

# Geheugenkoor Alkmaar zingen om niet te vergeten

JAARGANG 6

NR. 1 / JULI 2017

## JUBILEUM: IMPRESSIES



## HOE GAAT HET MET HET KOOR?

Voor u ligt alweer een nieuwe Nieuwsbrief. Het eerste half jaar van 2017 is omgevlogen. Het houten jubileum is gevierd, vertrouwde vrijwilligers zijn gegaan, nieuwe vrijwilligers zijn gekomen, dierbare zangers hebben afscheid genomen en andere zangers zijn gekomen. Het koor is dus volop in beweging. En dat is goed. Het maakt dat niets vanzelfsprekend is. Andere mensen hebben eigen wensen, hebben nieuwe ideeën en reageren weer verrassend.

In deze – extra dikke – Nieuwsbrief vindt u naast de vertrouwde items, een uitgebreid verslag van het jubileumfeest. In het Terugblikje van 21 april 2017 kunt u nog meer hierover lezen. In dit Terugblikje staan ook de teksten van de liederen die ter gelegenheid van het jubileum speciaal voor het koor geschreven zijn zoals het jubileumlied van Mieke, het koorlied van Els en het lied dat we cadeau kregen van een collega-dirigent van een Geheugenkoor. Genoemd Terugblikje vindt u op de website [www.geheugenkooralkmaar.nl](http://www.geheugenkooralkmaar.nl). Zo kunt u als trouwe Vriend van het Geheugenkoor meegenieten van deze geweldige feestmiddag.

Ik wens u veel leesplezier!

Groet,  
Marja Ruts



## ZINGT U MET ONS MEE?

### HARALIED

Dit lied is afkomstig van de **Cherokee**, een bevolkingsgroep van inheemse Indianen.

Het is van oorsprong een "cirkelsong" waarbij gedanst wordt.

Het is een rustig lied met veel klinkers 'om je gedachten en je gevoel helder te laten worden'.

Dit lied zingen we in canon en we herhalen het langer achter elkaar.

Terwijl we de A-E-I-A-A-O klanken zingen spreiden we onze armen.

Bij Hey-a-ho doen we met een been een stap naar voren en met diezelfde arm een gebaar alsof we een schild dragen.

Soms gebruiken we de klanken bij het inzingen – en dan heerlijk lang de klinkers zingen; de armen naar buiten brengend. Af en toe doet de piano en/of gitaar mee.

U kunt het lied vinden op de website onder het kopje "luisterfragmenten".

Veel zang plezier!

Gertje en Mieke

The image shows a musical score for the song 'Haralied'. It consists of two staves. The top staff is the vocal line, and the bottom staff is the piano accompaniment. The key signature is one flat (B-flat), and the time signature is 3/4. The score is divided into two parts, labeled '1.' and '2.'. The lyrics are: 'A - e - i - a - a - ho, hey - a - ho, hey - a - ho.' The piano accompaniment features a steady, rhythmic pattern of chords.

### EVEN VOORSTELLEN...

Ik ben Edwin Borst. Vorig jaar na de zomer ben ik gestart bij het Koor als opvolger van Mark, de pianist. Ik kende het koor al omdat mijn moeder, Corrie Borst, er enkele jaren met heel veel plezier heeft gezongen. Als mijn vader of mijn zus Annemiek geen gelegenheid hadden om mijn moeder te brengen, reed ik haar naar Alkmaar. En natuurlijk zong ik dan met haar mee. Ik werd dan altijd getroffen door de goede sfeer, het enthousiasme en muzikaliteit van de vele vrijwilligers en het plezier dat mijn

moeder eraan beleefde. Dat vond ik bijzonder waardevol.

Mijn moeder genoot vooral van de warme sfeer en de aandacht.

Maar moeder was nogal nuchter en op een helder moment heeft ze wel eens gezegd dat ze het toch wat vreemd vond dat al die mensen bij het koor die ze echt helemaal niet kende, zo ontzettend aardig tegen haar deden, alsof ze haar al jaren kenden. Heel vreemd.



Mijn zus Annemiek is later accordeon gaan spelen bij het Koor en kwam altijd met enthousiaste verhalen terug.

Dus...toen het Koor een nieuwe pianist zocht, hoefde ik daar niet heel lang over na te denken. Ik speel verder ook als pianist bij het koor Grenzenloos. Het leukste als vrijwilliger bij het Koor is het plezier dat de zangers eraan beleven. Ik hoop nog vele mooie vrijdagmiddagen mee te maken!

