

Se mere om Kultur på Recept på
www.fynskkulturparecept.dk

Spørgsmål

Kulturkoordinatoren er din kontaktperson og følger holdet gennem hele forløbet. Har du spørgsmål, så spørg:

Lisa Jørgensen
Kulturkoordinator
72 53 60 62
ljor@fmk.dk



FAABORG-MIDTFYN
KOMMUNE

I samarbejde med fire kulturaktører

FAABORG-MIDTFYN
BIBLIOTEKERNE

HELLE BERTRAM ART

FAABORG-MIDTFYN
MUSIKSKOLE

GITHA BEN DAVID

Kulturregion Fyn giver liv til kunst- og kulturoplevelser
med et sundhedsfremmende perspektiv



Faaborg-Midtfyn
KULTUR PÅ
RECEPT

Kultur kan gøre dig godt

Til dig, der har mild til moderat stress, angst, depression. Tilbuddet er også for dig, der savner et fællesskab.

Frirum
Fællesskab
Fordybelse





Hvad er Kultur på Recept?

Kultur på Recept er et 8-ugers kultur- og naturforløb, hvor du sammen med en gruppe på ca. 10 andre oplever og deltager aktivt i aktiviteter indenfor billedkunst, fortælling, musik og natur. I mødes i 2 timer 2 gange om ugen. Du bliver en del af et fællesskab, hvor I mødes for f.eks. at lytte til og skabe fortællinger, spille og synge sammen og lære om et kunstværk og måske skabe et selv.

Kultur på Recept er for dig, der:

- er mellem 31-65 år
- bor i Faaborg-Midtfyn Kommune
- har mild til moderat stress, angst, depression eller savner et fællesskab
- er motiveret for at deltage i forløbet

Hvordan tilmelder du dig?

Du skal kontakte din kulturkoordinator, som vil hjælpe dig med at finde ud af, om du kan komme på et hold, hvornår og hvordan.

Når du er tilmeldt et forløb

Når du er tilmeldt, vil din kulturkoordinator kontakte dig på telefon. Kulturkoordinatoren vil fortælle mere om forløbet, og du får udleveret en plan for dit forløb med datoer, mødesteder og tidspunkter.

- *Du behøver ikke have forhåndskendskab eller nogen forudsætninger for at deltage i Kultur på Recept-forløbet. Kulturkoordinatoren og kultur- og naturformidlerne vil føre dig trygt igennem forløbet.*



Kultur på Recept i Faaborg-Midtfyn

Hele forløbet foregår udendørs, så det er vigtigt at du har tøj på som kan modstå vejr og vind. Kultur på recept i Faaborg-Midtfyn Kommune foregår på faste ugedage.

Mødesteder er f.eks. Trente Mølle og Pipstorn Skov. Kunstnerne kan variere fra forløb til forløb. Kontakt Lisa Jørgensen for yderligere oplysninger.

Billedkunst ved Helle Bertram Art

Med afsæt i aktivitet og fordybelse, vil vi afprøve nogle greb fra kunstens verden. Det foregår i naturen eller med naturens materialer, alt efter årstid. Måske skal vi lave et værk i naturen i fællesskab, og udforske nye evner eller skabe noget, andre kan få en oplevelse af at opdage.

Guidet fælleslæsning v. bibliotekar Camilla Reese Sejersø

Litteraturen tilbyder en mulighed for at spejle sig i andre og andres problemer eller lyse mod på livet. I guidet fælleslæsning får man mulighed for at kigge ind i litteraturen og se noget andet, end det man plejer. Man får mulighed for at tale med nogle andre om det, man oplever, men man kan også vælge at beholde oplevelsen for sig selv.

Guidet fællessang v Musikskolen og overtonesang v. Gittha Ben David

Måske er du ikke tryk ved at synge med andre. Her drejer det sig ikke om primært at synge smukt og rent, men at opleve at det at udtrykke sig med lyd giver glæde, fællesskabsfølelse og velvære. Musikskolens sangundervisere vil være primus motor i musikforløbene, mens du også kan opleve Gittha Ben Davids overtonesang, der udforsker sangens velgørende effekter på anden vis.