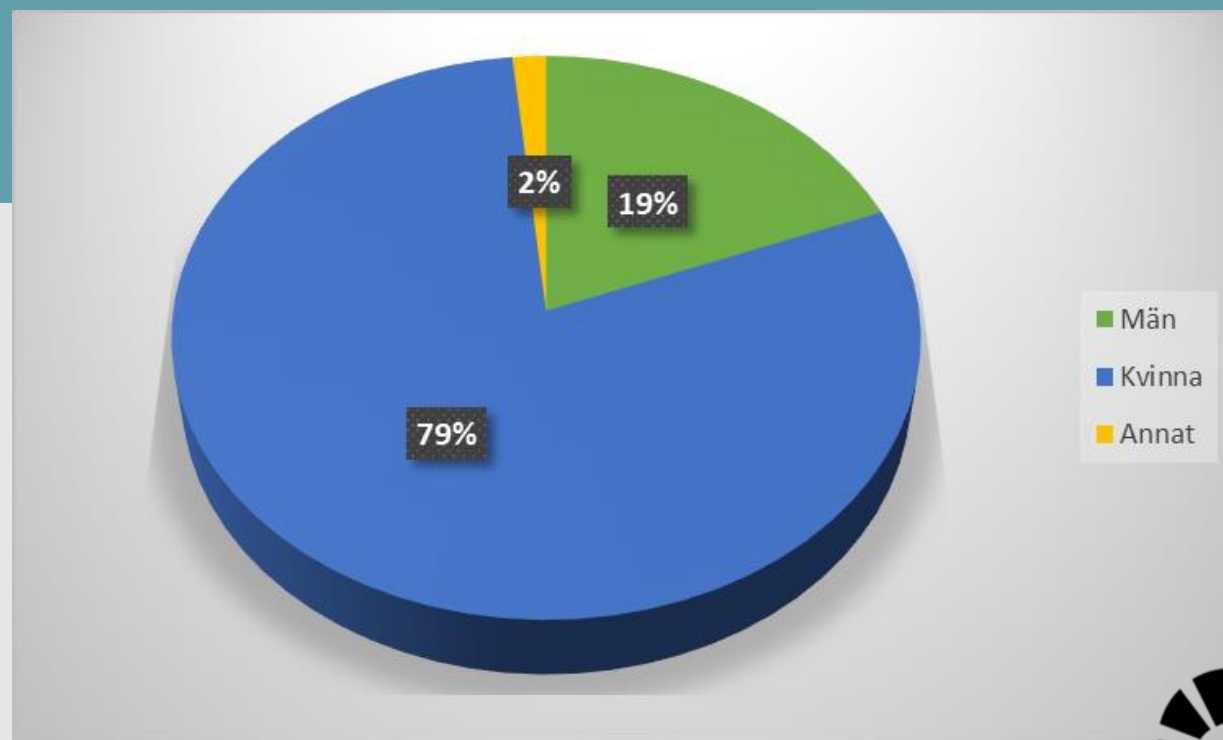
Psykisk ohälsa, diagnoskoder ICD-10-SE			
F32.9 Depressiv episod, ospecificerad	F40 Fobi UNS	F41.2 Blandade ångest- och depressionstillstånd	F43.8 Andra specificerade reaktioner på svår stress
F32.0 Depressiv episod, lindrig	F40.1 Social fobi	F41.9 Ångesttillstånd, ospecificerat	F43.8A Utmattningssyndrom
F32.1 Depressiv episod, medelsvår	F41.0 Paniksyndrom	F43.1 Posttraumatiskt stressyndrom (PTSD)	F43.8W Andra specificerade reaktioner på svår stress än utmattningssyndrom
F33 Recidiverande depression	F41.1 Generaliserat ångestsyndrom	F43.2 Anpassningsstörning (maladaptiv stressreaktion)	F43.9 Stressreaktion/Reaktion på svår stress, ospecificerad

Antal deltagare

Antal remisser hittills t.o.m. mars 2023	128
Antal som påbörjat KuR-programmet	75
Antal som genomfört programmet	63
Antal avhopp	12

