

SANG

Årg. 7 • 2026



Sang

Årg. 7 · 2026

Redaktion Lea Wierød Borčak
Uffe Holmsgaard Eriksen

Adresse Gjerlevvej 13, 8983 Gjerlev J

Mail uffeholmsgaard@gmail.com

Hjemmeside www.tidsskrift.dk/SANG

ISSN 2597-0518

Om tidsskriftet Tidsskriftet SANG er et forum for kritisk refleksion over sang som udtryksform. Vi bringer både forskning i og formidling om alle typer af sang fra alle faglige vinkler.

Manuskript SANG modtager mange typer indlæg, f.eks. artikler, anmeldelser, interviews og kommentarer. Se <https://tidsskrift.dk/SANG/about/submissions>.

Omslagsillustration Simon Væth

Layout Fedja Wierød Borčak

Støtte Tidsskriftet støttes af Statens Kunstfond & Aarhus Kommunes Kulturudviklingspulje



AARHUS KOMMUNE

Demenskor og demensvenlig fællessang

En kortlægning af demensvenlige sangaktiviteter i Danmark

Lasse Skovgaard og Sofie Ahlgreen Gram

Indenfor de senere år er feltet 'Kultur som sundhedsfremme' vokset betydeligt frem i Danmark. Udviklingen herhjemme afspejler en international trend, hvor 'Culture for Health' har vundet indpas som en ny tværfaglig tilgang til sundheds- og trivselsfremme for almenbefolkninger såvel som for særlige målgrupper (*Culture and Health Time to Act 2025*; Fancourt og Finn 2019; Zbranca m.fl. 2022). Musik og sang hører til de mest benyttede og bedst dokumenterede interventioner blandt disse kulturbaserede tilgange (Fancourt og Finn 2019; Bonde og Theorell 2018; Bonde m.fl. 2023), og der findes flere netværk med dette tværfaglige fokus – f.eks. The Singing for Health Network i England ("Singing for Health Network" 2025), Sånghälsa i Skolan ("Sånghälsa i Skolan" 2025) i Sverige og Fondazione Mariani ("Fondazione Mariani – Neuromusic" 2025) i Italien.

Blandt de målgrupper, hvor det sundheds- og trivselsfremmende potentiale i musik og sang gennem mange år er afprøvet internationalt, udgør mennesker med demens en af de primære. Musikkens og sangens evne til at fremme livskvalitet og velvære, reducere depression, regulere stemningsleje, skabe tryghed, styrke samvær og stimulere kognitive funktioner hos mennesker med demens er beskrevet i mange sammenhænge (Baker m.fl. 2022; Jacobsen m.fl. 2015; Ridder, Anderson-Ingstrup, m.fl. 2024; Dawudi m.fl. 2024; Thompson m.fl. 2021; Polden m.fl. 2025; Clementes-Cortés 2015; Clementes-Cortés 2013; Mittelman og Papayannopoulou 2018), ligesom betydningen for de pårørende er understreget (Thompson m.fl. 2021; Clark m.fl. 2018).

I Norge har indsatsen for at udvikle og understøtte demensvenlige sangaktiviteter i en årrække haft høj prioritet, ikke mindst gennem en indsats på CREMAH, Norges Musikhøjskole (Stedje m.fl. 2023; Stensæth m.fl. 2022). Den norske TV-kanal NRK sendte i 2023 en TV-serie om et demenskor, hvilket blev en stor seersucces og førte til oprettelse af en lang række lokale demenskor.

I Danmark blev et lignende projekt gennemført i 2024, hvor TV-serien Demenskor blev sendt på DR i efteråret. Ligesom i Norge blev TV-serien en stor seersucces, og der opstod en øget interesse for demensvenlige sangaktiviteter i Danmark. DR, Sangens Hus, Aalborg Universitet og Alzheimerforeningen gik i den forbindelse sammen om projektet Demenskor i Danmark, hvilket blandt andet indebar en bred formidlingsindsats samt udbud af en lang række kurser i ledelse af demenskor og demensvenlig fællessang. Kurserne blev udbudt i et samarbejde mellem Sangens Hus og Aalborg Universitet, baseret på udgivelsen *Demenskor og fællessang*, skrevet af Hanne Mette Ochsner Ridder, Hugo Jensen og Jens Anderson-Ingstrup til professionelle, der leder kor eller fællessang for mennesker med demens (Ridder, Jensen, m.fl. 2024). I alt blev 20 fysiske endagskurser i ledelse af demenskor samt 4 onlinekurser i ledelse af demensvenlig fællessang gennemført over hele landet i efteråret 2024 og foråret 2025. Mere end 350 personer deltog i de fysiske kurser og mere end 400 i onlinekurserne. Det fælles projekt blev tildelt Folkeoplysningens Pris 2024.

