

Bijlage (filmpjes, apps, sites, hulpmiddelen en liedjes)



Goed in mijn vel

*1> Ontspannen bij onrust of pijn

- [Relaxing Music For Children - Be Calm and Focused \(cute animals\) | 3 Hours Extended Mix - YouTube](#)
- [Rustige Nederlandse kinderliedjes • 20 minuten special • olifantje in het bos • wielen van de bus - YouTube](#)
- [Relaxing Disney Piano Music ~ Beautiful Music for Studying & Sleeping - YouTube](#)
- [Beautiful Relaxing Music - Soothing Piano Music & Guitar Music with Birds Chirping - YouTube](#)

*2> Muziek om in slaap te komen

- [Diepe Slaapmuziek Om Gezond Te Slapen In Minder Dan 5 Minuten • Muziek Die U Helpt Te Slapen - YouTube](#)
- [Bedtijd muziek - slaap muziek voor kinderen - YouTube](#)
- [Muziek Ontspannende voor baby's - Baby slaapliedje nummers gaan slapen Baby slaap muziek - YouTube](#)

*3 > vast ritueel slaapliedje

- Liedje om te zingen bij het naar bed gaan (wijze: slaap kindje slaap)
Slaap (naam cliënt) Slaap, Jij laat een grote gaap
Jij gaat nu naar je bedje toe, Want jij bent nu-u heel lekker moe
Slaap ... slaap, Jij laat een grote gaap

*4 > Hulpmiddelen en apps om makkelijker te ontspannen en in slaap te vallen

- [Rustgevend muziekkussen bij slaapproblemen | Qwiek.snooze](#)
- [Muziekkussen - Vilans Hulpmiddelenwijzer](#)
- [Lullaby - Slaapliedjes baby in de App Store \(apple.com\)](#)
- [Rustgevende slaapgeluiden in de App Store \(apple.com\)](#)
- App 'Muziek in de Nacht'
Met de app 'Muziek in de Nacht' kunnen cliënten met slaapproblemen naar muziek luisteren om rustiger te worden en in slaap te vallen. De app reageert op stemgeluid, bijvoorbeeld geroep, en speelt dan muziek af voor een bepaalde tijd. De app is gratis via de playstore van Android te downloaden. Als je een abonnement hebt kun je er meer over lezen in de Klik.



Alertheid

*5> liedje om rustig bij wakker te worden

- Opstaan (wijze Berend Botje)
Goeie morgen 2x, Vandaag is weer een nieuwe dag.
Kom er maar uit 2x, Kóm maar uit je warme bed
1,2,3,4,5,6,7, We gaan een nieuwe dag beleven
Kom er maar uit 2x, Kóm maar uit je warme bed

*6> filmpje met tips hoe iemand alert te maken.

- [Ervaar Het Maar Met... Contact - YouTube](#)
- [Beleef Muziek; muziek voor \(dementerende\) ouderen en mensen met EMB - YouTube](#)



Contactmomenten

*7> Voorbeeld van een korte activiteit op met muziek en materialen contact te maken.

*8> Voorbeeld contact met geluid

[methodiek 'Ervaar het maar' mytyschool de Thermiek. Leiden - YouTube](#)

*9> Voorbeeld activiteit met beweging

[Ervaar Het Maar met... de tas - YouTube](#)

*10> om de beurt geluid maken

[Bijzonder muziekinstrument helpt mensen met autisme communiceren - YouTube](#)

*11> samen zingen

[Kinderliedjes | KLEIN ROOD AUTOOTJE | Tekenfilm | Minidisco | DD Company - YouTube](#)

*12> samen zingen en bewegen

- Schuitjevaren - theetje drinken
- Klap eens in je handen, blij, blij, blij
- Zo gaat de molen, de molen, de molen
- Hoofd-schouders-knie en teen etc.
- In de maneschijn



Vertrouwen en herkennen

*13> vertrouwde liedjes om te gaan herkennen wat er gaat gebeuren

- Zie Liedjes ter ondersteuning van zorgmomenten.
- CD Communicatie ondersteunende liedjes. Dit zijn nieuwe liedjes, speciaal geschreven en gecomponeerd voor EMB cliënten.
Onderwijsbreda@Visio.org
te bestellen voor 15 euro exclusief verzendkosten.



Activiteiten

*14

Beleven in muziek (BIM) geeft hiervan mooie voorbeelden voor met name cliënten met een (zeer) ernstige verstandelijke beperking;

- [BiM Beleven in Muziek - YouTube](#)
- [BIM-activiteit met de plastic zak - YouTube](#)

Liedjes van Dirk Scheele, bijvoorbeeld

- [YouTube Music](#)
 - [Olifanten - YouTube Music](#)
 - [YouTube Music](#)

 - Taraboemboeband> [Taraboemboeband | Spotify](#)
 - Ageeth de Haan> [Ageeth de Haan - YouTube](#)
- Op internet zijn ook de teksten van de liedjes te vinden.

*15 Story Sequencer/pratende planstrook als muziekplank.

- De plank bestaat uit 6 opname-knoppen, hiermee kunnen opnames van 10 seconden gemaakt worden. Onder elke knop staat een stukje van een liedje of bepaalde geluiden. Cliënten kunnen zelf de knoppen indrukken om de verschillende liedjes te beluisteren.
- Je kunt de vakjes verschillende kleuren geven en afplakken met folie zodat het schoongemaakt kan worden. Voor blinde cliënten kan gekozen worden voor papier met verschillend reliëf.
- Zo nodig kun je een houder laten maken zodat de muziekplank tegen een stootje kan en aan de muur bevestigd kan worden. Voordeel hiervan is dat de REC-knop is afgeschermd zodat de opnames niet gewist worden. Je kunt de plank ook aanbieden op schoot of op tafel. Cliënten beleven er veel plezier aan, het is actie-reactie speelgoed en ze worden vaardiger in het indrukken van knoppen.



***16**

ICT-toepassingen voor mensen met een meervoudige beperking.

fablab@bartimeus.nl

visiolab@visio.org