

NYE RINGVE DEMENSKOR

MUSIKK, HELSE OG KULTURHISTORIE I SKJØNN FORENING

Ella Marie Runesdatter Wolden

ellamaries@live.no

Ingen dager er like på Ringve Musikkmuseum, og den første torsdagen i mars er det klart for første korøving med nye Ringve demenskor. Her skal 15 spente korsangere med demenssykdom møtes i Ringves ærverdige konsertsal for å synge sammen for første gang. Jeg har blitt invitert til å observere korøvelsen, etterfulgt av en samtale med teamet rundt koret om prosjektet og videre muligheter for musikkmuseum som helsefremmende arena.

Ringve Musikkmuseum har siden oppstarten i 1952 drevet med levende formidling av musikk og kulturhistorie til et variert publikum. Museets første direktør, Victoria Backhe, samlet instrumenter fra hele verden, og ønsket at musikken skulle klinge både innenfor Ringves mange dører og ute på gårdstunet. Den historiske lystgården på Lade i Trondheim ligger idyllisk plassert på et opphøyd gårdstun, omringet av Ringve botaniske hage. Ringve har fungert som sommerhus for familien til sjøhelten Tordenskjold, prestebolig, familiegård og samlingspunkt lenge før Ringve Musikkmuseum ble til, og bærer med seg en rik kulturhistorie, som personalet på museet gladelig forteller om. Omgivelsene, arkitekturen og alle de gamle instrumentene lar publikum trå midt inn i musikkhistorien og den levende publikumsformidlingen gir rom for store opplevelser.

PÅ Plass I KORREKKA

Innenfor inngangsdøra blir jeg møtt av forventningsfulle museumsansatte og engasjerte fra Trondheim kommunes ressurscenter for demens. De tar imot korsangere og pårørende, informerer om parkeringsmuligheter, og deler ut navnelapper og varme smil. 12:30 er korstolene fylt opp på scenen i konsertsalen. Det er en forventningsfull stemning i lokalet i det de sist ankomne finner plassene sine. Dirigent og korteam jobber med å finne riktig belysning, og de medvirkende fra ressurscenteret prater med kormedlemmer, gir beskjeder til pårørende og passer på at alle føler seg ivaretatt.

Dirigent Sivert Jullumstrø, pianist Sverre Johan Aas, museumspedagoger og demenskoransvarlige Helle

Singsaas og Tone Fegran presenterer seg for koret, før Liv Berit Træthaug fra ressurscenteret sier noen ord om ressurscenterets rolle i koret før hun initierer bursdagssang for dirigent Jullumstrø som fyller år. Kor og pårørende stemmer i «Hurra for deg!» med kraft og sangglede, noe som umiddelbart skaper en varm, inkluderende og avslappet stemning på korskene.

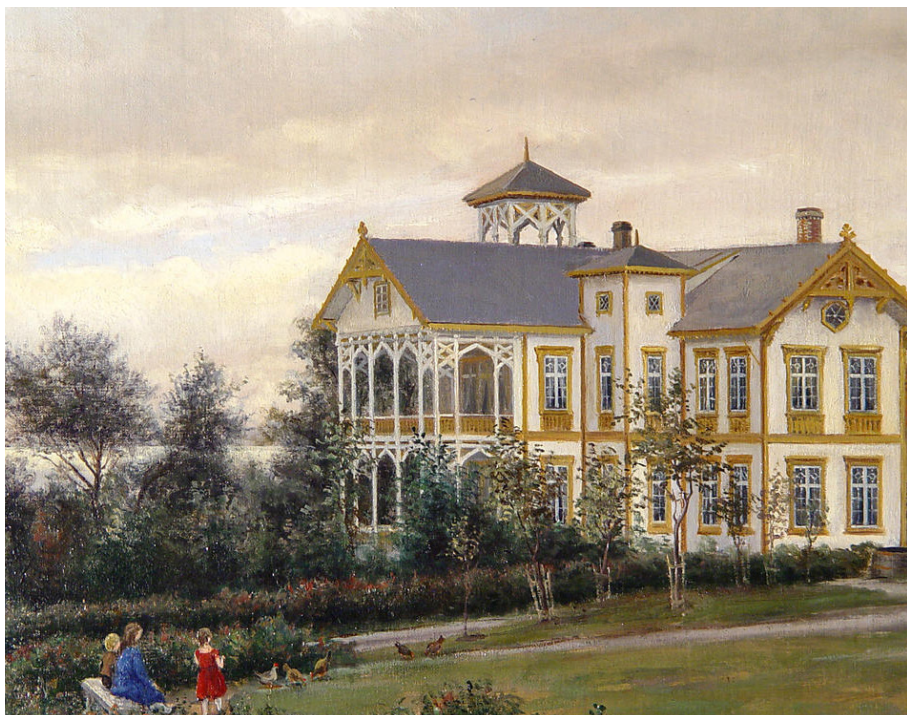
FRA FJØS TIL KONSERTSAL

Videre forteller Singsaas forsamlingen at lokalene vi befinner oss i tidligere var et fjøs. Ringve musikkmuseums første direktør, den eminente Victoria Backhe, ønsket seg en konsertsal tilhørende sitt nye museum.

