**KUNSTEN AT LEVE!**

**Om kulturelle aktiviteter som sundhedsfremme**

Hvorfor og hvordan kan kulturelle aktiviteter forbedre sundhed og trivsel hos mennesker?

De spændende svar kan findes i et relativt nyt forskningsområde kaldet *salutogenese,* som søger de faktorer, der udvikler mental sundhed, trivsel og psykisk robusthed. Koblingen mellem kultur og sundhed er imidlertid ikke ny, idet den allerede begyndte for 2.500 år siden…

I foredraget sætter forfatter, sundhedsinnovator m.m. Peter Thybo en teoretisk og historisk ramme omkring koblingen af mental sundhed og kulturelle aktiviteter, herunder litteratur/læsegrupper, og præsenterer bl.a. nøglemodellen *Det Dobbelte KRAM*.



Peter Thybo  
Sundhedsinnovator, Ikast-Brande Kommune  
Fysioterapeut, Master i læreprocesser med speciale i Kultur & Læring, PD. alm. pæd.  
Godkendt Specialist i Sundhedsfremme og Forebyggelse (Pt. Spc.)

**Uddybende præsentation**

Peter Thybo er uddannet fysioterapeut, master i læreprocesser med speciale i kultur og læring ved Institut for Uddannelse, Læring og Filosofi, Aalborg Universitet, specialistgodkendt af Danske Fysioterapeuter inden for sundhedsfremme og forebyggelse og har diplomeksamen i almen pædagogik. Han har siden 2007 været sundhedsinnovator i en kommunal sundhedsstab og har mange års praksiserfaring i arbejdet med mennesker med vidt forskellige funktionsniveauer og vanskeligheder. I 2013 var Peter Thybo med til at stifte en ny temagruppe om mental sundhed/robusthed under Sund By Netværket med 57 kommuner og to regioner som aktive medlemmer og forbindelse til WHO, og sidder i dag i formandskabet for gruppen. Peter Thybo har skrevet talrige fagartikler og anmelderroste lærebøger og er en flittig brugt foredragsholder i indland og udland. Se evt. endvidere:

[**www.peterthybo.dk**](http://www.peterthybo.dk)

[**http://www.athenas.dk/peter-thybo-foredrag-sundhed-laering.htm**](http://www.athenas.dk/peter-thybo-foredrag-sundhed-laering.htm)

[**pt@peterthybo.dk**](mailto:pt@peterthybo.dk)  
**Mobiltlf: (+45) 2028 6065**

**Henvisninger til udvalgte bøger og artikler**

Thybo P (2014). ”Sjælens Apotek” – en oplevelse på St. Gallens Stiftsbibliotek, Schweiz.  
Prolog i: VÄNDPUNKT - Förslag om kultur och hälsa i nordisk samverkan. Rapport till Nordiska ministerrådet från Region Skåne.

Thybo P (2014). “Det Dobbelte KRAM” – Et salutogent arbejdsgrundlag for temagruppen om Mental Sundhed i Sund By Netværket.   
Sund By Netværket.

Thybo P (2014). “Det Dobbelte KRAM” – den dynamiske sundhedsforståelse bag projekt “Flere sider af det sunde liv”.  
i: Flere sider af det sunde liv – Inspirationskatalog.  
Biblioteksstyrelsen.

Thybo P (2010). Sundhed og Kultur – en oplagt symbiose?  
Kulturforvalterne, Nyhedsbrev nr. 33, april.

Thybo P (2013). Neuropædagogik – Hjerne, liv & Læring. En grundbog om neuropædagogik i teori og praksis set i et salutogent perspektiv. Hans Reitzels Forlag.

Thybo P (2012). Kultur und Gesundheit – Eine interessante Symbiose. i: Info Gesundheit, Fachstelle Gesundheitsförderung, nr. 1, 2012. Kanton Luzern, Schweiz.

Fredens K, Johnsen TJ, Thybo P (red.) (2011). Sundhedsfremme i hverdagen. Få mennesker du møder til at vokse. Munksgaard Danmark.

Thybo P (2008). Sundhed og kultur – en oplagt symbiose? Danmarks Biblioteker, nr. 7. (artikel er skrevet ud fra Peter Thybos hovedtale på Danmarks Biblioteksforenings Kulturkonference 2008).

Thybo P (2008). Kan man være sund og syg på én gang? FOKUS, Videnscenter for Hjerneskade. 15. årg., nr. 2, juni.

Thybo P (2005). Mennesket sang før det talte. Den første konference i Danmark om musikterapi til mennesker med erhvervet hjerneskade. FOKUS, Videnscenter for hjerneskade, nr. 4.

Thybo P (2004). Helbred er, hvordan man har det – Sundhed er, hvordan man ta’r det. Klinisk Sygepleje, nr. 3; 4 – 12.

Thybo P (1999). Hvorfor bruge musik i fysioterapi? Fysioterapeuten (Norge), nr. 14; 10 – 14.