



## Curriculum Vitae Audun Myskja

Totenvegen 1231, N-2848 Skreia

E-post: [info@livshjelp.no](mailto:info@livshjelp.no), Hjemmeside: [www.livshjelp.no](http://www.livshjelp.no)

Tlf: 41328002, Født: 9.1.1953. Gift, tre barn

### GENERELT

1981 Cand. med. Trondheim. Turnus Kongsberg sykehus 1982, Enebakk kommune 1983

1992 Spesialist i allmenntilleggsmedisin, fornyet 1997, 2002, 2007, 2012 og 2017

2012 Ph.D Integrated music in nursing homes – an approach to dementia care ved GAMUT, Universitetet i Bergen, under veiledning av professor Brynjulf Stige, Torgeir Bruun Wyller og Suzanne Hanser, med støtte fra G. C. Rieber-fondene.

2013- 2014 Førsteamanuensis i forskerstilling ved Helse- og sosial avdelingen, Nord Universitet Røstad (Høgskolen i Nord-Trøndelag), i 20 % stilling.

2014 - Fagveileder, Nasjonalt Kompetansesenter for kultur, helse og omsorg, Helsedirektoratet og Nord Universitet Røstad i Levanger, i 20 % stilling

2005 - Overlege ved Bergen Røde Kors sykehjem i 20 % stilling.

1999 - Faglig leder for Senter for livshjelp, et tverrfaglig samarbeidsprosjekt innen økologisk, palliativ og forebyggende medisin, med vekt på hjelp til selvhjelp, helsebygging og friskliv, både forebyggende og ved sykdom. Undervisning, kurs og konsultasjoner: Ernæring, trening, meditasjon, avspenning, bevegelsesterapi, lyd-stemme- og musikkterapi. Faste grupper i meditasjon og selvhelbredelse.

2005 -2017 Grunnlegger og leder av studiet Enhetsterapi og mestringsmedisin, som har fått egen fagforening fra 2009, og er godkjent av SABORG og Helsedirektoratet fra 2011. Per 2021 510 ferdigutdannede helseveiledere. Kull 14 startet opp 2020.

2012 – Grunnlegger og faglig leder av utdanning i Musikkbasert miljøbehandling (MMB) i regi av Nasjonalt Kompetansesenter for kultur, helse og omsorg. Per 2020 414 ferdigutdannede helsearbeidere. Utdanningen har generert en rekke lokale kvalitetsforbedrende prosjekter, og er godkjent av Helsedirektoratet, Helsedepartementet og Nasjonalt kompetansesenter for demens per 2020.

2012 - 18 Medlem av ekspertgruppe i Helsedirektoratets utdanningsinitiativ i integrert medisin i samarbeid med Campus Kristiania

Meditasjonslærer fra 1988; rundt 190 kurs for rundt 5900 deltakere.

1998 -1999 Overlege ved Hospice Lovisenberg (18 mdr.)

1988- 98 Allmennpraksis i Ås kommune

1983 -88 Allmennpraksis og indremedisin (Gravdal sykehus)

1973 -76 Parallell universitetsstudier i psykologi og religion; fullført grunn- og mellomfag i religionshistorie ved Universitetet i Bergen (Per Kværne). Stud. med. Bergen/Trondheim 1975-81.

1972-75 Humanitært arbeid og gårdsarbeid med psykisk utviklingshemmede i Frankrike og Irland

### PROSJEKTER - PROSJEKTLEDER

2018 – 2022 Mestringsmedisin – et opplærings- og informasjonsprosjekt til selvhjelp. I samarbeid med G C Rieber Fondene.

2018 – 2022 Livsmestring i skolen. Mestringsmedisin i praksis. Landsomfattende skoleprosjekt i regi av Kavlifondet.

2013 -2018 Musikkbasert miljøbehandling- et implementeringsprosjekt. Landsomfattende MMB, støttet av Kavlifondet.

2013 -17 Parkinson – hva kan jeg gjøre selv? Kvalitetsfremmende prosjekt i regi av NPF støttet av EXTRA - stiftelsen.

2005 -2016 Musikk og helse i et lokalsamfunn – et prosjekt med integrering av musikk og andre kulturtiltak i helsetilbud i en kommune med et ressursperspektiv og fokus på integrering i utdanning og

videreutdanning av helsearbeidere, i regi av Nord-Trøndelag Fylkeskommune via prosjektet FOLK-2. Samarbeid med HINT og HUNT i Nord-Trøndelag, støttet av Levanger kommune.

2010-13 Forskningsprosjektet Rytmask trening for Parkinsonpasienter i samarbeid med Norges Parkinsonsforbund og Norsk Fysioterapiforbund

2014 -15 Musikk i eldreomsorgen, Lofoten og Vesterålen

2013 -14 Musikk som miljøbehandling, Bærum kommune

2013 -15 Integreert musikk som aktiv omsorg, Bærum kommune

2005 -16 Musikk på sykehjem, i regi av Bergen Røde Kors Sykehjem, støttet av G C Rieber Fondene, Visjon Vest og Fylkeslegen i Hordaland. Veileder for integrering av systematisk metode for terapeutisk bruk av musikk ved sykehjem.

