

Musikkollektivet for seniorer

(P) Presentasjon av praksiserfaringer

13.00-13.25, Spor 1: Auditorium 3

Foredragsholdere

Kristi Stedje, Norges musikkhøgskole, kristi.stedje@nmh.no

Therese Midtgaard Jensen, Utviklingssenter for sykehjem og hjemmetjenester i Vestfold

Sammendrag

Musikkollektivet er et prosjekt som har utviklet en modell for, og gjennomfører, et lavterskeltilbud til seniorer som har felles interesse for musikk. Musikkollektivet er et åpent, ukentlig tilbud til seniorer som har interesse for musikk og ønsker å treffe andre med samme interesse. De som kommer bestemmer fokusområder og hvilken retning aktiviteten kan ta. To musikkterapeuter utviklet konseptet og startet opp tilbudet høsten 2024.

Tilbudet samler rundt 20 personer mellom ca. 55 og 85 år ukentlig, 30-40 personer bruker tilbudet totalt. Et overordnet mål for prosjektet er å kunne bidra til å motvirke ensomhet og passivitet gjennom å skape en møteplass med meningsfulle aktiviteter og menneskemøter. Flere uttrykker at de setter pris på fellesskapet og at dette er et godt sted å komme, også når livet er vanskelig. Noen forteller at de hadde vært mer ensomme dersom de ikke hadde hatt dette fellesskapet. Det har blitt utviklet nye bekjentskap og vennskap. Noen har tatt opp igjen tidligere musikkutøvelse, eksempelvis øve på piano, spille i band eller synge flerstemt sang. Andre opplever det å utøve musikk for første gang i livet, og forteller at det gir dem glede.

I presentasjonen vil vi legge frem erfaringer i form av historier fra brukerne selv og foreløpige resultater fra følgeforskningen. Vi vil diskutere om og hvordan et slikt åpent musikktilbud kan forebygge og motvirke ensomhet gjennom å være en sosial møteplass på tvers av bakgrunn og alder, der et samarbeid mellom profesjonelle musikkterapeuter, frivillige og deltakerne selv står sentralt for å utforme tilbudet.