

Tematy do rozpoczęcia rozmowy

Playlist for Life to organizacja charytatywna, która wykorzystuje potęgę muzyki, aby umożliwić utrzymanie więzi między osobami z demencją i ich opiekunami. **Chcemy, aby każda osoba miała własną listę utworów niosących z sobą osobiste znaczenie.**

„Ścieżka dźwiękowa Twojego życia” to osobista kolekcja utworów, która budzi bezpośrednio wspomnienia podczas słuchania. Aby stworzyć ścieżkę dźwiękową swojego życia, skorzystaj z poniższych podpowiedzi, dzięki którym zbierzesz swoje muzyczne wspomnienia. Możesz zacząć od dowolnego tematu. Na następnej stronie możesz przygotować listę utworów dla kogoś innego.

Właścicielem tej listy utworów jest:

Wspomnienia z młodości (silne wspomnienia ukształtowane w wieku 10–30 lat) Czy znasz jakieś piosenki, które przypominają Ci o młodości?



Utwór

Wspomnienia

Melodie z imprez

Które utwory zawsze podrywają Cię do tańca lub śpiewania?



Utwór

Wspomnienia

Wyjątkowe i przełomowe chwile
Które piosenki przywołują wyjątkowe wspomnienia z Twojego życia?



Utwór

Wspomnienia

Hobby, zainteresowania i przekonania

Czy są jakieś utwory muzyczne, które sprawiają, że myślisz o grupie ludzi, do której należysz?



Utwór

Wspomnienia

Piosenki z dzieciństwa

Czy znasz jakieś rymowanki lub piosenki z ulubionego programu telewizyjnego dla dzieci?



Utwór

Wspomnienia

Wakacje

Które piosenki przypominają Ci o ulubionych wakacjach?



Utwór

Wspomnienia

Ważne miejsca

Jakie piosenki przypominają Ci o rodzinnej miejscowości?



Utwór

Wspomnienia

Motywy z programów telewizyjnych

Czy znasz jakieś programy TV z motywami muzycznymi, które zawsze będziesz pamiętać?



Utwór

Wspomnienia

Ważne osoby

Pomyśl o kimś, kto jest dla Ciebie ważny. Jakie piosenki przypominają Ci o tej osobie?



Utwór

Wspomnienia

Pamiętne koncerty

Które utwory przypominają Ci o najlepszym w życiu koncercie muzycznym?



Utwór

Wspomnienia

Więcej informacji o budowaniu więzi dzięki muzyce znajdziesz na stronie www.playlistforlife.org.uk

Skoro masz już własną listę utworów, możesz zapytać bliską osobę o ważne dla niej piosenki i melodie.

Tworzenie takiej ścieżki dźwiękowej i odkrywanie wspomnień związanych poszczególnymi utworami to świetny sposób, by nawiązać więź z bliskimi i znajomymi. Wypełnij szablon listy utworów dla znajomego lub członka rodziny.

Najlepsze wskazówki

Podziel się swoimi utworami i wspomnieniami, zanim poprosisz o to inną osobę

To tylko tematy do rozpoczęcia rozmowy – nie musisz odpowiadać na wszystkie pytania

Właścicielem tej listy utworów jest: _____

Wspomnienia z młodości (silne wspomnienia ukształtowane w wieku 10–30 lat)

Czy znasz jakieś piosenki, które przypominają Ci o młodości?



Utwór

Wspomnienia

Wyjątkowe i przełomowe chwile

Które piosenki przywołują wyjątkowe wspomnienia z Twojego życia?



Utwór

Wspomnienia

Piosenki z dzieciństwa

Czy znasz jakieś rymowanki lub piosenki z ulubionego programu telewizyjnego dla dzieci?



Utwór

Wspomnienia

Ważne miejsca

Jakie piosenki przypominają Ci o rodzinnej miejscowości?



Utwór

Wspomnienia

Ważne osoby

Pomyśl o kimś, kto jest dla Ciebie ważny. Jakie piosenki przypominają Ci o tej osobie?



Utwór

Wspomnienia

Melodie z imprez

Które utwory zawsze podrywają Cię do tańca lub śpiewania?



Utwór

Wspomnienia

Hobby, zainteresowania i przekonania

Czy są jakieś utwory muzyczne, które sprawiają, że myślisz o grupie ludzi, do której należysz?



Utwór

Wspomnienia

Wakacje

Które piosenki przypominają Ci o ulubionych wakacjach?



Utwór

Wspomnienia

Motywy z programów telewizyjnych

Czy znasz jakieś programy TV z motywami muzycznymi, które zawsze będziesz pamiętać?



Utwór

Wspomnienia

Pamiętne koncerty

Które utwory przypominają Ci o najlepszym w życiu koncercie muzycznym?



Utwór

Wspomnienia

Więcej informacji o budowaniu więzi dzięki muzyce znajdziesz na stronie www.playlistforlife.org.uk