Edwin Borst



## MARGRIET, VRIJWILLIGER VAN HET EERSTE UUR

Vrijwilliger van het Geheugenkoor ben je niet voor even. Dat bewijst Margriet. Zij is sinds het prille begin een dierbaar maatje die het belangrijk vindt om een persoonlijke band met 'haar zanger' op te bouwen. Dat dat goed lukt bewijst bijvoorbeeld het door hemzelf uitgekozen armbandje dat ze van Jos voor haar verjaardag kreeg. Van hem was ze 2,5 jaar maatje. Toen Jos niet meer kon komen moest ze even opnieuw haar draai vinden. Maar na een gesprek met Gertje en fijne begeleiding gaat het weer helemaal goed en is ze nu met veel plezier maatje van Gerrit.

Dit is niet het enige dat ze op de vrijdagmiddagen doet. Margriet is ook 'portier'. Ze ontvangt de zangers bij de voordeur van het wijkcentrum en begeleidt hen naar de zaal. Daarnaast verzorgt ze ook regelmatig het gedicht. Vooral het uitzoeken hiervan vindt ze erg leuk. Ze zorgt ervoor dat het gedicht aansluit bij het thema van de middag, dat het niet te lang en vooral dat het niet te zwaar is. Dat ze dit goed doet bewijst het applaus dat ze altijd oogst.

Het leukste van het koor vindt Margriet de muzikale begeleiding en de verdere begeleiding door Gertje en Mieke. "Ik voel me thuis", benadrukt ze. "Zingen maakt me vrolijk en dat wil ik graag delen met anderen!"

*Margriet*



## ELISABETH VAN VEEN, VRIEND VAN HET GEHEUGENKOOR VAN HET EERSTE UUR.

Elisabeth is goed bevriend met Mieke en Gertje, de oprichters van het Geheugenkoor (samen met Bernadette). Leuk dat zij haar verhaal wil doen in deze Nieuwsbrief. Zo horen we iets meer over het ontstaan van het Koor.

Elisabeth vertelt Mieke al bijna 45 jaar te kennen en Diny, partner van Mieke, 27 jaar. Mieke en Diny, samen de bron van het Geheugenkoor. Zowel Mieke als Diny zijn van jongs af aan bezig met muziek, zang en cabaret. Samen startten zij de praktijk Dommel. In deze praktijk gaven zij cursussen Lichaamswerk, Het ontdekken van je eigen stem, Spelen met je stem en Stemimprovisatie.



*Elisabeth*

Helaas kreeg Diny de ziekte van Alzheimer ...

Zingen, muziek maken, luisteren naar muziek was en is nog steeds een inspiratiebron, de mogelijkheid om samen te zijn en om elkaar te ontmoeten.

Al snel werd duidelijk dat er in Alkmaar en omgeving voor mensen als Diny (thuiswonende dementerenden) geen gelegenheid was om te zingen en muziek te maken. Toen ontstond het idee om zelf een Geheugenkoor te starten.

Na een intensieve periode van voorbereiding en met financiële steun van familie, vrienden, vrijwilligers en een enkele organisatie was het Geheugenkoor in februari 2012 een feit. Al snel bleek hoe groot de behoefte aan een dergelijk koor was. Nu, in 2017, is het koor met Gertje, Mieke, Marja en vele vrijwilligers een enorm succes!

Elisabeth heeft zelf in het verleden ook veel met dans en stemexpressie gedaan. Dit gaf haar veel ruimte en zij kreeg meer zelfvertrouwen. Door de vriendschap met Mieke en Diny is zij nog meer gaan ontdekken wat muziek en zang kunnen doen. Namelijk je met elkaar verbonden voelen, plezier maken, elkaar ontmoeten en stil worden.

Regelmatig vertellen Mieke en Gertje over de belevenissen in het koor. Elisabeth merkt dat ze vaak geraakt worden. En dat het Koor hen ondanks het vele werk, veel energie, vreugde en een voldaan gevoel geeft. Na 5 jaar Geheugenkoor is er een sterke band ontstaan tussen alle zangers en vrijwilligers. Een beetje familie? De jubileumbijeenkomst ervaaarde Elisabeth als een warm bad, een gelegenheid waar iedereen zichzelf mocht zijn. Zij wenst het Koor dan ook toe dat het nog heel lang mag doorgaan met dezelfde inzet en enthousiasme!

