



2021-12-02 10:15 CET

Rädda Barnen och Tim Bergling Foundation inleder samarbete: Ska driva musikstudior för att främja psykisk hälsa hos unga

Rädda Barnen och Tim Bergling Foundation inleder nu ett samarbete för att bygga musikstudior på Rädda Barnens mötesplatser. Syftet med initiativet är att genom musikskapande och kreativitet främja psykisk hälsa bland unga.

Projektet, som heter *Create Sessions for a better day* (benämns Create Sessions i texten nedan), ska etableras i befintliga verksamheter som drivs av Rädda Barnen, eller som Rädda Barnen driver tillsammans med andra aktörer. Den

fysiska platsen för Create Sessions är en musikstudio som utrustas med musikutrustning och teknik, och en "create session" är en kreativ mötesplats där unga deltagare i åldern 13–20 år får skapa musik, filmer och annat kreativt innehåll tillsammans med anställda ledare.

– Tanken är att erbjuda ett utbud av meningsfulla fritidsaktiviteter och skapa gemenskap genom kreativitet. Det handlar också om att öka medvetenhet om psykisk hälsa i målgruppen. Andra viktiga delar är personlig utveckling och positiva relationer med trygga vuxna ledare, vilket vi vet efterfrågas av unga idag, berättar Helena Thybell, generalsekreterare för Rädda Barnen.

Under projektets gång får ungdomarna som deltar i Create Session stöd i den kreativa processen och de utmaningar som kommer upp under projektets gång. I studion kommer det råda gemensamma spelregler kring hur verksamheten ska bedrivas, som man behöver följa om man vill vara där.

– Denna satsning med Rädda Barnen är en av de största vi gjort inom vår stiftelse. Genom att kroka arm vill vi göra skillnad på riktigt. Målsättningen är att få fler unga att må bättre och att "tända en gnista", i syfte att bryta looperna av psykisk ohälsa i tid, kommenterar Klas Bergling, grundare av Tim Bergling Foundation som också kommer bygga fler musikstudior på fler platser än de som innefattas av Rädda Barnen-samarbetet.

Samarbetet med Create Sessions inleds 1 december och pågår till 31 december 2022, med möjlighet till förlängning. Den första studion byggs i fritidsgården House of Tensta och kommer att replikeras på flera platser i Sverige. Det kommer att skapas kommunikationskanaler mellan de olika platserna där Create Sessions drivs. Detta för att bygga gemenskap bland projektets deltagare.

Om samarbetet

Psykisk ohälsa är en av våra största folkhälsosjukdomar som också drabbar barn och unga.

Rädda Barnen och Tim Bergling Foundation har under 2021 inlett ett samarbete för att främja psykisk hälsa och förebygga psykisk ohälsa. Det vill vi göra genom förebyggande åtgärder och tidiga insatser.

Projektet *Create Sessions for a better day* startade genom att Tim Bergling Foundation genomförde en stor undersökning kring vad som är viktigt för

unga idag. I undersökningen ställdes frågan: Vad behöver du som är ung ”for a better day”? Många svarade att de ville ha ett större utbud av fritidsaktiviteter, samt vuxna att prata med. Med projektet *Create Sessions For A Better Day* vill vi spegla dessa behov, och erbjuda meningsfulla, kreativa fritidsaktiviteter som skapar gemenskap. Detta ska ske genom att arbeta relationsbyggande med vuxna som skapar trygga samtal och rum samt bidrar till en ömsesidig dialog.

[Rädda Barnen](#) är en politiskt och religiöst obunden folkrörelse med verksamhet både i Sverige och internationellt. Med Barnkonventionen som grund arbetar vi för att barn ska få det bättre och för att barns rättigheter ska respekteras.

Följ oss på:

[Twitter](#)

[Facebook](#)

Kontaktpersoner



Rädda Barnens pressjour

Presskontakt

Tillgänglig för journalister mellan klockan 08.00 och 20.00.

press@rb.se

08-698 90 90



Anne Thorngren

Presskontakt

Pressekreterare

Svenska frågor

anne.thorngren@rb.se

0723-57 67 56



Åsa Runström Awad

Presskontakt

Pressekreterare

Internationella frågor

asa.runstrom.awad@rb.se

0733-55 34 33



Oskar Kollberg

Presskontakt

Pressekreterare

Internationella frågor

oskar.kollberg@rb.se

0733 55 34 15



Oscar Nelson

Presskontakt

Pressekreterare

Presskontakt till generalsekreterare Åsa Regnér

oscar.nelson@rb.se

072-454 54 85