

The logo consists of a purple speech bubble pointing downwards and to the right. Inside the bubble, the text "GuldVarDag" is written in a white, serif font.

GuldVarDag

För arbetsglädje och livslust!

En föreläsningsworkshop om kultur som verktyg för att skapa en värdig vardag och meningsfulla möten.

Lisa Arenö, teaterpedagog och skådespelare

Bakgrund

- **Kommunikation och bemötande (1998 -)**
- **Kultur för äldre (Stockholms stad - 07)**
- **Kultur i vardagen (Stockholms stad, -08/09)**
- **GuldVarDag (Statens Kulturråd, -11)**

**SYFTE: att använda
kultur som verktyg
för att "leva"
värdegrunden.**

GÖRA
REFLEKTERA
LÄRA

penn-övningen...

Hur hålla värdegrunderna vid liv?

- a) **Kulturstunder** – input/impulser för boende + personal
- b) **Fortbildning** – input/impulser till chefer + personal
- c) **Guldkorn** – lyft goda exempel. Ge positiv feedback
- d) **Kulturobservatörer** – se varandra. Vad funkar? Vad kan bli bättre?
- d) **Litteratur och inspirationsmaterial.**
- e) **Inspirationsträffar** – gör egna nätverk, byta erfarenheter

- Mer **kunskap**
- Omvandla kunskapen till **kompetens**
- Använd kompetensen för att **utveckla verksamheten**
- Får och ger **arbetsglädje och livslust!**

Vad är kultur?

- **Vad ska vi göra?**
- **Vilken kultur ska vi ha?**

Två parallella spår/definition av kultur

Och vad säger forskningen?

Dans är kommunikation - samspel utan ord

Följa/ bli speglad i rörelsen -

Stödjer personlighet som hotas av demenssjukdom



Krister Nyström, dansterapeut och filosofie doktor.

www.kulturellahjarnan.se

Gunnar Bjursell

**”JA VISST GÖR DET ONT NÄR KNOPPAR
BRISTER”**

- p Rösten - en del av kroppen (uttrycka känslor)
-
- p Den helande teatern
 - p Att delta aktivt eller passivt
 - p "att sätta ord på de känslor och upplevelser som en kulturaktivitet väcker är mer hälsosamt än att bara göra kulturaktiviteten."
 - p Eva Bojner Horwitz, medicine doktor, forskare inom kulturhälsa

- Men hur gör man då?

- Vad behöver du för att kunna skapa meningsfullhet i vardagen?

”om vi tänker som vi alltid har tänkt,
Kommer vi göra som vi alltid har gjort,
Och då kommer det bli som det alltid
har varit.”

”Kulturtänket”

- Ett verktyg som passar alla!

Steg 1

INTRESSEINVENTERING

Gör en lista med dina intressen

Gör en lista tillsammans med/ för den äldre personen.

”Det här tycker jag om:

.....

.....

”

.....

Steg 2

IMPULSER

Var hämtar du inspiration, input och impulser ifrån?



Exempel på impulser...

- Vad gör Årstafrun?

Steg 3

Genomförande

Mer praktiska exempel på input/
impulser...





-
- 1) Jag skulle vilja visa dig några bilder som du och jag kan ha som källa till inspiration i ett samtal
 - 2) Vilken/vilka av dessa bilder fångar ditt intresse?
 - 3) Vad kommer du att tänka på?







- 50 bilder - Moderna museet
- Sök på "byggnader i Stockholm"
- Stockholmskällan: www.stockholmskallan.se
- Vårdalinstitutet: <http://www.vardalinstitutet.se>
- www.kulturellahjarnan.se (Gunnar Bjursell m.fl.)

SEDD

RÖRD

BERÖRD

Repetition

- Göra - reflektera - lära
- Penn-övningen... förhållningssättet: ”- *garva och på´t igen!*”
- Steg 1: Intressen? hitta **LUSTEN!**
- Steg 2: Impulser. Var hittar/får du dom? Vilka tar du och vad gör du med dom?
- Steg 3: Genomförandet. **GÖR!**

Tack och lycka till!

- Mer info på www.addaction.se

Gilla oss på facebook och få vardagstips kontinuerligt
<https://www.facebook.com/guldvardag>