## PIANIST VAN HET EERSTE UUR

*RRRRRRRRRRRRRIET!!!* klinkt het bij het namenspel. Gevolgd door een vrolijk deuntje. Jawel, Riet is in de zaal! Verstopt achter de piano, maar goed hoorbaar. En dat is Riet al jaren. Om precies te zijn: al bijna vanaf de start van het Geheugenkoor.

Het spelen lijkt zo vanzelf te gaan. Dat is niet zo. Elke koormiddag vereist een zorgvuldige voorbereiding. Het ene liedje is gemakkelijker dan het andere. Op de moeilijkere stukken studeert Riet toch wel een paar dagen. En dan is daar nog het op muziek zetten zelf. Loek, de gitarist van het koor, heeft hiervoor de juiste apparatuur en maakt de basis. Hij stuurt deze door naar Riet met de vraag wat ze ervan vindt. Nou, daarvoor moet Riet eerst even naar beneden lopen. Want boven staat de computer waarop het bericht van Loek binnenkomt en beneden staat de piano. Ze speelt de voorgestelde muziek en gaat weer naar boven om te reageren. Dan geeft Loek weer zijn visie op haar voorstel, waarna Riet weer naar beneden gaat om dat te spelen. Zo gaat ze wel eens acht keer heen en weer. Net een pingpongspel! Een mooi spel. Samenspel.

Wat vindt Riet het leukste aan het pianospelen bij het Geheugenkoor? Dat is geen moeilijke vraag: De dankbaarheid van de zangers en de sfeer.



*Riet*

Op de vraag wat ze het koor wenst, antwoordt ze "Dat het koor nog een lang leven heeft." - En als ik dan na al haar positieve verhalen vraag waarom ze in juli wil stoppen met het koor, geeft ze toe dit besluit met gemengde gevoelens te hebben genomen. Ze wil echter van alle verplichtingen af. "Maar", voegt ze er snel aan toe, "ik blijf wel beschikbaar als invaller hoor!"

Marja Ruts





Peter en José

## PETER EN JOSÉ

Op de vraag wat hij het leukste vindt aan het Geheugenkoor hoeft Peter niet na te denken. De gezelligheid! José, zijn maatje, sluit zich daar direct bij aan. Als voorbeeld geven zij de grandioze entree van Peter tijdens de laatste koormiddag. De taxi was te laat en het koor was al begonnen. Tegenover de deur, dus precies aan de andere kant van de zaal, was een plaats voor Peter vrijgehouden. Toen Peter in zijn rolstoel daarheen reed, zong iedereen hem enthousiast toe en werd hij vrolijk toegewuifd. Ja, dan voel je je welkom!

Bladerend door fotoboeken vertelt Peter zijn levensverhaal. Zijn zus en zes broers moest hij al vroeg missen. Zijn vader overleed in de oorlog en zijn moeder snel na de oorlog. De kinderen werden verspreid bij familie ondergebracht. Toen hij oud genoeg was trad hij toe tot de Congregatie Broeders van Lieve Vrouw van Zeven Smarten. Hij heette toen broeder Giovanni. Daar werkte hij met zoals dat toen genoemd werd moeilijk opvoedbare kinderen. Zoals hij zelf zegt hartstikke leuk werk. In zijn jeugd zong hij in de kerk al Gregoriaans. In het klooster ging hij hiermee door. En fijn voor ons, hij doet het nu voor het Geheugenkoor.

En dan weet Peter ook wat hij bij het koor mist. Een paar krachtige mannenstemmen. Vroeger kwam hij met Gab, vrijwilliger van Westerverenne. Gab had zo'n mooie, diepe stem. Maar Gab werd opa en zorgt nu op vrijdag voor zijn kleindochter. José nam zijn taak over en haalt Peter nu elke vrijdag op. Zij vertelt in eerste instantie plannen te hebben gehad om zelf een Geheugenkoor te starten. Daarom kwam ze een keer in Alkmaar kijken. Maar kijken werd blijven. Ze waardeert vooral de saamhorigheid en de zorg die aan het programma en alles eromheen besteed wordt.