Som opfølgning på processen ønskede partnerskabet at undersøge, i hvilken grad demenskor og demensvenlig fællessang er udbredt i Danmark, samt i hvilket omfang TV-serien har inspireret til oprettelse af nye aktiviteter.

Metode

Kortlægningen af demensvenlige sangaktiviteter i Danmark blev gennemført i marts og april 2025 via en spørgeskemaundersøgelse. Spørgeskemaet, som blev anvendt, blev udarbejdet specifikt til denne kortlægning (tabel 1). Der blev blandt andet indsamlet oplysninger om, hvor i landet der findes demensvenlige sangaktiviteter samt i hvilket regi, de foregår.

Hensigten var at give så mange som muligt, herunder kor- og fællessangsledere, deltagere i demenskor, pårørende samt omsorgs- og sundhedspersonale, med kendskab til demensvenlige sangaktiviteter, mulighed for at besvare spørgeskemaet. Derfor blev en bred distribu-

Spørgsmål	Svarmuligheder
Har du kendskab til en demensvenlig sangaktivitet (kor, fællessang o.l.), der har været afholdt i perioden august 2024 til nu?	<input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nej
Angiv gerne den demensvenlige sangaktivitet, som du har kendskab til (titel på aktivitet).	<input type="radio"/> Tekstfelt
I hvilken kommune blev aktiviteten afholdt?	<input type="radio"/> Tekstfelt
På hvilken lokation blev aktiviteten afholdt? (navn på center, institution eller lign.)	<input type="radio"/> Tekstfelt
Har TV-serien ”Demenskor” været medvirkende til, at aktiviteten blev afholdt?	<input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nej <input type="radio"/> Ved ikke
Har du kendskab til yderligere demensvenlige sangaktiviteter?	<input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nej
Angiv gerne antallet af demensvenlige sangaktiviteter, som du har kendskab til.	<input type="radio"/> Tekstfelt
I hvilke(n) kommune(r) blev aktiviteten(erne) afholdt?	<input type="radio"/> Tekstfelt
På hvilke(n) lokation(er) blev aktiviteten(erne) afholdt? (navn på center, institution eller lign.)	<input type="radio"/> Tekstfelt
Kender du til planer om at gennemføre demensvenlige sangaktiviteter i din kommune/dit lokalområde?	<input type="radio"/> Tekstfelt

Tabel 1. Spørgsmål og svarmuligheder.

tion af spørgeskemaerne tilstræbt. En lang række organisationer indenfor både musik og kultur samt oplysningsforbund blev opfordret til at dele spørgeskemaet, og ligeledes gjorde patientforeningerne Alzheimerforeningen og Parkinsonforeningen. Derudover blev spørgeskemaet sendt ud til alle, som havde deltaget på et af Sangens Hus’ kurser i ledelse af demenskor eller demensvenlig fællessang, og det blev delt på sociale medier, for eksempel Facebook. Således var intentionen med kortlægningen ikke at give et fuldstændigt og systematisk overblik over demensvenlige sangaktiviteter i Danmark, men den giver en god indikation af udbredelsen i landets kommuner.

Alle indkomne besvarelser blev gennemgået, og datasættet blev rensset med henblik på at minimere risikoen for dubletter. Herefter blev det samlede antal nuværende og kommende demensvenlige sangaktiviteter, som var blevet beskrevet i spørgeskemabesvarel-

serne, beregnet. Desuden blev fordelingen af demensvenlige aktiviteter i landets kommuner undersøgt, samt i hvilket regi de foregik, og hvorvidt de var inspireret af tv-serien Demenskorret på DR.

Resultater

I alt 251 personer bidrog til kortlægningen af demenskor og demensvenlig fællessang ved at besvare spørgeskemaet, og samlet set blev der samlet information om 205 demensvenlige sangaktiviteter fordelt på 70 kommuner og alle landets fem regioner. Flest sangaktiviteter blev kortlagt i Region Syddanmark, hvor cirka 28 procent af de fundne aktiviteter er lokaliseret, mens færrest blev kortlagt i Region Nordjylland, hvor cirka 10 procent af aktiviteterne finder sted.

