

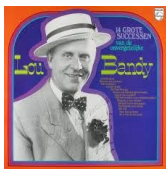
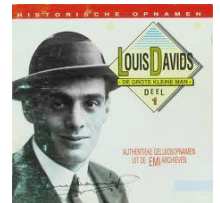
Radio Historia

voor de vergeetachtige bewoner



Geachte lezer(es),

Radio Historia verzorgt muziek voor onze bewoners met dementie. Daar zit heel veel muziek bij die we de afgelopen 50 jaar hebben kunnen verzamelen. Dat is muziek voor o.a. de woonkamers, maar we kunnen ook naar individueel toe. Ook iedere bewoner heeft immers een eigen smaak.



Stichting VivaMemo (Leve de herinnering)

Ons Stichtingsbestuur bestaat uit drie personen: Een Voorzitter, Secretaris en Penningmeester. De voorzitter verzorgt alle interne en externe contacten. Onze penningmeester was Registeraccountant bij Meester & Kuiper te Hilversum. Hij verzorgt alle financiële zaken. Ondergetekende verzorgt alle muziek en de montages.

Ook persoonlijke aandacht:

In onze technische ruimte staat een computer met vele tienduizenden liedjes erop. Via een z.g. Internet Radio kunnen deze in de tehuizen beluisterd worden. Dit zijn niet alleen maar liedjes voor onze bewoners. Tegenwoordig zit er ook veel hedendaagse muziek en instrumentaal tussen, zodat de verzorging niet de hele dag naar oude liedjes hoeft te luisteren. Van 07.00 tot 11.00 draaien we rustige muziek zodat iedereen de tijd heeft om wakker te worden. Na 11.00 uur wordt het wat vrolijker (de liedjes waar ze mee kunnen zingen worden dan gedraaid) en dat houden we vol tot 17.00 uur. Dan wordt het tot 22.00 uur weer wat rustiger en in de nacht wordt het heel rustig. We laten dan bosgeluiden, (fluitende en tsjilpende vogels) en stromende beekjes horen. Dat geeft heel veel rust voor de bewoners die dan niet zo gauw gaan dwalen.



Ook de groep bewoners met een lichte vorm van dementie, Korsakov en NAH wordt niet vergeten. Tijdens de Sinterklaasperiode worden er Sinterklaasliedjes toegevoegd, en tijdens de Kerstperiode worden er veel Kerstliedjes afgespeeld. Deze groep kan ook erg genieten van de hedendaagse muziek. Zo is er voor iedereen wat.

Individueel is ook mogelijk: Iedereen is uniek en dat geldt ook voor onze bewoners. Zodra een bewoner in het tehuis binnenkomt wordt er aan de familie gevraagd om ook de muziek mee te nemen waar de nieuwe bewoner thuis graag naar luisterde. Wat we nog niet hebben kunnen we dan digitaliseren. Zo wordt de bewoner geholpen en krijgen wij soms weer een leuke aanvulling op de collectie. Deze muziek wordt op een koptelefoon (of eigen radio) gezet en kan dan net zolang gespeeld worden als ze zelf willen. In het begin vraagt dat om enige gewenning, maar als ze eenmaal weten hoe leuk het is, willen ze de koptelefoon niet meer afzetten.

Keuze te over: b.v.: 1940-heden muziek, klassieke muziek, kerkmuziek, psalmen, gezangen, marsen, kinderkoren, bepaalde dialecten enz. Alles is mogelijk en met Sinterklaas & Kerst natuurlijk ook.



Slaapproblemen: Als bewoners 's-nachts niet kunnen slapen gaan ze nogal eens dwalen. We hebben daarvoor heel licht instrumentaal afgewisseld met tsjilpende en fluitende vogels en stromende beekjes. Dat geeft veel rust (ook op de gangen.....). Daar kunnen we dan een aparte radio of een radio uit één van de woonkamers voor gebruiken. Die kunnen we dan op het nachtkastje plaatsen voor zo lang als het nodig is. Dit kan aangevuld worden met een klein bolletje (met een lampje erin) dat sterren en de maan op het plafond projecteert. Die draaien dan heel rustig door de kamer. Zelfs zo rustig dat niemand er van overstuur raakt, en ook vaak weer in slaap valt.



We zijn sinds de oprichting een Stichting en de Belastingdienst heeft ons de **ANBI-status** toegekend. Giften zijn volledig aftrekbaar van de Belasting. Al onze medewerkers zijn vrijwilligers.



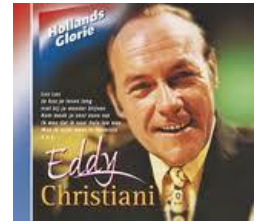


Karaoke: Als u zelf zingt of gebruik maakt van een muziektherapeut dan hebben we als ondersteuning Karaoke muziek gemaakt. Als voorbeeld: Bij "Een reisje langs de Rijn" van Willeke Alberti hebben we een filmpje samengesteld met allemaal beelden van boten op rivieren en aan de bovenkant staat, in twee verspringende regels, de tekst voor de welzijnsmedewerker. Hoef je niet steeds in het liedjesboek te kijken. En degenen die het niet meer kunnen volgen, kunnen altijd naar de beelden kijken.