Kön

Man	12
Kvinna	50
Annat	1



Ålder

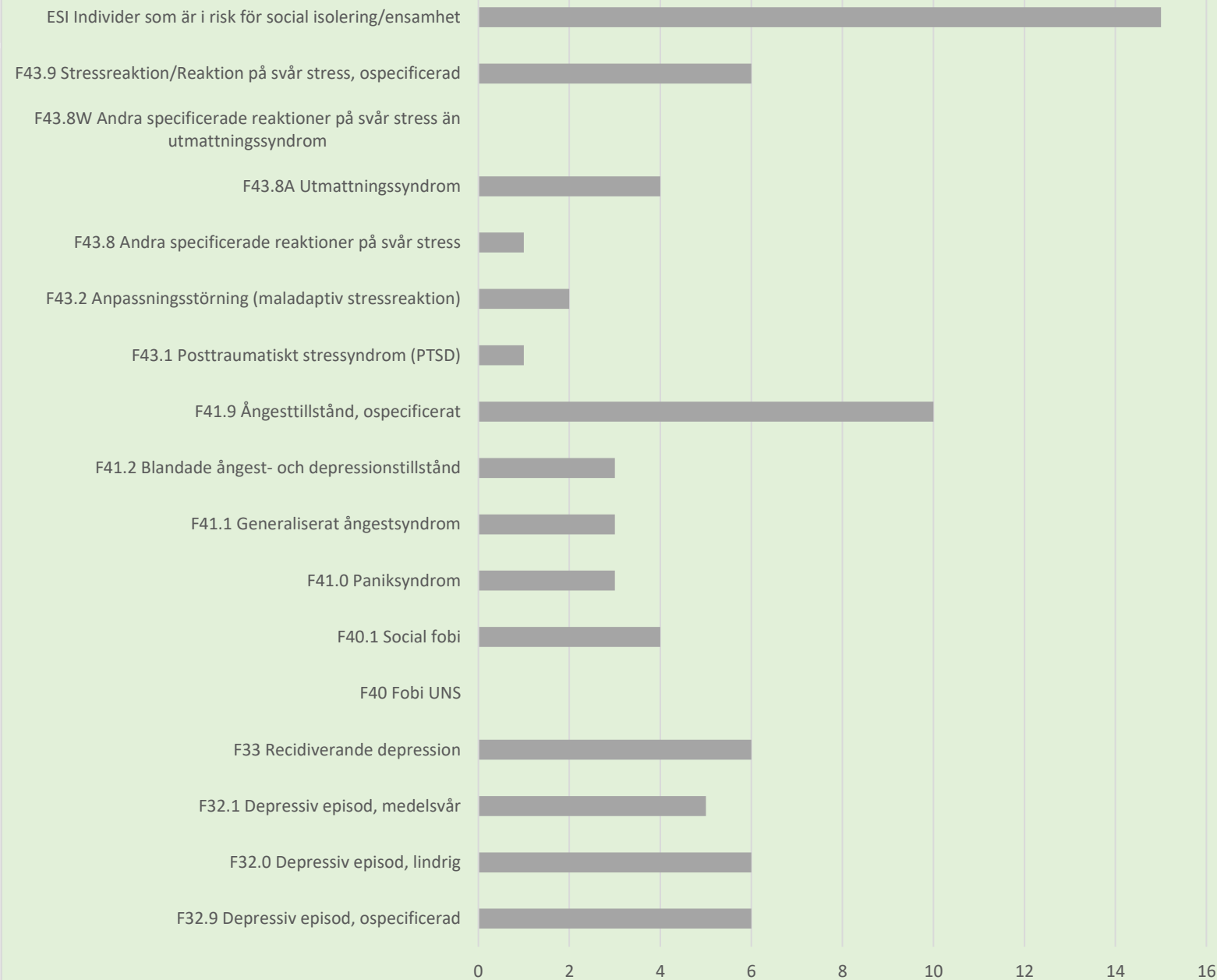
Medianålder dagen start KuR 58 år

Medelålder dagen start KuR 57 år

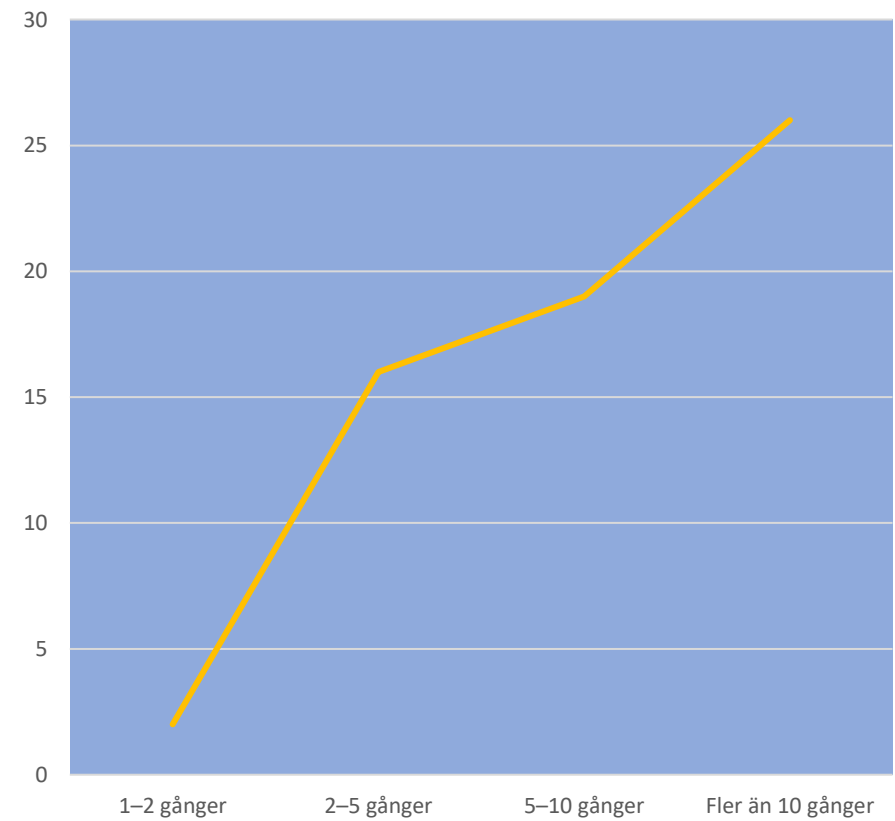