Størstedelen af de demensvenlige sangaktiviteter foregår på pleje- eller aktivitetscentre, hvorimod mindre andele foregår i for eksempel sognehuse, på musikskoler, i kulturhuse mv. I nogle tilfælde står oplysningsforbund som LOF, FOA og FOF for afholdelse af sangaktiviteterne. Over halvdelen af de demensvenlige sangaktiviteter, der blev kortlagt, blev beskrevet som deciderede koraktiviteter, hvoraf flere specifikt blev betegnet som demenskor. Derudover blev der kortlagt en stor andel demensvenlige fællessangsaktiviteter, mens en mindre andel af aktiviteterne var mere bredt beskrevet, som en kombination af for eksempel musik, dans, leg og sang.

I forbindelse med 51 af de kortlagte sangaktiviteter blev det angivet, at aktiviteten var direkte inspireret af tv-serien Demenskorret på DR. Dog er det sandsynligt, at den reelle inspiration kan være endnu større, idet en betragtelig andel af respondenterne angav ”ved ikke” til spørgsmålet om, hvorvidt tv-serien har været medvirkende til, Demenskor og fællessang (Ridder, at den enkelte aktivitet blev afholdt).

Udover de eksisterende demensvenlige sangaktiviteter angav yderligere 131 respondenter, at de kendte til kommende demensvenlige sangaktiviteter, hvoraf 104 kendte til konkrete planer. I hvilken grad disse planlagte aktiviteter er blevet ført ud i livet, og om de indeholder dubletter, har kortlægningen ikke mulighed for at besvare.

Det skal understreges, at nærværende kortlægning viser et minimumsantal af aktiviteter, og det reelle tal må forventes at være en del højere, da demensvenlige sangaktiviteter ikke altid beskrives offentligt. Det antages således, at meget kommunikation omkring demensvenlige sangaktiviteter foregår analogt/internt i lokale miljøer og ofte er lukkede visiterede tilbud.

Perspektiver

Som resultaterne fra denne kortlægning viser, findes der allerede et stort antal demensvenlige sangaktiviteter i mange af landets kommuner, og der udvikles fortsat nye tilbud. Mange af de eksisterende tilbud bliver delt i Alzheimerforeningens kalender, hvilket gør det muligt for personer med demens og deres pårørende at finde aktiviteter i deres nærområde.

Udviklingen af nye demensvenlige sangaktiviteter understøttes blandt andet af nye kurser i ledelse af demenskor og demensvenlig fællessang, som afholdes af Sangens Hus i samarbejde med musikterapeuter. Kurserne er også med til at understøtte fagligheden i både igangværende og nye sangaktiviteter. Den tidligere omtalte udgivelse *Demenskor og fællessang* (Ridder, Jensen, m.fl. 2024) danner et godt fagligt grundlag for denne type opkvalificering, ligesom rapporten *Etablering og ledelse av demenskor* (Kvamme m.fl. 2025), baseret på de norske erfaringer, er højst relevant.

Derudover eksisterer digitale løsninger, der ligeledes har til formål at sikre, at så mange som muligt, der lever med demens, får adgang til de gavnlige effekter, der kan følge af tilpassede sangaktiviteter. Disse kan anvendes individuelt i hjemmet eller i forbindelse med større arrangementer på for eksempel pleje- og aktivitetscentre. For eksempel kan nævnes Demensvenlige syng-med-videoer, som er udviklet af Sangens hus med inspiration fra det norske 'sangioldreomsorgen.no'. Videoerne er tilgængelige på Sangens Hus' hjemmeside under '[Syng med demens](#)'. Dertil kommer Syng med Puk og Klaus, som er udviklet af DR, udgivelse med demensvenlige indspilninger af salmer fra gruppen Genkald og demensrettede akkompagnementer til fællessang på online-plattformen MusicMind, som er en licensbaseret musikkønsning udviklet til rehabilitering, pleje og palliation. En af fordelene ved de digitale løsninger er, at de inkluderer specielt tilrettelagt akkompagnement, som ofte mangler både i hjemmene og på centrene.

