

BELEIDSPLAN 2019 STICHTING ZINGEN VOOR JE LEVEN KOOR LEIDEN

DOEL VAN DE STICHTING:

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

Het oprichten en in stand houden van een koor onder auspiciën van de Stichting Kanker in Beeld.

Dit doel wordt bereikt door:

- a. *het ondersteunen van lokale initiatieven;*
- b. *het ondersteunen van een koor van (ex)kankerpatiënten en betrokkenen;*
- c. *het organiseren van evenementen en activiteiten en voorts al hetgeen met een en ander rechtstreeks of zijdelings verband houdt of daartoe bevorderlijk kan zijn;*

NB: het is uitdrukkelijk niet het doel om winst te maken.

ad a. Het ondersteunen van lokale initiatieven

Het onderzoeken van de mogelijkheid om nieuwe activiteiten te ontplooien in het kader van Kanker in Beeld. Hierbij kan worden gedacht aan Spelen/ Schrijven/ Dansen voor je Leven en aan activiteiten op het gebied van beeldende kunst. In de eerste plaats doen wij dit door de koorleden jaarlijks een kennismakingsworkshop in één van deze kunstzinnige disciplines aan te bieden.

Andere lokale activiteiten: het koor verzorgt op verzoek van bijvoorbeeld Inloophuis Scarabee of een patiëntenvereniging optredens.

ad b. Het Zingen voor je Leven Koor Leiden

Kanker heeft meestal ingrijpende gevolgen voor de patiënt en voor zijn of haar sociale omgeving. Het Zingen voor je Leven Koor Leiden 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 Leiden kent een ontspannen en warme sfeer. In het grootste gedeelte van het eerste uur van de repetitie werken we aan ontspanning, stemexpressie en stemvorming. Ook zingen we liederen. Na de pauze met koffie en thee worden nog meer liederen gezongen, begeleid op de piano.

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 30 vastgesteld. Bij meer aanmeldingen zullen wij een wachtlijst aanhouden.

De repetities vinden plaats op maandagochtend, eens per 14 dagen, van 10.00 – 12.15 uur (inloop vanaf 9.45 uur). Uitgezonderd de zomervakantie.

Dirigente/stemdocente: Wieke Ubels. Pianobegeleiding: Peter Bontje

Coördinatie: Ida Tan

De repetities vinden tot 1 april 2019 plaats in de Vredeskerk te Leiden, van Vollenhovenkade 24. Over deze locatie zijn we zeer tevreden. Probleem is echter dat sinds 1 januari 2016 een vrij hoog parkeergeld geheven wordt. Ook drukken de kosten van de zaalhuur veel te zwaar op de begroting. Het bestuur heeft een nieuwe locatie gevonden per 1 april 2019. De kapel van het Alrijne ziekenhuis, Houtlaan 55 in Leiden wordt ons kosteloos beschikbaar gesteld. Het bijzondere karakter van ons koor en de maatschappelijke relevantie heeft ons deze kosteloze locatie opgeleverd. Als tegenprestatie overwegen we een optreden van het koor.

Wij willen de drempel voor deelname graag laag houden. De contributie werd in 2017 verhoogd van 100 tot 110 euro, wat niet tot bezwaren van koorleden heeft geleid. In 2019 wordt de contributie niet verhoogd. De totaal opgebrachte contributie is echter niet voldoende om de kosten van professionele leiding en zaalhuur te dekken. Ieder jaar moeten aanvullende fondsen worden gezocht en moeten activiteiten worden georganiseerd om geld in te zamelen, zoals een Scratchdag of een Sing-Inn. Dat laatste hebben we voor het eerst in het najaar van 2018 georganiseerd.

Gevolg gevend aan de wens van de koorleden heet het koor nu:

ZINGEN VOOR JE LEVEN LEIDEN NOYANA

ad c. Het organiseren van evenementen en activiteiten.