Yngsta deltagaren 25 år

Äldsta deltagaren 81 år

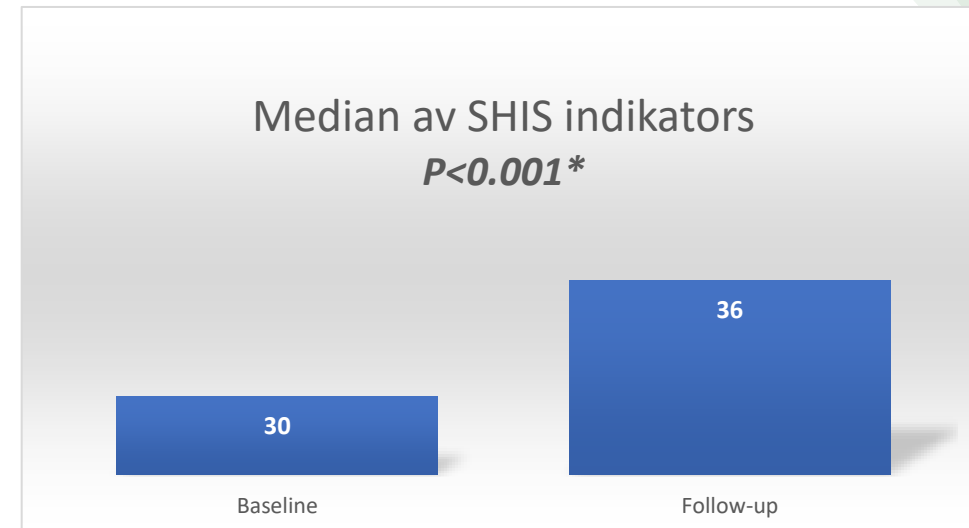
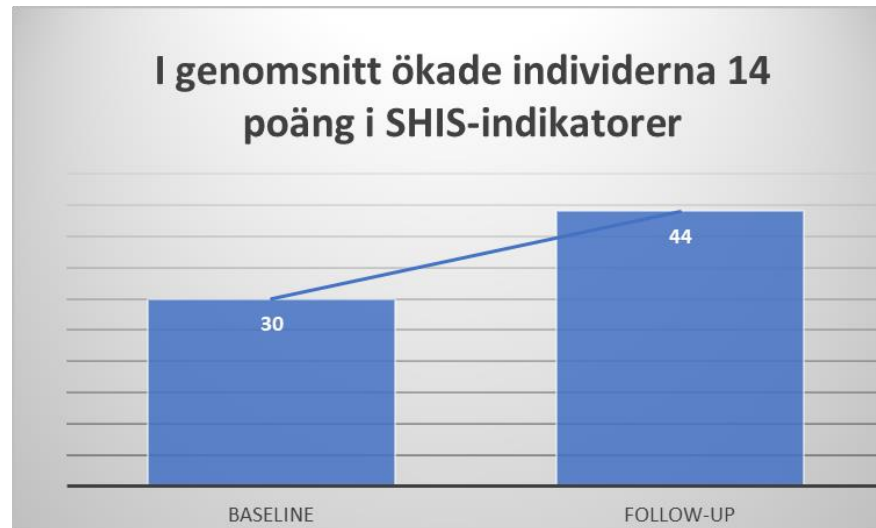
Inkluderingsdiagnoser



