MuziekGeluk Praktijkgids 2

Een Muzikale Reis door Nederland

Herinneringen ophalen met muziek, plekken en verhalen

Een cadeau van MuziekGeluk

Welkom bij de tweede MuziekGeluk Praktijkgids.

Nederland zit vol plaatsen die herinneringen oproepen: de Veluwe, Rotterdam, Amsterdam, Volendam, Scheveningen, Friesland en nog veel meer. Door deze plaatsen te combineren met bekende muziek uit de jaren zestig en zeventig ontstaan gesprekken, herkenning en plezier.

Gebruik deze gids tijdens groepsactiviteiten, individuele begeleiding, dagbesteding of mantelzorg. Neem de tijd, luister aandachtig en geniet samen van de verhalen die muziek naar boven brengt.

Ik wens je vele mooie ontmoetingen en vooral veel MuziekGeluk.

Ignar Rip
Grondlegger van de MuziekGeluk-methodiek

MuziekGeluk.nl

Waarom werkt muziek?

Muziek uit de jeugd en jongvolwassenheid is vaak diep verbonden met het autobiografisch geheugen.

Muziek kan bijdragen aan:

- herinneringen oproepen
- gesprekken stimuleren
- ontspanning
- herkenning
- verbondenheid
- plezier

🌿 MuziekGeluk-tip:
Laat één lied helemaal uitspelen voordat je een volgende vraag stelt.

Zo gebruikt u deze praktijkgids

1. Print de poster uit of open deze op een tablet of beeldscherm.
2. Stel één vraag, vertel of speel een lied uit de playlist.
3. Geef ruimte aan herinneringen en laat stiltes bestaan.
4. Noteer favoriete liedjes voor een persoonlijke playlist.

🌿 Er zijn geen goede of foute antwoorden.
Het gesprek is belangrijker dan het juiste antwoord.

Een Nederlands Muzikale Reis

Scan de QR code voor de bijpassende Spotify-playlist

Een Nederlandse Muzikale Reis

Met bijpassende playlist

Herinneringen ophalen met muziek, plekken en verhalen

GRONINGEN



- Waar staat deze toren bekend om?
- Welke Groningse artiest zingt over de stad?

LEEUWARDEN



- Welke oude wijk is hier een parel?
- Welk lied gaat over Friesland?

VOLENDAM



- Ken jij een bekend lied over Volendam?
- Welke lekkernij proef je hier aan de haven?

AMSTERDAM



- Welke grachten maken de stad zo bijzonder?
- Welk lied gaat over Amsterdam?



DEN HAAG



- Welke pier vind je hier in de zee?
- Welk liedje past bij een dag aan het strand?

ROTTERDAM



- Welke brug is een icoon van deze stad?
- Ken jij een lied over Rotterdam?

ZEELAND



- Wat maakt Zeeland zo uniek?
- Welk Zeeuws lied ken jij?

DEN BOSCH



- Welke bijnaam heeft de Sint-Jan?
- Ken jij het Bossche klokkenspel?

MAASTRICHT



- Op welk plein vind je het Vrijthof?
- Welk romantisch lied past bij Maastricht?

Muziek uit Nederland

- Het Dorp – Wim Sonneveld
- Avond – Boudewijn de Groot
- Aan de Amsterdamse Grachten – Wim Sonneveld
- Waterloo – Teach-In

We maken samen een muzikale rondreis door Nederland. Onderweg bezoeken we bekende steden, halen herinneringen op en luisteren we naar liedjes die bij de streek passen. We vertrekken in Groningen

Vragen

- Hoe heet de bekende toren van Groningen? *(De Martinitoren)*
- Hoe noemen Groningers hun stad? *(Stad - Grunnen - Groot Loug - Martinestad)*
- Kent u het Groningse dialect?
- Bent u weleens in Groningen geweest?

Muziek

- *Het gras van het Noorderplantsoen* – Ralf Poelman
- *'t Het nog nooit zo donker west* – Ede Staal
- *Mien Hoogelaand* – Ede Staal
- *Martinetoren* – Martine Toorn

We reizen naar Friesland

Vragen

- Wat is de hoofdstad van Friesland? (Leeuwarden)
- Welke beroemde schaatstocht begint en eindigt daar? (De Elfstedentocht)
- Welke watersport is populair in Friesland? (Skûtsjesilen)
- Heeft u weleens op natuurijs geschaatst?

Muziek

- Friesland – Ede Staal
- De âlde Friezen – Fries volkslied
- It Woanskip – Anneke Douma
- In Nije Dei – De Kast
- Bonkefeart – Anneke Douma
- Tjeukemeer – Conny Vandenbos

Via de Afsluitdijk gaan we naar Volendam

Vragen

- Waar staat Volendam om bekend? (Klederdracht, visserij en muziek)
- Hoe wordt de muziek uit Volendam genoemd? (Palingsound)
- Welke Volendamse artiesten en bands kent u? (The Cats, Piet Veerman, BZN. Jan Smit)
- At u vroeger graag haring of gerookte paling?

Muziek

- Mooi Volendam – Canyon
- Mijn Volendam – Jan Smit
- Lea – The Cats
- Mon amour – BZN
- Sailin' Home – Piet Veerman

We reizen door naar Amsterdam

Vragen

- Welke rivier stroomt door Amsterdam? (De Amstel)
- Hoe heet het beroemde plein met het Koninklijk Paleis? (De Dam)
- Welke Amsterdamse zangers kent u? (Johnny Jordaan, Willy Alberti, Wilke Alberti, Danny de Munk, Andre Hazes, Rene Froger)
- Heeft u weleens een rondvaart door de grachten gemaakt?