Collectie Liedjes:

Om een lijst te maken van alle 300.000 liedjes is ondoenlijk. Aan verzoeken voor bepaalde nummers kunnen we bijna altijd voldoen, zo lang als het om de min of meer bekende nummers gaat tussen, laten we zeggen 1930 en 1970. Zelfs een eigen stream is mogelijk als er voldoende tehuizen zijn die mee willen doen. Zo kun je per streek ook nog lokale liedjes in het lokale dialect toevoegen.

Om de muziek in het gehele tehuis te laten horen is tegenwoordig alles mogelijk.



Muziek, te veel om op te noemen:

Om maar een paar namen van de artiesten te noemen: Andre Rieu, Annie de Reuver, Annie Palmen, Bietenbouwers, Eddy Christiani, Herman Emmink, Johan Kaart, Tante Leen, Joop de Knecht, Jules de Corte, Louis Davids, The Ramblers, Rudi Carrell, Snip & Snap, Tom Manders (Dorus), Wim Sonneveld en vele vele anderen. Hier zitten ook veel nummers bij die u nog nooit op Spotify gehoord hebt.

Wij hebben deze muziek aangevuld met rustige hedendaagse muziek en recentere "golden oldies". Ook de instrumentale muziek ontbreekt niet (denk b.v. aan André Rieu). Het kwam in het verleden nog wel eens voor dat de radio "uit" werd gezet omdat de verzorging de muziek nauwelijks kon waarderen. Daar hebben we samen een oplossing voor gevonden.

Nederlands Instituut voor Beeld & Geluid:

Hier hebben wij (als oud Hilversummers) uitstekende contacten mee en zij kunnen ons vaak helpen aan lokaal beeldmateriaal. Zij hebben dat van alle provincies en streken van Nederland. Omdat wij een ANBI-Stichting zijn hoeven we daar niets voor te betalen. Lokale omroepen die op TV uitzenden hebben vaak ook een schat aan beeldmateriaal. De foto's of filmpjes zetten we dan op een USB-stick en we vullen de plaatjes aan met zoveel mogelijk passende muziek uit die tijd. Dat is een geweldige hoeveelheid werk en soms ben je dan wel eens blij dat je dezelfde USB na een paar maanden weer kunt vertonen. Geloof mij: "Ze gaan er zelfs om vragen". Het bordes van het Paleis Soestdijk is daar een goed voorbeeld van.



Screening van de muziek en films:

Alle muziek en films die afgespeeld worden, zijn van tevoren afgeluisterd en bekeken. Er wordt dan vooral gekeken naar harde passages (paukenslagen b.v.) of geschreeuw; bij film naar snelle beeldwisselingen of b.v. dieren die elkaar aanvallen of opeten. Alle liedjes hebben we voorzien van een interne code waar o.a. het genre, het tempo, en hoe "hard" komt het over gecodeerd in staan. Die codes gebruiken wij zelf ook om overdag de juiste muziek op de juiste tijd te laten horen.

Radio Historia:

Zoiets lukt je natuurlijk niet alleen. Gelukkig hebben wij Prof. Dr. Philip Scheltens bereid gevonden om ons te steunen. Hij weet als geen ander hoe deze groep van goede muziek op kan knappen en staat dan ook 100% achter ons. Zijn aanbevelingsbrief vindt u op het laatste blad.



Collectie Dvd's: Naast allemaal liedjes hebben we ook nog een hele collectie Dvd's van rond de zestiger jaren. Het zijn vrijwel allemaal opnamen uit Nederland. Er zitten veel Polygoonjournaals bij, maar ook plaatselijke juweeltjes gemaakt door lokale bewoners van een bepaalde plaats of streek. Hier wordt rustige muziek bij gedraaid die niet te veel afleidt. De Dvd's zijn door ons zo omgezet dat je de USB-stick alleen maar in de TV hoeft te steken (als deze daar tenminste wel geschikt voor is).

Er zitten geen moeilijke keuzemenu's meer voor. Zodra je de stick in de TV doet, begint hij in de meeste gevallen automatisch aan het begin te spelen. Iedereen kan dus een film starten zonder dat er technische kennis van de apparatuur noodzakelijk is.

Wat is er nodig om een compleet tehuis van Radio Historia te kunnen voorzien:

Allereerst moeten de ruimtes benoemd worden waar alle Internet Radio's geplaatst worden. Hierna kan men het beste contact opnemen met de Afd. Automatisering. Deze moet altijd gevraagd worden of men er een probleem mee heeft dat er b.v. 12 radio's op hun netwerk worden aangesloten. Meestal gebruiken we daar het Bezoekers Wi-Fi voor. Ze worden draadloos (dus niet met een netwerkkabel) aangesloten.

Wij gebruiken streams van 128 kb., mochten ze daarom vragen en dat is een bijzonder laag verbruik.