Således eksisterer allerede en omfattende vifte af demensvenlige sangtilbud – både fysiske og digitale – og feltet udvides fortsat med nye initiativer. Et stort antal kommuner i Danmark har allerede tilgængelige tilbud om demenskor og demensvenlig fællessang. Derudover er konceptet SANS udviklet med henblik på at bruge sang, dans og musik til at understøtte sund aldring ("SANS" 2025). Gennem forskningsprojektet PAMI på Aalborg Universitet understøttes personafstemt musikalsk interaktion, heriblandt sang, i demensomsorgen (Ridder m.fl. 2023) og projektet SAMU (Sociale Aktiviteter med Musik) i regi af Københavns Kommune har sang som et centralt

element i demensvenlige musikaktiviteter. På sigt er det ønskværdigt, at sådanne aktiviteter bliver tilgængelige i alle landets kommuner, til gavn for både mennesker med demens og deres pårørende. I den netop publicerede rapport i serien Norges offentlige utredninger om fremtidens musikpolitik (*Musikklandet 2025*) fremhæves det som en af anbefalingerne under afsnittet 'Musikk som helse' at oprette en tilskudsordning for demenskor. Et sådant skridt kunne man med fordel lade sig inspirere af i Danmark, da en tilskudsordning ville understøtte bæredygtig implementering af demensvenlige sangaktiviteter.

Tak til partnerskabet bag Demenskoret: Alzheimerforeningen, Hanne Mette Ochsner Ridder, professor i musikterapi ved Aalborg Universitet, Søren Therkelsen og Ole Hjortdal fra DR samt Lundbeck-fonden for støtte til projektet. Også tak til Sofie Rousing fra Sangens Hus, som har bidraget til kortlægningen og arbejdet med at samle resultaterne. Else Hansen har finansieret udvikling af demensvenlig syng-med-videoer. Tak til professor emeritus i musikterapi Lars Ole Bonde for input til denne artikel.

Referencer

- Baker, Felicity A., Young-Eun C. Lee, Tanara Vieira Sousa, Phoebe A. Stretton-Smith, Jeanette Tamplin, Vigdis Sveinsdottir, Monika Geretsegger, Jo Dugstad Wake, Jörg Assmus og Christian Gold. 2022. "Clinical Effectiveness of Music Interventions for Dementia and Depression in Elderly Care (MIDDEL): Australian Cohort of an International Pragmatic Cluster-randomised Controlled Trial". *The Lancet: Healthy Longevity* 3 (3). [https://doi.org/10.1016/S2666-7568\(22\)00027-7](https://doi.org/10.1016/S2666-7568(22)00027-7).
- Bonde, Lars Ole og Töres Theorell. 2018. *Music and Public Health: A Nordic Perspective*. Springer.
- Bonde, Lars Ole, Karette Stensæth og Even Ruud. 2023. *Music and Health: A Comprehensive Model*. NOCKS.
- Clark, Imogen N., Jeanette D. Tamplin og Felicity A. Baker. 2018. "Community-Dwelling People Living with Dementia and Their Family Caregivers Experience Enhanced Relationships and Feelings of Well-Being following Therapeutic Group Singing: A Qualitative Thematic Analysis". *Frontiers in Psychology* 9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01332>.
- Clements-Cortes, Amy. 2013. "Buddy's Glee Club: Singing for Life". *Activities, Adaptation & Aging* 37 (4): 4. <https://doi.org/10.1080/01924788.2013.845716>.
- Clements-Cortés, Amy. 2015. "Clinical effects of choral singing for older adults". *Music and Medicine* 7 (4): 4. <https://doi.org/10.47513/mmd.v7i4.437>.