En dag ringte Victoria brannvesenet med beskjed om at det brant på Ringve lystgård. Da brannvesenet dukket opp stod lystgården fri for flammer, og brannvesenet utbrøt: «men Victoria, her er jo ingen brann!», hvorpå Victoria svarte «Nei, og godt er det... men når dere først er her kan dere vel spyle ut fjøslukta fra fjøset, slik at jeg kan lage konsertsal!»

Mange av kormedlemmene kjenner til historien om Victoria. Anerkjennende nikk vendes mot Singsaas imens medlemmene inspiserer konsertsalen. Det er ingen tvil om at både konsertsalen og resten av Ringve musikkmuseum kun i kraft av sine omgivelser inviterer til reminisens. Historien nærmest synger i veggene.

Maleri av hovedbygningen etter Herman Wedel Anker, ca. 1880. Wedel Anker var søskenbarn til Barbara Bachke. Foto: Ringve Musikkmuseum



IMPONERENDE KLANG

Dirigent Jullumstrø er utdannet klassisk sanger fra konservatoriet ved NTNU og har lang erfaring med å dirigere kor. Dette er hans første møte med mennesker med demenssykdom, og han er spent på hvordan det vil bli å være dirigent for akkurat denne gruppen. I det han starter oppvarmingen utstråler Jullumstrø faglig trygghet, en god dose humor og en tydelig medmenneskelighet.

Koret blir ivrig med på oppvarmingsøvelsene, og flere reiser seg når Jullumstrø gir valg om å sitte eller stå. Og for en lyd det er i koret! Klengen ringer ut og minner om lyden av et erfarent blandakor. Man skulle ikke tro det var første gang de synger sammen. Jullumstrøs varme humor i kombinasjon med lekne kommentarer fra ekstra ivrige korsangere lager en passe uhyggelig stemning, og raskt erstattes nervøsiteten av løsrevet latter blant deltakerne. Koret fniser og nikker til svar når Jullumstrø formidler sine to regler: 1) «Det beste vi kan gjøre er å gjespe», og 2) «Det er my ber, artiger og kuler å syng høgt, stygt og gærli enn å ikke syng».

«JEG SYNES VI VAR GODE JEG!»

Dirigent og korledere samarbeider så om å dele ut tekster, før de stemmer i sammen med koret på første gjennomsynging av første låt, Alf Prøysens «Jørgen hattemaker». Koret synger gjennom sangen, vers for vers. Mange blikk vender mot teksten på arket, andre ser på Jullumstrø, og flere ser rundt på hverandre med store smil om munnen. Jullumstrø lar seg tydelig begeistre og puster ut et «WOW!», som respons på første gjennomsynging. Koret ler, og et medlem utbryter; «Jeg synes vi var gode

Ringve musikkmuseum:

- Startet opp av Victoria Backhe i 1952
- Historisk lystgård på Lade i Trondheim
- Tilbyr levende musikalsk formidling av både faste og rullerende instrument og musikk-utstillinger for mennesker i alle aldre
- Innehaver av en instrumentsamling på over 2000 historiske musikkinstrumenter fra hele verden
- Jevnlige konserter som formidler bredden av Trondheims rike kulturliv

(Ringve.no)

jeg!» Med stødig hånd deler Jullumstrø så koret inn i to grupper og lar de to gruppene syng hvert sitt vers av sangen på gjennomsynging nummer to. Noen kjører på og synger hvert vers høyt likevel, noen følger spent med på dirigenten for å være sikker på at de synger til riktig tid og andre tørker tårer på sine stille vers imens de ser ut til å lytte konsentrert til musikken rundt dem.