Kontakt med hälso- och sjukvården under det senaste året



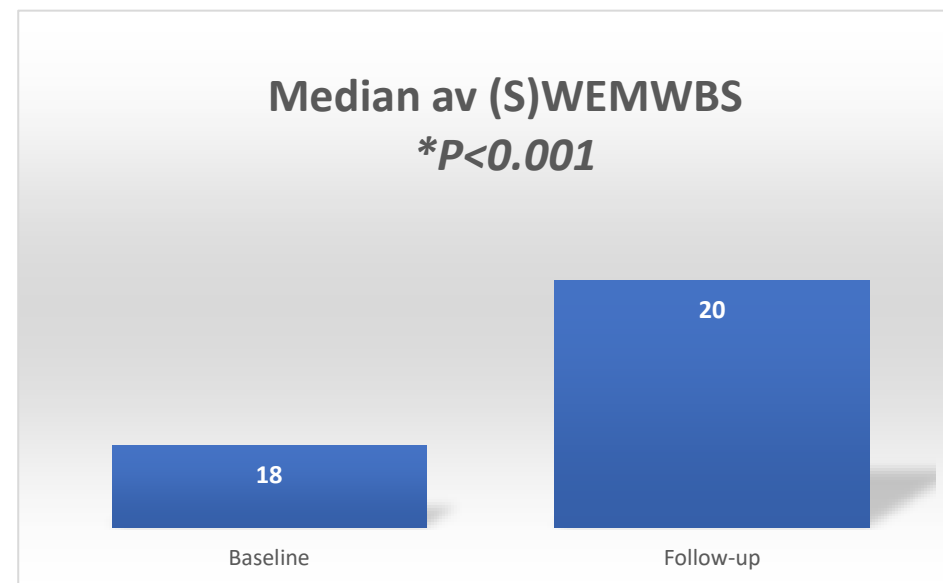
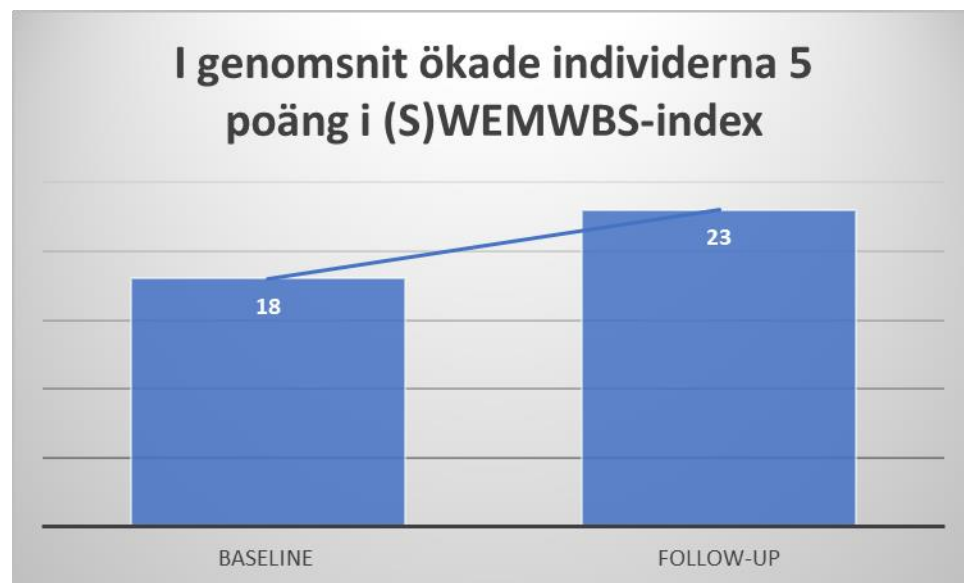
Preliminärt resultat (salutogena indikatorer på hälsa)



