


- 1 Musikk er viktig. Viktig å bruke rytme bevisst i dagliglivet.
- 2 Mangt kan vi mestre!
Jeg har fått et nytt verktøy i jobben min.
Men også til meg personlig.
- 3 Når språket er bort, er musikk et språk
En fantastisk bekreftelse på at rytme og puls og sang er helt grunnleggende i oss mennesker fra vogge til grav! Gir meg trua på at
- 4 jeg har valgt riktig jobb! Det gir meg noe tilbake i hvert møte med både unge og eldre. Enkle grep gir stor verdi!
Utrolig hva rytme og musikk kan gjøre for mennesker med utfordringer.
Det er bare å begynne å synge og innføre musikk i "behandling" selv om en ikke er utdannet musiker.
Myskja er utrolig inspirerende.
- 5 Kulturskolelærere kan inspirere helsearbeidere.
- 6 Å se overføringsverdien til andre sårbare grupper/barn og unge.
- 7 Rytmask innledning tar bort hjernestøy
- 8 At det nytter med musikk og mye hvorfor det virker. At det er viktig å finne hva som virker ovenfor den enkelte.
- 9 Å skape en god tilværelse fysisk og sykklisk
- 10 Hvor lite som skal til.
- 11 RYTME!
- 12 Underbygget med forskning
- 13 Det handler om å se hele mennesket.
- 14 Hvor lite som skal til
- 15 Å få sett og bevist hvor viktig musikk er som både forebyggende og medisin for sinn og sjel
- 16 At musikk har effekt uavhengig av alder og tilstand - men man må finne kodene; hva treffer mennesket!?
At det kan brukes til alle.
Viktighet av rytme
- 17 Kartlegging og Systematisk bruk i hverdagen.
Rytmask bruk i forhold til brukere, bevegelse, dans, rapp, lære helsearbeidere å tørre. Epleslang! Det som ligger i ryggraden. Følelse
- 18 av mestring! Vær tydelig, gjør d enkelt! USE IT or Loose IT!
- 19 At man følger opp musikkterapien
- 20 Use it or loose it. Folk må få lov å fortsette med det de liker å gjøre.
- 21 Hvor viktig det er med kontinuitet og tålmodighet, det er ikke nødvendigvis et trylleslag.

- 22** Hvor lite som skal til for å gjøre en stor forskjell
Likheter i behovet for orden hos brukere/mennesker med ADHD og demens.
- 23** Effekten av rytme
- 24** Inspirasjon til å fortsette å bruke musikk og dans som miljøtiltak.
- 25** Hvor lite som skal til, og hvor effektivt det er.
- 26** Fokus på rytmikk!
- 27** Tilstedeværelse og lek hele livet!
Om å bidra til mestring og verdighet i folks liv, også ungdom
- 28** Om å redusere bruk av tvang
- 29** Alle kan bruke musikk som behandling, enten med bruk av sang, spotify, rytme o.l
- 30** Hvor lite som skal til for å gjøre en forskjell.
- 31** Inspirerende!
- 32** Å bruke rytme og sang for å starte kropp og sinn og for å bryte negative tankemønstre.
- 33** Rytme: Hvordan rytme, og musikk, kan brukes aktivt for å skape et bedre liv for et menneske.
- 34** Hvordan bruk av musikk og rytme kan bidra til et bedre liv og en verdig eldreomsorg
Fantastisk!! At alle kan og vi må få temaet inn i det daglige arbeid.
- 35** Eg vart inspirert 🍷🍷🍷
- 36** Bruk av rytme.
- 37** Lavterskel, omsorg med glede.
- 38** Effekten det kan ha å stimulere hjernen med musikk og rytmer.
Use it or out loose it.
Innlærte ferdigheter kan deaktiveres
Viktigheten av balansetrening
Rytme for å skape orden i kaos.
- 39** Å løfte og bevege hendene over hodet er lystfremmende!
- 40** Å bruke musikk som ett positivt verktøy, som tilrettelegges individuelt til hvert menneske
- 41** At vi alle har noe og bidra med om vi ikke alltid er klare over det. Ble veldig fasinert av bruken med rytmer ifht parkinsonpasienter.

- rytmen vekker aktivitetsenteret
- De som bilder på med det de alltid gjort elever lengre
- Hvordan rytme hjelper parkinsonpatienter

42 -At med hjelp av rytme og musikk hente fram de bevegelser kroppen en gang klarte

43 Påminnelse om at det man gjør I hverdagen fungerer. Inspirerende

44 For et fantastisk verktøy musikk er for å gi mennesker verdigheten tilbake 

Bruke musikk og dans i mitt virke som vernepleier.

Viktig med balanse og ganglag.

Sanseintrykk med dyr, sansehage o.l

45 Redusere bruk av beroligende medikamenter.

46 Å bli inspirert!

47 Å finne puls og rytme sammen !! Dette er bra !!

Viktig å se på andre folk , gi en god klem og kommunisere med dem . Livet vår og andres kunne være annerledes hvis vi setter opp

48 en lite piff av optimisme eller positivitet i hver dagen.