Pianisten følger koret og dirigenten i dynamikk og tempo på Steinway-flygelet, og jeg blir selv nødt til å tørke tårer i det musikken fyller salen når koret kommer sammen igjen på siste vers. Videre jobber koret seg gjennom Åge Aleksandersens «Trondheimsnatt» og Halvdan Sivertsens «Venna for livet», og mellom sangene kommer vitale utrop fra kormedlemmene; «Åh æ ælske å syng!», «No har vi det arti' asså!» og «Æ må no skrik litt æ». Det er ingen tvil om at medlemmene kjenner på den gode følelsen vi kan få av å syngne sammen, og energinivået er stigende gjennom korøvelsen.



Dirigent Jullumstrø spør koret underveis om hvordan det kjennes, svarer på spørsmål fra medlemmene og trekker frem ulike individuelle musikalske ressurser. Han balanserer elegant mellom ros og små utfordringer, og man kan se mestringsfølelsen stige blant medlemmene når de på tredje forsøk får til synkopene på «Trondheimsnatt».

VELLYKKET KORØVELSE

Etter korøvelsen gjenforenes medlemmene med sine pårørende, og skravla går rundt bordene i Café Victoria, der vi sammen nyter kaffe og nystekt vaffel. Mange av korsangerne spør meg hvordan de høstes ut, og flere sier at de allerede gleder seg til neste uke. Det viser seg at de pårørende også har kost seg masse sammen i cafeen under øvelsen. Flere pårørende kan fortelle at dette er første gang de har vært sosiale på veldig lenge, og at dette hyggelige avbrøkket også har vært viktig for dem.

Noen av deltakerne forteller at de har holdt på med musikk tidligere, men at de ikke trodde de ville få muligheten igjen. Flere beskriver et savn etter musikktilbud i voksen alder, og de forteller at de synes det er veldig spennende å få være tilbake på korbenken nå i dag. For mange betyr dette ekstra mye med tanke på sykdommen de lever med. Pårørende trekker frem muligheten til å treffe andre i samme situasjon, og muligheten til å komme opp på Ringve i vakre omgivelser og puste og prate, samtidig som de vet at sine kjære blir tatt vare på og opplever noe gøy.

De vonde sidene av sykdommen viser seg innimellom all småpratene, særlig i form av uro og lav selvtillit hos noen av medlemmene. I disse øyeblikkene er det fint å se hvordan teamet rundt, særlig de erfarne fra ressurscenteret roer ned, rammer inn og betrygger. Ellers bærer praten preg av at de samme historiene og spørsmålene blir stilt flere ganger, men mangel på korttidshukommelse virker overhodet ikke som et hinder for dannelse av nye vennskap blant deltakere og pårørende i cafeen. Det er stor enighet om at første korøvelse var vellykket, og at både kormedlemmer, pårørende og temaet rundt gleder seg til fortsettelsen.

Å STARTE OPP DEMENSKOR PÅ RINGVE

I samtale med Singsaas, Jullumstrø og Fegran etter korøvelsen fikk jeg vite litt om bakgrunnen for dette prosjektet, målene med Ringve demenskor, og ideer for videre muligheter for Ringve musikkmuseum som helsefremmende arena.

Høsten 2022 planla staben ved Ringve et nytt tilbud for eldre, og da de i november ansatte Jullumstrø som omviser og servicemedarbeider, ble det klart at ideen om Ringve demenskor kunne realiseres. Liv Berit Træthaug fra Trondheim kommunes ressurscenter for demens hadde allerede vært i kontakt med Ringve, og var klar til å mobilisere ressurser for å starte opp et samarbeid om Ringve demenskor.

Helle Singsaas, avdelingsleder for formidling v/ Ringve musikkmuseum, har et særegent engasjement for bruk av musikk med eldre med demens. Hun har lang fartstid som leder av sangstunder for eldre med demens på Ringve, og er en avgjørende initiativtaker for nyoppstartede Ringve demenskor. Hun skal videre bidra i driften av demenskolet, samt kan steppe inn som dirigent og pianist ved eventuell sykdom. På første øvelse deltok hun som korsanger, og forteller med glimt i øyet hvordan hun lot seg rive med i deltakerrollen:

-Jeg glemte nesten rollen min som tilrettelegger, for jeg lot meg gripe av det å bare være sammen å synge, sier Singsaas. Hun forteller hvordan hun nøt å få være en del av koret, omringet av den gode samklang og om hvordan hun gang etter gang lar seg begeistre av kraften som ligger i å synge sammen.

Tone Fegran er fagansvarlig for undervisning på Ringve, og involvert i teamet rundt demenskolet i alle faser, fra planlegging, til gjennomføring og evaluering. Hun har rik pedagogisk bakgrunn, og lang erfaring med tilrettelegging for grupper. I samtale etter korøvelse diskuterer vi fag, etikk og rammer rundt demenskor, og det er tydelig at jeg snakker med faglig kompetente og reflekterte mennesker. Det er viktig for teamet fra Ringve at helsepersonell fra ressurscenteret er med hele veien for å ivareta disse behovene, samtidig som de ikke underkjenner at Ringve har en egen ekspertise når det kommer til ledelse av og formidling til grupper.