Hieronder vallen de volgende activiteiten:

- Activiteiten op het gebied van *creatieve expressie en ontspanning* anders dan het zingen van repertoire, bijvoorbeeld workshops muziek, klank, dans, (Tibetaanse) yoga, adem en ontspanning, dramatische expressie, imaginatie. Het is de bedoeling, dat hier in een belangrijk deel van het eerste uur van de repetitie, aandacht aan geschonken wordt. Ook in 2019 zal in dit kader een workshop worden gepland.
- *Optredens*. Het gezamenlijk optreden kan voor de koorleden een ik-versterkend effect hebben. De koorleden werken met elkaar aan een gezamenlijk doel en geven iets waardevols aan de toehoorders. Daarnaast is het een sociaal en feestelijk gebeuren. Een optreden geeft bekendheid aan het bestaan van het koor, waardoor potentiële leden kunnen worden aangesproken. Gezien de aard van de doelgroep moet steeds zorgvuldig worden beoordeeld of de locatie en het evenement voldoende veiligheid bieden en of het optreden geen belasting vormt voor de koorleden.
- *De Kerstbijeenkomst*. Deze bijeenkomst staat open voor familie, vrienden en belangstellenden en tevens voor onze donateurs. De bijeenkomst heeft het karakter van een open podium voor de koorleden en de leiding van het koor.

Daarnaast worden, ook samen met de gasten, kerstliedjes gezongen.

- Een jaarlijkse Scratchdag of Sing-Inn '*Zingen is Gezond!*' Deze activiteit heeft een drieledig doel: a. het genereren van extra inkomsten, b. de deelnemers te laten genieten van zingen en stemexpressie in een ontspannen sfeer, c. het geven van bekendheid aan het koor en de wijze van werken o.a. via de lokale pers en andere media. De aanwezige Zingen voor je Leven koorleden treden op deze dag indien mogelijk als koor op, d. de donateurs van 'vrienden van Noyana' een muziekactiviteit aan te bieden.
- Sponsorwandeling met verrassingen. In 2015 is ervaring opgedaan met het organiseren van een dergelijk evenement. Het resultaat was zeer positief, zowel wat de beleving van de deelnemers betreft als de opbrengst. Het is de bedoeling om in de toekomst weer een dergelijke activiteit te organiseren, wanneer de financiën van het koor dat noodzakelijk maken.
- Noyana-wandelen, film- en theaterbezoek behoren tot de mogelijkheden. Bij voldoende belangstelling zullen deze activiteiten ook in 2019 aan de koorleden worden aangeboden.
- Vrienden van Noyana. In 2018 zijn we begonnen om vrienden te werven. Dat zijn er inmiddels ruim 20. Het is de bedoeling om deze actie verder uit te breiden in 2019. Vrienden van Noyana ontvangen twee maal per jaar een speciale nieuwsbrief en worden twee maal per jaar voor een muziekactiviteit uitgenodigd. De minimale bijdrage is 12,50 euro per jaar.
- Een afsluitende lunch voor de zomervakantie. Een van de koorleden heeft haar tuin beschikbaar gesteld voor dit jaar.

ACTIVITEITEN TER ONDERSTEUNING VAN HET KOOR:

- Bestuurlijke zaken.
- Fondsenwerving, administratie en beheer.
- Ledenzorg (commissie Lief en Leed).
- Overleg met dirigent en pianobegeleider.
- Tweejaarlijks een schriftelijke vragenlijst aan de koorleden voorleggen, waarin zij hun mening, wensen en ideeën kenbaar kunnen maken m.b.t. de gang van zaken bij het koor.
Terugkoppeling van de resultaten aan het koor.

Dit gebeurt weer in het voorjaar van 2019.

- De Nieuwsbrief. Na iedere repetitie wordt een nieuwsbrief rondgestuurd. Hierin wordt verslag gedaan van wat er in de repetitie heeft plaatsgevonden. Verder worden hierin mededelingen gedaan over actuele zaken die het koor betreffen.
- PR
- Actueel houden van de website.
- Verzorgen van de partituren.
- Contact met Stichting Kanker in Beeld, KBZON, inloophuis Scarabee.
- Organisatie van de jaarlijkse Scratchdag/Sing-Inn en andere sponsoractiviteiten.
- Deelname aan activiteiten, georganiseerd door St. Kanker in Beeld, zoals de regionale korendag voor koorleden en

workshops deskundigheidsbevordering voor de leiding van het koor.

- Contact met zaalbeheerder.

HET BESTUUR:

Het bestuur bestaat uit de volgende personen:

voorzitter:	mevr. I. Tan
secretaris:	mevr. T. van den Boer
penningmeester:	de heer H. de Mooij
plaatsvervangend voorzitter:	mevr. A. Hilderink
bestuurslid:	mevr. R. Parlevliet-van Dam

De bestuursleden ontvangen geen vergoeding voor hun werkzaamheden.

-O-O-O-O-O-O-