

वार्तालाप प्रारंभक (कन्वर्सेशन स्टार्टर्स)

प्लेलिस्ट फॉर लाइफ एक परोपकारी संस्था (चैरिटी) है जिसकी लोगों को आपस में जोड़ने, और मनोभ्रंश (डिमेंशिया) के साथ जीने वाले और उनकी देखभाल करने वाले लोगों की मदद करने के लिए संगीत की शक्ति का उपयोग करने में विशेषज्ञता है। हम चाहते हैं कि हर किसी के पास अपने संगीत की प्लेलिस्ट हो जो उनके लिए कुछ मायने रखते हैं। 'साउंडट्रैक ऑफ़ युअर लाइफ' (soundtrack of your life) ऐसे गानों का व्यक्तिगत संकलन है जो आपको बीती यादों का एहसास (फ्लैशबैक) कराता है जब भी आप उन्हें सुनते हैं। नीचे दिए प्रॉम्प्ट का उपयोग करते हुए अपनी संगीत से जुड़ी यादों को एकत्र करके साउंडट्रैक बनाना शुरू करें। आप अपनी पसंद के किसी भी प्रॉम्प्ट के साथ शुरुआत कर सकते हैं। अगले पेज पर आप किसी और के लिए एक प्लेलिस्ट बना सकते हैं।

यह प्लेलिस्ट संबंधित होती है: _____

आपकी 'स्मृति गांठ' यानी मेमोरी बम्प (मजबूत यादें जो 10-30 साल की उम्र में बनती हैं) सेक्या आप उन गानों के बारे में सोच सकते हैं जो आपको अपनी जवानी की याद दिलाएं?



गाना

यादगार

पार्टी वाली धुनें आपको कौन से गाने हमेशा साथ में नाचने और/या गाने के लिए मजबूर करते हैं?



गाना

यादगार

खास पल और उपलब्धियां आपको कौन से गाने जिंदगी की उस खास यादगार पर वापस खींच ले जाते हैं?



गाना

यादगार

शौक, रुचियां और विश्वास क्या संगीत के ऐसे अंश हैं जो आपको उस समूह की याद दिलाएं जिसका आप हिस्सा होते थे।



गाना

यादगार

गाने बचपन से क्या बच्चों के किसी टीवी शो से कोई ऐसे बालगीत या गाने हैं जो आपको पसंद थे?



गाना

यादगार

छुट्टियां (हॉलिडेज) आपको कौन सा गाना किसी पसंदीदा छुट्टी (हॉलिडे) की याद दिलाता है?



गाना

यादगार

महत्वपूर्ण स्थान कौन से गाने आपके होमटाउन की याद दिलाते हैं?



गाना

यादगार

टीवी थीम क्या कोई ऐसी थीम धुनों वाले टीवी शो हैं जो आपको हमेशा याद रहेंगे?



गाना

यादगार

महत्वपूर्ण लोग किसी ऐसे व्यक्ति के बारे में सोचें जो आपके लिए महत्वपूर्ण है। कौन से गाने आपको उनकी याद दिलाते हैं?



गाना

यादगार

वे संगीत कार्यक्रम जिनमें आप मौजूद रहे आपको कौन सी धुनें उस लाइव संगीत कार्यक्रम की याद दिलाती हैं जिसमें आप मौजूद थे।



गाना

यादगार

संगीत के जरिए जुड़ने को लेकर और अधिक जानने के लिए, www.playlistforlife.org.uk पर जाएं

अब चूंकि आपने अपनी खुद की प्लेलिस्ट तैयार कर ली है, तो क्यों न किसी दोस्त या परिजन से उन गानों के बारे में पूछने का प्रयास करें जो उनके लिए महत्वपूर्ण हैं?

एक साउंडट्रैक बनाना और हर गाने के साथ जुड़ी यादों की खोज करना परिवार और दोस्तों के साथ जुड़ने का एक शानदार तरीका है। किसी दोस्त या परिजन के लिए इस प्लेलिस्ट टेम्पलेट को भरें।

उनके बारे में पूछने से पहले अपने गाने और यादों को साझा करने की कोशिश करें

शीर्ष सुझाव

ये सिर्फ बातचीत के लिए शुरुआती बिंदु हैं – आपको सभी का जवाब देने की आवश्यकता नहीं है

यह प्लेलिस्ट संबंधित होती है:

आपकी 'स्मृति गांठ' यानी मेमोरी बम्प (मजबूत यादें जो 10-30 साल की उम्र में बनती हैं) से क्या आप उन गानों के बारे में सोच सकते हैं जो आपको अपनी जवानी की याद दिलाएं?



गाना

यादगार

खास पल और उपलब्धियां आपको कौन से गाने जिंदगी की उस खास यादगार पर वापस खींच ले जाते हैं?



गाना

यादगार

गाने बचपन से क्या बच्चों के किसी टीवी शो से कोई ऐसे बालगीत या गाने हैं जो आपको पसंद थे?



गाना

यादगार

महत्वपूर्ण स्थान कौन से गाने आपके होमटाउन की याद दिलाते हैं?



गाना

यादगार

महत्वपूर्ण लोग किसी ऐसे व्यक्ति के बारे में सोचें जो आपके लिए महत्वपूर्ण है। कौन से गाने आपको उनकी याद दिलाते हैं?



गाना

यादगार

पार्टी वाली धुनें आपको कौन से गाने हमेशा साथ में नाचने और/या गाने के लिए मजबूर करते हैं?



गाना

यादगार

शौक, रुचियां और विश्वास क्या संगीत के ऐसे अंश हैं जो आपको उस समूह की याद दिलाएं जिसका आप हिस्सा होते थे।



गाना

यादगार

छुट्टियां (हॉलिडेज) आपको कौन सा गाना किसी पसंदीदा छुट्टी (हॉलिडे) की याद दिलाता है?



गाना

यादगार

टीवी थीम क्या कोई ऐसी थीम धुनों वाले टीवी शो हैं जो आपको हमेशा याद रहेंगे?



गाना

यादगार

वे संगीत कार्यक्रम जिनमें आप मौजूद रहे आपको कौन सी धुनें उस लाइव संगीत कार्यक्रम की याद दिलाती हैं जिसमें आप मौजूद थे।



गाना

यादगार

संगीत के जरिए जुड़ने को लेकर और अधिक जानने के लिए, www.playlistforlife.org.uk पर जाएं