- Culture and Health: Time to Act*. 2025. Publications Office of the European Union.
- Dawudi, Milad, Arthur Schall, Valentina A. Tesky og Johannes Pantel. 2024. "The Psychosocial and Physiological Effects of Choir-singing in People with Dementia: A Pilot Study". *GeroPsych: The Journal of Gerontopsychology and Geriatric Psychiatry* 37 (1): 1. <https://doi.org/10.1024/1662-9647/a000323>.
- Fancourt, Daisy og Saoirse Finn. 2019. *What is the Evidence on the Role of the Arts in Improving Health and Well-Being? A Scoping Review*. Health Evidence Network Synthesis Report 67. WHO Regional Office for Europe. https://www.artshealthresources.org.uk/wp-content/uploads/2019/11/2019-WHO-scoping-review_Fancourt.pdf.
- "Fondazione Mariani – Neuromusic". 2025. <https://www.fondazione-mariani.org/en/congressi/>.
- Jacobsen, Jörn-Henrik, Johannes Stelzer, Thomas Hans Fritz, Gael Chételat, Renaud La Joie og Robert Turner. 2015. "Why Musical Memory Can be Preserved in Advanced Alzheimer's Disease". *Brain: A Journal of Neurology* 138 (8): 2438–50. <https://doi.org/10.1093/brain/awv135>.
- Kvamme, Tone Kristine Sæther, Karette Annie Stensæth og Kjersti Johansson. 2025. *Etablering og ledelse av demenskor: Veileder*. Norges musikkhøgskole. https://nmh.brage.unit.no/nmh-xmlui/bitstream/handle/11250/3161782/Etablering_og_ledelse_av_demenskor_Veileder.pdf?sequence=8&isAllowed=y.
- Mittelman, Mary Sherman og Panayiota Maria Papayannopoulou. 2018. "The Unforgettables: A Chorus for People with Dementia with their Family Members and Friends". *International Psychogeriatrics* 30 (6): 779–89. <https://doi.org/10.1017/S1041610217001867>.
- Musikklandet: Flerstemt musikkpolitikk for framtiden*. 2025. Norges offentlige utredninger, 2025:7. Oslo.
- Polden, Megan, Thomas Faulkner, Carol Holland, Kerry Hanna, Kym Ward, Faraz Ahmed, Heather Brown, Hazel Barrow, Jeanette Main, Stella Mann, Steve Pendrill og Clarissa Giebel. 2025. "The Effects of Singing Interventions on Quality of Life, Mood and Levels of Agitation in Community-dwelling People Living with Dementia: A Quantitative Systematic Review". *Dementia* 24 (4): 738–66. <https://doi.org/10.1177/14713012241273837>.
- Ridder, Hanne Mette, Jens Anderson-Ingstrup og Lukas Ochsner Ridder. 2024a. "The Effect of Choir-singing on Self-reported Embodied Cognition in Persons with Dementia: A Pilot Study". *Dementia* (advance online publication). <https://doi.org/10.1177/14713012241272910>.
- Ridder, Hanne Mette, Hugo Jensen og Jens Anderson-Ingstrup. 2024b. *Demenskor og fællessang: En manual*. KLIM.
- "Singing for Health Network". 2025. <https://www.singingforhealthnetwork.co.uk/>.
- Stedje, Kristi, Tone Sæther Kvamme, Kjersti Johansson, Tanara Vieira Sousa, Helen Odell-Miller, Karette Annie Stensæth, Anna A Bukowska, Jeanette Tampin, Thomas Wosch og Felicity Anne Baker. 2023. "The Influence of Home-

based Music Therapy Interventions on Relationship Quality in Couples Living with Dementia: An Adapted Convergent Mixed Methods Study”. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 20 (4). <https://doi.org/10.3390/ijerph20042863>.

Stensæth, Karette, Karoline Aasskildt, Are Brean, Kjersti Johansson, Kristi Stedje og Tone Kvamme. 2022. ”Kor, demens og livskvalitet: Kvantitative resultater fra en korttids pilotstudie av et korprosjekt for mennesker med demens”. *Tidsskriftet Musikkterapi* (advance online publication). <https://doi.org/10.69625/318192.HBVZ3091>.

”Sånghälsa i Skolan”. 2025. <https://www.sjungandebarn.se/sanghalsa-i-skolan>.

Thompson, Zara, Felicity A. Baker, Jeanette Tamplin og Imogen N. Clark. 2021. ”How Singing Can Help People with Dementia and their Family Care-partners: A Mixed Studies Systematic Review with Narrative Synthesis, Thematic Synthesis, and Meta-integration”. *Frontiers in Psychology* 12: 764372. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.764372>.

Zbranca, Rarita, Mafalda Dâmaso, Oana Blaga, Kornélia Kiss, Marina Denisa Dascăl, Dana Yakobsono og Oana Pop. 2022. *CultureForHealth Report: Culture’s Contribution to Health and Well-Being: A Report on Evidence and Policy Recommendations for Europe*. CultureForHealth. Culture Action Europe.