

BELEIDSPLAN 2017 e.v. van ZINGEN VOOR JE LEVEN Nijmegen

DOEL VAN DE STICHTING:

In de statuten van de stichting staat het doel als volgt omschreven:

De vereniging heeft ten doel om mensen die direct of indirect met kanker geconfronteerd zijn, zoals patiënten, hun naasten, hulpverleners en andere betrokkenen te laten zingen. Het in verenigingsverband zingen verbindt lotgenoten, draagt bij aan het helingsproces en zorgt daardoor voor een verbetering van de kwaliteit van leven van individuele leden.

Dit doel wordt bereikt door:

1. regelmatig te repeteren onder leiding van een of meer bevoegde dirigent(-en)
2. optredens te verzorgen, waaronder optredens met andere koren van Zingen voor je Leven.

Het is uitdrukkelijk niet het doel om winst te maken.

ad 1. regelmatig te repeteren onder leiding van een of meer bevoegde dirigent(-en). Kanker heeft meestal ingrijpende gevolgen voor de patiënt en voor zijn of haar sociale omgeving. Het Zingen voor je Leven Koor Nijmegen heeft als uitgangspunt dat creatieve expressie helpt bij de verwerking van emoties rond het ziekteproces. Het biedt een uitlaatklep voor gevoelens die soms (nog) niet te verwoorden zijn en kan troost, steun en hernieuwde kracht geven.

Zingen is zo'n uitlaatklep. Je stem durven gebruiken geeft ruimte en soms een gevoel van bevrijding. Het stem geven aan moeilijke gevoelens door middel van het gezongen lied of een enkele klank helpt bij wat je doormaakt. Dit alles samen te beleven met lotgenoten biedt steun, ontspanning, plezier en vaak ook een gevoel van verbondenheid.

Het Zingen voor je Leven Koor Nijmegen kent een ontspannen en warme sfeer. Naast het zingen staan in het eerste deel van de repetitie ook het werken aan ontspanning, stemexpressie en stemvorming centraal. We zingen onze liederen a capella. De pauze tijdens de repetitie en ook de tijd voorafgaande aan de repetitie wordt gebruikt voor persoonlijke contacten.

Op het repertoire staan liederen uit verschillende landen en populaire songs. De koorleden kunnen ook zelf liederen aandragen die op de een of andere manier veel voor hen betekenen.

Het is niet nodig om ervaring te hebben met zingen (in een koor) of met muziek. Iedereen die zich aangetrokken voelt door de doelstelling van het koor is van harte

welkom.

De omvang van het koor mag echter niet ten koste gaan van een gevoel van veiligheid voor de koorleden. Het maximale aantal koorleden is daarom op 40 vastgesteld. Bij meer aanmeldingen zullen wij een wachtlijst aanhouden. Eventueel kan de mogelijkheid van een tweede koor worden onderzocht.

De repetities vinden plaats op donderdagochtend, eens per 14 dagen, van 10.00 – 12.00 uur (inloop vanaf 9.45 uur). Onder leiding van de dirigentes: Frohmut Knie en Anadya Wouters. De repetities vinden plaats in de Centrum de Appel, Groesbeekseweg 428 te Nijmegen.

Ad 2: optredens te verzorgen, waaronder optredens met andere koren van Zingen voor je Leven.

Met onze optredens proberen we enerzijds toe te werken naar nieuwe doelen, maar anderzijds willen we ons ook graag presenteren. Onze optredens zijn voor een groot deel gekoppeld aan activiteiten van andere instanties en verenigingen die ook het verwerken van ernstige en chronische ziekten in haar doelstellingen hebben staan. Hierbij zijn de Borstkanker vereniging te noemen, maar ook de William Yang Foundation, het Marikenhuis, en anderen.

We zijn gelukkigerwijs door onze dirigenten ook verbonden aan de Zingen voor je Leven koren in Arnhem en Ede. Met hen treden we vaak jaarlijks op.

BELEID VOOR 2017 EN VOLGENDE JAREN.

2017 is een bijzonder jaar voor ons koor. Op 12 oktober 2012 is ons koor gestart. We bestaan dit jaar dus 5 jaar en dat willen we vieren.

Op 5 november zal in de Lindenberg te Nijmegen dit feest gevierd worden met een concert, voorafgegaan door een 6-tal workshops die allen in het teken staan van de verwerking van kanker door creatieve expressie. Een motto dat we geleend hebben van de Stichting Kanker in Beeld. Deze stichting onderhoudt een netwerk van koren en heeft ook een netwerk voor schrijven, spelen en beelden. Ze worden daarbij net als wij ondersteund door Prof. dr. Erik J.A. Scherder, hoofd van de afdeling Klinische Neuropsychologie van VU Universiteit. Hij legt in een filmpje, te zien op de website van Kanker in Beeld, o.a. uit, dat de frontale lob het brein helpt om met emoties om te gaan. Daardoor hebben creatieve bezigheden een gunstig effect op spanning, stress en negatieve emoties.

Voor de financiering van onze jubileumactiviteit heeft ROPARUN zich bereid verklaard de kosten te subsidiëren. Het stelt ons in staat om van ons feest een benefietconcert te maken.

Ons beleid voor de komende jaren is verder gericht op:

- Wij willen de drempel voor deelname graag laag houden. De contributie werd vorig jaar verhoogd tot 120 euro, wat niet tot bezwaren van koorleden heeft geleid. De totaal opgebrachte contributie is echter niet voldoende om de kosten van professionele leiding en zaalhuur en de andere benodigdheden voor het koor te dekken. Ieder jaar moeten aanvullende financiën worden gezocht en moeten activiteiten worden georganiseerd om geld in te zamelen. In 2016 zijn we begonnen met het werven van sponsors en donateurs. De activiteiten rond het werven van extra gelden zullen we dit jubileumjaar en de komende jaren intensiveren.
- Het blijven werken aan een goed persoonlijk contact tussen de leden van het koor onderling. De commissie lief en leed is erg actief in het denken aan verjaardagen en bijzondere gebeurtenissen en het benaderen van koorleden die eenmalig of gedurende langere tijd niet aanwezig kunnen zijn tijdens de repetities. Er is daarvoor veelal niet meer nodig dan een telefoontje, een kaartje en soms een lied dat via de mobiele telefoon voor de afwezige wordt gezongen en vooral liefdevolle aandacht.
- Het door middel van activiteiten verbinden van de koorleden. De activiteitencommissie ontwikkelt daartoe ideeën en voert die uit. Deze activiteiten zijn dus niet (in eerste instantie) gericht op het werven van gelden.
- Het op de hoogte houden van iedereen die belangstelling heeft voor de ontwikkelingen binnen ons koor. Daartoe willen we onze website steeds up-to-date houden.

- Het bekend maken van ons koor via de plaatselijke en regionale bladen en andere media.

HET BESTUUR:

Het bestuur bestaat uit de volgende 7 personen:

voorzitter:	Wim Kuipers
secretaris:	Mariska van Dodewaard
penningmeester:	Sietske van der Honing
bestuurslid:	Olga Visser
bestuurslid:	Stef Wierink
bestuurslid:	Mariëtte Deuss
bestuurslid:	Anne Niesen.

De bestuursleden ontvangen geen vergoeding voor hun werkzaamheden.