Voor beiden is het Geheugenkoor zoals in het Koorlied\* bezongen wordt:

*Dan denk ik telkens weer  
Wat fijn wat fijn dat wij weer zingen gaan  
Zo kan ik er weer tegen aan*

Marja Ruts

Zie [www.geheugenkooralkmaar.nl](http://www.geheugenkooralkmaar.nl), Terugblikje 21 april 2017

## AAN EN OVER DE VRIJWILLIGERS

Het jubileum was een prachtig feest voor ieder: de zangers, de vrijwilligers, de mantelzorgers en de genodigden.

Wat ons wederom opviel is, wat een prachtig team van vrijwilligers we hebben – of beter gezegd- we zijn.

Het is zo mooi om te zien hoe we samen het koor dragen en hoe ieder op haar of zijn wijze daar een steentje toe bijdraagt. Om maar eens te noemen: de zangers worden aan de deur verwelkomt en naar de zaal gebracht; de zaal is versierd met bloemen of decorstukken; de muziek is ingestudeerd – zelfs onder de borrel waren er heerlijke muzikale bijdragen; zelfgemaakte liedjes over het koor en het jubileum werden gezongen; een gedicht werd voorgelezen; koffie en thee werd rondgedeeld met de heerlijk eigen baksels; het programmaboekje was prachtig; de gasten zijn in de zaal ernaast ontvangen; ieder kreeg een bloemetje mee en ook het opruimen liep op rolletjes. En vast nog zaken die we hier niet genoemd hebben en die toch gebeurd zijn.

Het is heerlijk om dit mee te maken! Dank iedereen voor de inzet. En ook door het jaar heen – de allerbelangrijkste taak: zangmaatje zijn van onze zangers.

Wat een prachtig koor voor iedereen en waar we met elkaar een heerlijke sfeer ervaren.

Gertje en Mieke

## EEN WOORD VAN HET BESTUUR

Wat een geweldig jubileumfeest hebben we gehad! Als medebestuurleden van de stichting zijn we heel blij dat zoveel zangers, vrijwilligers en genodigden dit wilden meemaken.

Als genodigden mochten we verwelkomen de wethouder van Welzijn van de gemeente Alkmaar, vertegenwoordigers van Geriant en Humanitas, een collega-dirigent van het Geheugenkoor uit Haarlem en natuurlijk de oud-vrijwilligers en partners van vroegere zangers van het koor.

Samen ervoeren we hoe heerlijk het is om samen te zingen, te luisteren naar sololiedjes en naar de voordracht van een gedicht. Ook voor de genodigden was het een zichtbaar plezier.

De (muzikale) begeleiding door Mieke, Gertje, Annemiek, Riet, Edwin en Loek maakte het samenzijn tot een bruisend geheel. Het was echt een feestelijke bijeenkomst waar natuurlijk de taart van Marja niet ontbrak.

Als bestuur van de stichting willen wij hierbij onze subsidiegevers van dit jaar zoals de gemeente Alkmaar en het Bavo Fonds hartelijk danken voor hun gulle bijdrage. Zonder hun financiële steun zou ons Geheugenkoor niet kunnen bestaan.

Namens het bestuur  
Gerard Eggerding en Evert van Kessel

## VRIEND VAN HET GEHEUGENKOOR

Vriend van het Geheugenkoor wordt u door het storten van 10 euro per jaar (meer mag natuurlijk ook) op ibannr.: NL94 INGB 0007279827, ten name van Stichting Geheugenkoor Alkmaar.

U ontvangt dan de Nieuwsbrief tweemaal per jaar per mail (eventueel per post).

Vergeet dus niet bij storting een emailadres of huisadres te vermelden.

## VRIENDEN VAN HET GEHEUGENKOOR

Bedrijven en ondernemingen kunnen **Zakelijk Vriend van het Geheugenkoor** worden. Dit kan door 50 euro per jaar (of meer) te storten op bovenstaande rekening o.v.v. Zakelijk Vriend Geheugenkoor en uw mailadres. Ook u ontvangt dan tweemaal per jaar de Nieuwsbrief en wij vermelden uw bedrijfsnaam in de Nieuwsbrief.

### Colofon Stichting Geheugenkoor Alkmaar

**Website:** [www.geheugenkooralkmaar.nl](http://www.geheugenkooralkmaar.nl)

**Email:** [geheugenkooralkmaar@gmail.com](mailto:geheugenkooralkmaar@gmail.com)

**Contactpersonen:** Marja Ruts (072-7430134) en Mieke Korteweg (072-5154196)

*Deze Nieuwsbrief is geschreven door en onder redactie van Marja Ruts. Françoise Pottier verzorgde de vormgeving.*