



På "finkulturella" Göteborgsoperan ryms också dans med bebis. Therese Enarsson Bentzer och sonen Ossian släpper loss med professionella dansaren Angelina Allen de Melo.

MED BEBIS PÅ OPERAN

Tillgänglighet kan vara allt från autismvänlig bio till en snuttefilt på golvet i Göteborgsoperans repetitionssal. Allt fler kulturverksamheter prövar sätt att möta besökare med olika behov.

TEXT: MADELEINE JOSTEDT ULRICI FOTO: MARIA STEÉN

DET DOFTAR BEBIS och låter myps i den klassiska repsalen med balettstång och gummigolv. 14 smårötta mammor testar kroppen till musik från brittiska popgruppen Coldplay och svängig calypso, medan småttingarna jollar på en filt, sussar i selen eller jazzar med på knubbiga knän i naivt förtäckta flyktförsök. Någon får sitt

mellanmål, en annan tjoar lyckligt.

– Nyckelordet är lek! peppar dansledaren Angelina Allen de Melo. Tänk inte på att prestera, lyssna på din kropp och bara rör dig till musiken.

SJÄLV HAR HON två barn och var tills nyligen dansare i Göteborgsoperans danskompani. I dag jobbar Angelina, som även har en examen i psykologi från Stanford-universitetet i USA, med inkluderande besöksupplevelser

under etiketten Skapa. *Dansa med bebis* föddes ur hennes egen kreativa frustration under föräldraledigheten:

– Under bebistiden kan många känna att de egna önskemålen får vänta, inte minst kultur och egen träning. Jag insåg också hur mycket jag saknade att knyta an till andra människor genom rörelse, vilket ger en enorm oxytocin-kick!

Det bekräftas bland annat i en rapport från Folkhälsomyndigheten



**”Att knyta
an till andra
människor
genom rörelse
ger en enorm
oxytocinkick.”**



som kom 2024. Den utgår från drygt 300 studier från hela världen som visar att kultur, inte minst musik och scenkonst, både kan förbättra hälsan och främja social inkludering och samhörighet.

ANNA KARLANDER, DANSKOORDINATOR på Göteborgsoperan berättar hur Dansa med bebis hållit träffar för nyanlända småbarnsföräldrar och att Göteborgsoperan även besöker skolor, samarbetar med Parkinsonförbundet och

erbjuder biljetter till föreställningarna till grupper som kanske annars inte hittar till operan.

Många scenverksamheter satsar allt mer på olika former av anpassade föreställningar. Oavsett funktion och ålder ska besökarna både ha möjlighet att ta del av, och även känna sig välkomna att delta i, det som händer på scen – som att dansa, reagera på eller sjunga med.

Särskilt anpassade museivisningar för personer med demensdiagnos blir

också allt vanligare. De fokuserar på att väcka minnen och känslor genom konsten och ger dessutom närstående möjlighet att dela en gemensam positiv upplevelse utanför hemmet. Forskning från New York University tyder på att konstvisningarna har positiva effekter på alzheimersjuka deltagare i form av stabilare humör och minskade emotionella problem, rapporterar det nationella samarbetsorganet Demenscentrum.

En del museer lånar även ut sensoriska kit med olika hjälpmedel som kan minska stress och underlätta koncentrationen hos besökare med exempelvis autism.

TILLBAKA I OPERANS repetitionssal avslutas ett poppigt konga-nummer, belysningen dämpas och gröna stjärnor fyller salens himlavalv. Det är dags för mamma-bebis-tryckare.

– Känn värmen från din bebis och bara andas tillsammans, uppmanar Angelina. Det här är er stund. 🏠

Kultur för fler

6 VÄLKOMNANDE UPPLEVELSER

MUSEUM MED NPF-STÖD

Läshunden Lovis är en lugn vän att läsa för, om läsningen skapar låsningar och stress. Till vardags jobbar hon med sin matte på Lilla Edets bibliotek och skollovens måndagar besöker hon **Lödöse museum** som då bara har öppet för barn och unga som behöver en extra lugn miljö. Men museets uppdrag är att alltid vara lika mycket till för besökare med neuropsykiatriska funktionshinder, NPF, som för alla andra.

– Ett bra besök där du känner dig välkommen kan i framtiden vara skillnad mellan liv och död för någon, säger museipedagog Marie Jonasson Schmidt.

På museet finns förberedelsematerial inför besöket, exempelvis kartor och bilder på pedagogerna, ett lugnt rum med egen permanent utställning, samt sensoriska kit med hörselkåpor och taktila hjälpmedel för den som med lite extra stöd vill besöka hela museet.

– Här får man låta, pillra, prova och ta på saker, lovar Marie Jonasson Schmidt.

KONST OCH DEMENS

På **Vandalorum** i Värnamo ges visningar enligt metoden *Möten med minnen*. Det är en specialanpassad visning för personer med demensdiagnos. Det kan handla om att prata om minnen och känslor som väcks utifrån en tavla eller föremål, snarare än om att informera om konsten i sig. Metoden utvecklades på Museum of Modern Art i New York.

FOTO: SARALANDSTEDT



FOTO: CAMILLA LINDBERG

Läshunden Lovis lugnar och stöttar på Lödöse museum.

FOTO: FRANCIS LÖFVENHOLM

vecka på **Filmstadens biografer** i Göteborg, Malmö, Umeå, Uppsala, Stockholm, Västerås och Gävle.

SYNTOLKADE UTSTÄLLNINGAR

På **Västernorrlands museum** i Härnösand finns färdiga syntolkningar till flera av de permanenta utställningarna. För övrigt skrivna och inlästa av Turists medarbetare Ingela Hofsten. I ljudspåren får besökaren först en översiktsbild av rummet och hur det är utformat och därefter en beskrivning av de olika montrarna med detaljerade och målade beskrivningar.

BEBISVISNINGAR

Alla sinnen får upptäcka när **Moderna museet** i Stockholm ordnar babyvisningar för kulturnoviser i åldrarna 5–12 månader och deras föräldrar. Efter ett besök i utställningen är det dags för verkstaden för att utforska olika material. Egen handduk för att torka målarfärgskladdiga händer rekommenderas!

Samtliga anpassade kulturformer finns på flera platser i Sverige, utöver exemplen ovan.

ANPASSAD FÖRESTÄLLNING

Efter att en flicka med downs syndrom ljudligt uttryckt sin glädje över musiken, men samtidigt orsakat irritation hos andra besökare, insåg Göteborgs Symfoniker att de behövde ett program för besökare med kognitiva utmaningar. Under en anpassad föreställning, relaxed performance, på **Göteborgs Konserthus** är det okej att störa, sjunga med, ta en lur eller lämna salen om det behövs.

AUTISMVÄNLIG BIO

Filmvisning särskilt anpassad för personer inom autismspektrumet och personer med sensorisk känslighet. Ljusare salong, lägre ljudnivå, visningar utan reklam och med personal nära till hands. Ges varannan