

Café Nieuws Sep. '18



Café Nieuws september 2018



(klik aan)



Woensdag 26 september 2018

“Doctor Beat”.

Bewegingsoefeningen op speciaal voor Parkinson

gecomponeerde muziek

door

Martien van Oostrom

muziektherapeut

Wat is bewegen met “Doctor Beat”?

Doctor Beat gebruikt muziek met een uitgekende duidelijke ritmische stimulans. De ritmische puls in de muziek, zoals wij die bijna automatisch meetikken, is versterkt. Zowel de melodie, als de slagwerk begeleiding accentueert de puls, de ‘beat’ in de muziek. Voorts zijn

die versterkingen van de ritmiek afgestemd op de bewegingsoefeningen, zodat de vorm van de beweging, het begin en het eind van de beweging en het tempo van de beweging hoorbaar zijn in de muziek. De muziek van Doctor Beat ondersteunt maximaal de gesuggereerde bewegingen.

Wanneer een ritme goed opgenomen is in onze hersenen, kunnen wij gemakkelijk(er) een nieuwe beweging starten. Op deze manier synchroniseren onze hersenen aan het externe ritme van Doctor Beat. Het ritme vergemakkelijkt dus het bewegen.

Bij de bewegingen hoort ook een werkboek en CD zodat bewegingen ook thuis of in groepsverband kunnen worden uitgevoerd.

Alle aanwezigen kregen een boek en CD mee naar huis.