UVURDERLIG SAMARBEID

Alle involverte trekker frem det gode samarbeidet mellom Ringve og ressurscenteret som viktigste avgjørende faktor for muligheten for Ringve demenskor. De har jobbet tett sammen gjennom hele prosessen, og vil ha løpende evaluering etter hver korøvelse for å være sikre på at gjennomføringen av prosjektet Ringve demenskor blir så bra som mulig for alle involverte. De engasjerte fra ressurscenteret er alle helsepersonell med bred erfaring innen demens, og de skal delta på hver øvelse. Ressurscenteret har også vært ansvarlige for rekruttering og samtaler med deltakere og pårørende i forkant av oppstart, og det er gjennom ressurscenteret deltakerne har meldt seg på. De 15 plassene i koret ble raskt fylt opp, og Ringve demenskor har allerede venteliste. Prosjektet er støttet av Nasjonalforeningen for folkehelsen og Trondheim demensforening.

Ansvaret er delt imellom Ringve og ressurscenteret på en slik måte at begge organisasjonene får bidra med sin kompetanse der den står sterkest. Ringves ansatte tar seg av den musikalske biten, stiller med lokale, dirigent og pianist, og ressurscenteret har ansvaret for å ta imot deltakere, vise dem inn, ivareta pårørende, og bidra med sin ekspertise inn i koret der det trengs ekstra tilrettelegging og støtte.

MUSIKKMUSEUM SOM HELSEFREMMEDE ARENA

Både Singsaas, Fegran og Jullumstrø kan fortelle at museet jobber aktivt med tilrettelegging for grupper på flere nivå, og det er enighet blant teamet om at demenskor kun er en av mange muligheter for å bruke Ringve som en arena for utforskning av sammenhenger mellom musikk og helse. Museet har nylig vært på kurs for å bli demensvennlig museum, i tillegg til at de kontinuerlig jobber med å tilrettelegge for universell utforming (en utfordring på en gammel lystgård!), samt styrke sine tilbud for å imøtekomme en mer mangfoldig besøksgruppe.

Singsaas og Fegran forteller at de håper demenskor blir mer enn et prøveprosjekt, og håper det på sikt kan integreres i museumshverdagen sammen med flere ulike

gruppetilbud. Kanskje kan omgivelsene på Ringve i seg selv ha en helsefremmende effekt i form av sin ærverdige beliggenhet og rike historie under Singsaas.

Både Singsaas og Fegran peker på helsegevinstene ved å synge i kor, og viser til forskning innenfor musikk og helse, musikkvitenskap og musikkpsykologi. Samtidig vektlegger Singsaas at Ringve demenskor ikke er ment å være musikkterapi, selv om det potensielt kan være terapeutisk for noen av medlemmene. Hun trekker frem at koret skal være en arena for felles musisering og sosialt samvær, og håper dette kan være med på å fremme helse, men er tydelig på at det ikke er terapi som er målet for dette koret. Jeg løfter spørsmål rundt vurderinger om det er riktig for alle med demens å synge i kor, og hva de tenker å gjøre om sykdommen gjør det for krevende for medlemmer å delta. Singsaas trekker igjen frem samarbeidet med helsepersonell fra ressurscenteret i møte med slike problemstillinger, og sier hun vil ta med seg spørsmålet videre. På spørsmål om hvilke profesjoner som trengs i et demenskor er svarene fra både Singsaas og Fegran at det trengs noen med musikkfaglig kunnskap, noen med helsefaglig kunnskap og noen med erfaring med å lede grupper. Dette er dekt i prosjektet med Ringve demenskor. Musikkterapeut er også konsultert i forbindelse med oppstart, og Ringve virker generelt positive til videre samarbeid med ulike profesjoner også i videre prosjekter. Singsaas forteller at hun tror det ligger mange muligheter i å tenke på museet som en arena for helsefremmende arbeid, og ser frem til å utforske dem videre. I første rekke i form av Ringve demenskor.

Koret skal fremover øve hver torsdag klokka 12:30, og er fra nå av blant dem som fyller Ringve med musikk, helt i tråd med Victoria Backhes ønske om å være et levende museum. ■

ellamaries@live.no

[Forfatter av teksten arbeidet på Ringve Musikkmuseum i et sommerengasjement 2022.]