Als we de plek weten dan gaan we kijken of er in de buurt een vrij 230 volts stopcontact beschikbaar is. De Internet radio's werken op een stopcontact met of zonder randaarde. Er moet ook een plek beschikbaar zijn om de Radio neer te kunnen zetten. Denk aan een verlengsnoer als het stopcontact wat verder weg zit.

De afmetingen staan op de foto's van de DIGI2 (met één luidspreker) en de DIGI4 (met twee luidsprekers).

Voor het aansluiten van de Radio's op het Wi-Fi netwerk is het handig om de beschikking te hebben over iemand met een beetje computerervaring. Er moet een Toegangscode en een Wachtwoord op de Internet Radio ingegeven worden. Dat is alles. Soms is dit ook noodzakelijk om te koppelen op het Bezoekers Wi-Fi van het tehuis. Daar is ook niets moeilijks aan.

Misschien wordt er gebruik gemaakt van de diensten van een muziektherapeut:

Speciaal voor deze groep hebben we hier een muziekserver staan waarmee er op afstand de gewenste muziek gespeeld kan worden. Soms gaat het om een enkel nummer dat b.v. door een bewoner gevraagd wordt die niet meer zo lang te leven heeft. Deze server is (wordt nog steeds) gevuld is met de keuzes van alle aangesloten muziektherapeuten. Zo wordt er een heel mooi gezamenlijk bestand opgebouwd.

Welke Radio hebben we nodig:



De kleine Radio is mono en de grote radio is stereo. De meeste muziek die wij afspelen is toch mono, omdat in die tijd nog lang niet alles in stereo opgenomen werd. Eigenlijk is de kleine radio voor de kleine ruimtes en de grote radio voor de grotere ruimtes. Van binnen zijn ze allebei hetzelfde. Met twee luidsprekers wordt het geluid wel beter over de ruimte verdeeld (in b.v. de woonkamer).

Prijzen:

Wij zijn een ANBI-stichting zonder winstbejag en kunnen hierdoor de prijzen laag houden. Eigenlijk wordt alles tegen onze kostprijs doorberekend. Wij berekenen geen BTW en dit zit ook niet in onze prijzen.

Aansluiting Internet Radio op onze muziekserver per maand per gebouw € 10,00
(in dit gebouw kunnen max. 10 Radio's zonder extra kosten worden aangesloten)

DIGI2 Internet Radio kant-en-klaar incl. programmering toegangscode/wachtwoord € 135,00
Hier zit één luidpreker ingebouwd (deze kan "hoog" worden neergezet)

DIGI4 Internet Radio kant-en-klaar incl. programmering toegangscode/wachtwoord € 165,00
Hier zitten twee luidprekers ingebouwd (deze kan ook "hoog" worden neergezet)

Tot slot:

Kijkt u ook eens op onze website www.radiohistoria.nl of stuur een mail aan secretaris@radiohistoria.nl

Wilt u nadere info: 06 53 405 934

Met vriendelijke groet,
Robert-Jan Mijnaerends.

Kleine Kade 1 - 4461 AR Goes
GSM: 06 53 405 934 of robert@mijnaerends.nl
Kamer van Koophandel: 6480 433 - RSIN: 855 857 134
Donaties: NL88 ABNA 0541 388 568 (Stichting Vivamemo)

De Boelelaan 1117 Postbus 7057 tel. 020 444 0816 www.alzheimercentrum.nl
1081 HV Amsterdam 1007 MB Amsterdam fax 020 444 8529 alzheimercentrum@vumc.nl
Banknr. 4818 t.n.v. VUmc Fonds, o.v.v. Alzheimercentrum



Geachte Directie,

Met dit schrijven wil ik het belang onderstrepen van Radio Historia voor patiënten met de ziekte van Alzheimer.

De relatie tussen muziek en Alzheimer staat volop in de belangstelling. Uit diverse studies komt naar voren dat muziek bij Alzheimerpatiënten een breed scala aan effecten heeft. Patiënten hebben meer plezier, hun zelfvertrouwen neemt toe en muziek brengt herinneringen tot leven. Uit recent onderzoek is gebleken dat muziek een gunstige invloed heeft op angstgevoelens, agressie, opwinding en somberheid.

Omdat de taalvaardigheid bij mensen met de ziekte van Alzheimer geleidelijk minder wordt, is er behoefte aan andere manieren van communicatie. Muziek biedt ruimte voor non-verbale expressie en is daarom bij uitstek geschikt om mensen met de ziekte van Alzheimer te ondersteunen in de omgang met de gevolgen van hun ziekte. Muziek biedt structuur door maat, ritme en melodie en biedt aanknopingspunten voor contact. Er wordt een appel gedaan op de muzikale vermogens, die doorgaans behouden blijven tot in de laatste stadia van de ziekte.

Ik hoop U hiermee warm gemaakt te hebben voor het belang van muziek voor deze doelgroep. Radio Historia kan op die manier een essentiële bijdrage leveren aan het welzijn en de kwaliteit van leven van Alzheimerpatiënten.

Muzikale groet

Prof. dr. Ph. Scheltens, neuroloog en directeur VUmc Alzheimercentrum