Muziek

- Aan de Amsterdamse grachten – Wim Sonneveld
- Amsterdam – Liesbeth list
- 't is stil in Amsterdam – Rames Shaffey
- Zondag in Amsterdam – Willy Alberti
- Mijn stad – Danny de Munk
- Amsterdam huilt – Rika Jansen

We gaan naar Den Haag en Scheveningen

Vragen

- Waar werkt de Nederlandse regering? (Het Binnenhof in Den Haag)
- Hoe heet de bekende pier aan zee? (De Pier van Scheveningen)
- Welke Nederlands zangeres had een café in Scheveningen (Pia Beck – De Vliegende Hollander)
- Ging u vroeger een dagje naar het strand?

Muziek

- O, O, Den Haag – Harry Klorkestein
- Arm Den Haag - Wieteke van Dort
- Zondag in Den Haag – Paul van Vliet
- De pier van Scheveningen – Toon Hermans
- Zon in Scheveningen – Rita Reys
- Down by the riverside – Pia Beck

Langs de kust reizen we naar Rotterdam

Vragen

- Welke grote rivier stroomt door Rotterdam? (De Nieuwe Maas)
- Waar staat Rotterdam wereldwijd om bekend? (De haven)
- Welke Rotterdamse artiesten kent u? (Johnny Hoes, Joke Buijs, Gerard Cox, Lee Towers
- Heeft u vroeger schepen zien vertrekken of binnenvaren?

Muziek

- My Port of Rotterdam – Lee Towers
- Rotterdam – Frederique Spigt
- Ik mis de stad van toen – Lee Towers
- Rotterdam wordt wakker – Simon Stokvis
- Samen op de Charloise lage dijk – Gerard Cox

We vervolgen onze reis naar Zeeland

Vragen

- Welke grote overstroming trof Zeeland in 1953? (De Watersnoodramp)
- Hoe heet het beroemde waterbouwkundige verdedigingswerk? (De Deltawerken)
- Welke Zeeuwse lekkernijen kent u? (Zeeuwse bolus, Boterbabbelaar, Breskens suikerbol en paptaart)
- Bent u weleens in Middelburg of Vlissingen geweest?

Muziek

- Zomer in Zeeland – Saskia & Serge
- Mooi Zeeland – Frank live
- Aan de kust – BLØF

We reizen verder naar ’s-Hertogenbosch

Vragen

- Hoe wordt ’s-Hertogenbosch meestal genoemd? (Den Bosch, Oeteldonk)
- Welke lekkernij hoort bij deze stad? (De Bossche bol, Bossche Koekwaus)
- Welke schilder werd hier geboren? (Jheronimus Bosch)
- Kent u het lied over Zoete Lieve Gerritje?

Muziek

- Het leven is goed in het Brabantse land – Oh Sixteen Oh Seven
- Brabant, mijn Brabant – Ad de Laat
- Brabantse nachten zijn lang – Arie Ribbens
- Brabant – Guus Meeuwis

We komen aan in Maastricht

Vragen

- Welke rivier stroomt door Maastricht? (De Maas)
- Hoe heet het beroemde plein? (Het Vrijthof)
- Welke bekende violist geeft hier concerten? (André Rieu)
- At u weleens Limburgse vlaai?

Muziek

- Ode aan Maastricht – Benny Neyman
- Mestreech – Beppie Kraft
- Op ’t Vriethof – Marjo & Johnny Blenco
- Waar in ’t bronsgroen eikenhout – Limburgs volkslied
- Wie sjoen os Limburg is – Sjef Diederen

Via Nijmegen reizen we naar Arnhem

Vragen

- Welke rivier stroomt langs Nijmegen? (De Waal)
- Welk groot wandelevenement begint in Nijmegen? (De Vierdaagse)
- Welke belangrijke gebeurtenis uit de Tweede Wereldoorlog wordt in Arnhem herdacht? (De Slag om Arnhem)
- Heeft u weleens de Vierdaagse gelopen of de intocht gezien?

Muziek

- Nijmegen bij zonsondergang – Frank Boeijen
- Vierdaagse lied – Paul de Graaf
- Airborne March
- Een reisje langs de Rijn – Willy en Willeke Alberti

We eindigen onze reis in Utrecht

Vragen

- Hoe heet de beroemde toren van Utrecht? (De Domtoren)
- Welke bekende Utrechtenaars kent u ? (Wim Sonneveld, Herman van Veen, Anton Geesink, Wesley Sneijder?
- Welk bekend kinderfiguurtje is in Utrecht bedacht? (Nijntje door Dick Bruna)
- Bent u weleens boven op de Dom geweest?

Muziek

- Hilversum III – Herman van Veen
- Utrecht – Maxime
- Utrechtlied – Concordia Crescamus

Afsluitende vraag
Welke plaats vonden jullie het mooist en welk liedje
zouden jullie nog eenmaal willen horen?

Aanvullende gespreksvragen kunnen zijn:

- Waar ging u vroeger in Nederland op vakantie?
- Met welk vervoermiddel reisde u?
- Welke streektaal of welk dialect sprak u thuis?
- Welke Nederlandse artiest hoort bij uw jeugd?

Extra inspiratie

Gebruik naast muziek ook:
• oude ansichtkaarten
• vakantiealbums
• landkaarten
• streekproducten
• foto's van vroeger

Door meerdere zintuigen te combineren worden herinneringen vaak sterker.

Dit is een cadeau van MuziekGeluk

Bij MuziekGeluk geloven wij dat muziek geen luxe is, maar een waardevol onderdeel van persoonsgerichte zorg.

Wil je meer weten over de MuziekGeluk-methodiek of een training volgen?
Scan dan de QR-code of ga naar **www.muziekgeluk.nl**

© Ignar Rip - 2026