*t-Test: Paired Two Sample for Means

Salutogena-indikatorer	Baseline	Follow-up
Antal	62	62
Medelvärde	30	44
Median	30	36

Preliminärt resultat (välbefinnande index)



*t-Test: Paired Two Sample for Means

(S)WEMWBS-index	Baseline	Follow-up
Antal	62	62
Medelvärde	18	23
Median	18	20

Utvalda citat*

”Det känns litegrann som jag börjar bli människa igen”
KuR103

”Det har varit en fantastisk erfarenhet tycker jag, som jag är jätteglad att jag fått ta del av...just att man behöver inte känna varandra jätteväl för att kunna komma varandra nära, att det var dom omständigheterna i KuR som gjorde att man vågade vara sårbar och vågade...KuR164

”...mitt mål är att komma ut från min depression så att ha rutin...det var en steg typ för mig att ha en rutin. Så...ja jag tror att det var den steg för mig, ja som var viktigt” KuR161

*Intervjuer med 18 deltagare har genomförts
än så länge

Hela människan, hela livet: Region Skånes strategi för kultur och hälsa 2022-2030

- Målet är att strategin ska bidra till att kulturens effekter för människors hälsa och välbefinnande ska tas tillvara, både inom hälso- och sjukvården och i det förebyggande och hälsofrämjande arbetet.
- Utveckla ökade tvärsektoriella samarbeten inom vår egen organisation samt i partnerskap med externa intressenter från t.ex. kommuner, olika kulturaktörer, civilsamhället och akademien.
- Länk till strategin:
<https://utveckling.skane.se/publikationer/strategier-och-planer/region-skanes-strategi-for-kultur-och-halsa-2022-2030/>





[folder-kultur-for-seniorer.pdf \(skane.se\)](https://www.skane.se/folder-kultur-for-seniorer.pdf)



Forskning visar att när vi **skapar och upplever konst** eller ägnar oss åt **estetiska upplevelser** frisätts "må bra"-ämnen i hjärnan som gör att vi känner njutning och positiva känslor.

Flera aktiviteter påverkar oss positivt. Ofta görs aktiviteterna i grupp, vilket ger en känsla av att vara i ett sammanhang och att få känna gemenskap. Visste du till exempel att **körsång** har positiv inverkan på oss människor utifrån både andliga, känslomässiga, sociala och fysiska aspekter?

Dans är en annan aktivitet som ökar den psykiska hälsan, förbättrar rörelseförmågan och ökar vår livskvalitet.

Forskning visar också att **gå på teater, bio och konstutställning** kan minska risken för hjärt-kärlsjukdom. Dessa aktiviteter har också fördelar för den psykiska hälsan och ger tillfredsställelse i livet.

Att **läsa tillsammans** kan förbättra humör, stimulera minnen och kreativitet samt öka koncentrationen. **Kreativ skrivning** kan bidra till att stödja känslomässig bearbetning och ge återhämtning.

Social hälsa handlar om våra **relationer med andra människor**. För att må bra behöver vi känna sammanhang, bli bekräftade och tillhöra en gemenskap.

Sociala relationer och nätverk skapas inte över en natt, utan behöver oftast växa fram över tid. Deltagande konst- och kulturaktiviteter kan ge möjligheter till gemenskap, ge liv åt nya relationer och därmed öka den sociala hälsan. Att göra **aktiviteter med andra** ökar vårt välbefinnande och vår livskvalitet.