2003 -05 Å finne rytmen - Rytmask auditiv stimulering og Nevrologisk musikkterapi som støtte i rehabiliteringen av Parkinsonpasienter, treårig prosjekt i regi av Norges Parkinsonforbund/Helse og Rehabilitering.

2002 -06 Musikk i siste livsfase – sang og musikk som lindring for beboere ved sykehjem (50 % stilling), utvikling av metoder for optimal bruk av musikkterapi og andre omsorgstiltak hos alvorlig syke og døende sykehjemsbeboere, i regi av Kirkens Bymisjon/Helse og Rehabilitering. Videre (1 år), forskning på musikkens virkning på kronisk syke – utgitt 3 CDer 2005-6 på Kirkelig Kulturverksted, i regi av Kirkens Bymisjon/Helse og Rehabilitering.

2000 -02 Overlege ved GERIA Ressurssenter for alderspsykiatri/aldersdemens i Oslokommune, medisinsk divisjon, Ullevål Sykehus i 50 % stilling som leder for prosjektet Individualisert musikk i eldreomsorgen – et prosjekt ved tre sykehjem i Oslo. Prosjektet er blitt innlemmet i GERIAs hovedaktivitet.

#### **TILLEGGSDANNING**

2001- 09 Utdannet og sertifisert innen Nevrologisk musikkterapi (NMT) og Rytmask Auditiv Stimulering ved Center for Biomedical Research, Colorado State University, under prof. Michael Thaut; Fellow 2004 resertifisert 2009 og 2013. Fellow i nevrologisk musikkterapi 2005, fornyet 2009 og 2013.

2002 -03 Utdannet i DCM (Dementia Care Mapping)[1] ved University of Bradford november 2002. Tatt avansert grad i DCM februar 2003.

1995-99 Sertifisert konsulent i dr. Tomatis` lydmetode.

1977-99 Utdanning lyd og stemmebruk hos Anne Parks, Fabien Maman, Igor Reznikoff, Vemu Mukunda og Valerie Drouot.

1978- 98 Psykoterapeutisk utdanning Psykisk Center (Bob Moore) Danmark (cirka 400 undervisningsdøgn).

2005-14 Seamm jāsani og Boabom nivå Ujjat, lærer/instruktør nivå Numa-Husam (bevegelsestrening).

2011 -16 PEAT (Primordial Energy Activation and Transformation) Instructor training, psychologist Zivorad M. Slavinski PEAT (Primordial Energy Activation and Transformation) Teacher training 2013, psychologist Zivorad M. Slavinski. Teacher Instructor Training 2017

2000-21 Utdanning i terapeutiske pustemetoder: Wim Hof method, Stig Severinsen Breatheology, Dan Brule Breath Mastery, Donna Farhi Yoga Breathing.

#### **VERV OG PRISER**

1998 Soria Moria-prisen (Den Norske Lægeforening) for helseopplysningsprosjektet "Den musiske medisin".

2003 Tildelt Den norske Legeforenings kvalitetspris, for prosjekter med musikk innen geriatri og lindrende behandling.

2010 Brobyggerprisen, Stiftelsen Fritt helsevalg

2013 Oppegård kommunes hederspris

2015 American Women`s Club Award 2002, 2007 og 2015 (eneste three time recipient)

2004-8 Styremedlem (norsk representant) forskergruppen Musica humana.

2005-18 Medlem av Medisinsk-rådgivende utvalg (MRU), Norges Parkinsonforbund.

2000 Referee Norsk Legemiddelhåndbok (kapittel om Palliativ medisin) Anmelder, Tidsskrift for den norske lægeforening, Nordic Journal of Music Therapy. Ekspertpanel, Helsedirektoratets Utdanningsinitiativ i integrert medisin Rådgivende utvalg, Aktiv omsorg-prosjektet ved Høgskolen i Telemark, valgt av HDir til å veilede utviklingen av miljøbehandling i eldreomsorg, psykiatri og psykisk helsevern.

Æresmedlem, Nätverk for spirituelt orienterede læger 2005

2011/12 Sitert i H M Kongens nyttårstale (Utøyatalen)

2013 Foredrag på første norske TEDx (TED talk), lagt ut på [www.ted.com](http://www.ted.com) og på [www.youtube.com](http://www.youtube.com)

2017 «Fyrtårn» NRK-program med Per Fugelli

AMs utviklingsarbeid referert som eksempel på framtidsrettet omsorg for demens og lindrende behandling ved seminarer i regi av Helsedepartementet og Helsedirektoratet. Prosjekter og metoder nevnt som eksempel på gode tiltak i eldreomsorgen i valgdebatter, Stortingsvalgene 2005, 2009 og 2013, samt i Stortingsmelding 29, Morgendagens omsorg og Leve hele livet (Eldremeldinga) 2019. Prosjekter besøkt og framhevet av Bjarne Håkon Hansen, Torvald Stoltenberg, Anne Grethe Strøm-Erichsen, Jonas Gahr Støre og Bent Høie.

Feature A-magasinet 2020 *Den hvileløse jakten på ro*

Gjest Sommer i P2 2020