

## Tre sångtips från Rut, som musikerterapeut

### Sångstund på hemmen.

Ledord:

alltid personal med  
regelbundenhet ex, varannan vecka (jämn vecka) kl 14.00-14.30, inte byta tid, inte  
ändra... inte vara sjuk!  
inte för långa stunder (en halvtimme är bra!)  
inte för mycket ord - kända sånger  
transponera ner ett par toner från given tonart (oftast)  
variation i sångvalet, mest svenska, som inte går alltför fort, hellre första versen tre  
gångar än vers 1, 2 o 3.  
inte kaffe under tiden; ska vara före eller efter... helst inga diskmaskiner igång!  
gärna gamla folklekar, som engagerar kroppen. Det går bra att dansa sittande i rullstol  
"Hon lovade mig sitt hjärta, hon lovade mig sin hand" eller trampa med i "Vi gå över  
daggstänka berg"

### Vagga, gunga, gå...

#### småbarnsrytmik, spädbarnssång

ska vara mer inriktad på mammas/pappas vilja och mod att sjunga med sitt barn än "direkt mot barnet".

Inspirera till vardags-sång. (Den halvtimme som barnet kommer till kyrkan/familjecentralen är ju så kort - barnet kanske inte ens är vaket då...)

Ta fram ur minnet barnsånger som de nyblivna föräldrarna sjöng som barn, ge nya impulser, träna improvisation...

"Här gungar du, här gungar jag, och farmor gungar också idag"...

Nu ska du höra nånting som jag vill tala om, vi fick en bäbis nyss och det var Axel som kom, våran lilla Axel...honom tycker vi så väldigt mycket om"...

Gamla ramsor, ta vara på traditioner, prata med, fråga far-och morföräldrar om gamla visor – det är att bära kultur vidare...

### Sång på SFI Svenska för invandrare

Lättsjunget på svenska är ett utmärkt sätt för våra nysvenskar att komma in i språket, lära sig lite om svensk kultur, förena generationer etc. Att följa med text från en CD-skiva är ofta svårt.

Det går för fort

Samma som sång för ex dementa; hellre vers 1 tre gånger än vers 1, 2, och 3

Om föräldrarna inte kan ens de mest kända sångerna ex Idas sommarvisa, som barnen får lära sig i skolan är det svårt!

Välja lätta sånger, med enkel text ex Vem kan segla, Ja, må hon leva, Håll mitt hjärta, Sov på min arm, Sommar och sol.

Ibland räcker det med refrängen. Sjung långsamt men med "styr fart".

Gärna lite dans "å jänta å ja" (hambo-steg) eller Latmansvisa "måndag gör jag ingenting" – träna att räkna dagarna, månader, räkneord; kanske i takt, en och en, grupper mot varann etc.