

15 OKT. 2018

Rapport Lungekorsstævne 2018

1) Forberedelsen

Alle aftaler om lokaler, servering, busser, oplægsholdere og korledere var på plads i god tid, således at hele opmærksomheden kunne rettes mod at optimere indholdet og at sikre at så mange som muligt fik tilbuddet om at være med.

Vi valgte at lade korlederne arbejde sammen via mail og Facebook om at planlægge selve programmet uden at vi fra administrationens side blandede os i det andet end at lægge de overordnede rammer. Dette viste sig at være en rigtig god beslutning – programmet hang sammen både tidsmæssigt og indholdsmæssigt, og ikke mindst kunne man på selve arrangementet mærke at korlederne følte et fælles ejerskab til hele arrangementet, ikke bare deres eget lille hjørne af det.

2) Promovering og deltagerrekruttering

Vi brugte listen over lungekor på Lungeforeningens hjemmeside til at rette telefonisk kontakt til de kor, vi kunne få fat i. Nogle af dem kunne ikke træffes telefonisk, andre takkede nej til deltagelse allerede i telefonen, men lang de fleste sagde ja tak til at få sendt vores folder med invitation til arrangementet.

Ud af et samlet oplag på 500 eksemplarer af folderen blev 225 distribueret til aftenskolerne.dk's egne lungekor, 275 til lungekor i andet regi.

En overgang så det, på grundlag af telefonsamtalerne med de forskellige kor, ud til at antallet af deltagere kunne komme til at sprænge rammerne for arrangementet, men i sidste ende var der et par af de kor, der havde talt om stor interesse, der enten slet ikke tilmeldte nogen eller kun meget få. Vi endte på denne måde med 89 deltagere repræsenterende 15 forskellige kor:

København
Odense
Bogense
Middelfart
Fredericia
Kolding
Vejen
Horsens
Ry
Randers (to kor)
Herning
Viborg
Aalborg
Frederikshavn

Korlederne for de tilmeldte kor var inviteret med uden betaling, så det samlede deltagerantal blev 101.

3) Afviklingen

En enkelt af busserne kom frem lidt senere end aftalt, og der er nogle detaljer, der skal justeres med hotellet til en anden gang, men bortset fra disse småting forløb arrangementet i overensstemmelse med planlægningen.

Deltagerne satte stor pris på den t-shirt, de fik udleveret ved ankomsten, og vi ved, at flere allerede har aftalt at bære den ved fremtidige samlinger af koret.

Programmet var planlagt, så deltagerne var inddelt i fire hold, der hver havde fast tilholdssted i en af de fire sale, vi havde til rådighed. Holdene havde pauser på skift, og to gange var de slået sammen to og to til åndedrætsøvelser. Der var på denne måde tilstrækkelig med luft og fleksibilitet i tidsplanen til at ingen følte sig pressede eller stressede, hverken deltagere eller korledere.

Lægen Thomas Ringbæk, og Lungeforeningens repræsentant Heidi Hoelgaard Sunesen havde hver fået stillet et hjørne af foyeren til rådighed, hvor vi havde gjort plads til at de hver kunne have ca. 15 tilhørere omkring sig, men på nogle tidspunkter i løbet af eftermiddagen var der så stor søgning, at vi måtte sætte ekstra stole hen til begge steder. Ideen med at lade deltagerne gå til og fra, og tale uformelt med de to i stedet for et egentligt oplæg i en sal fungerede helt efter hensigten, og det er vores indtryk at deltagerne satte pris på muligheden for at komme i en direkte dialog.

Det at den praktiske servicering af arrangementet var lagt i hænderne på professionelle i form af hotellet, samtidig med at korlederne stod for hele den indholdsmæssige afvikling, frigjorde repræsentanterne for aftenskolerne.dk til at indtage en egentlig værtsrolle, hvor vi cirkulerede rundt og lyttede til kommentarer og besvarede spørgsmål fra deltagerne.

Måltiderne, især aftensmaden fungerede som katalysator for samtaler på tværs af de tilstedeværende kor og udgjorde på den måde en væsentlig del af arrangementets sociale element.

4) Opfølgning

Vi havde på forhånd besluttet at holde fast i, at stævnet skal være en fast tilbagevendende begivenhed første lørdag i oktober, og hotellet er booket til 5/10 2019. Tilbagemeldingerne fra deltagerne lyder på, at de alle vil tage tilbage til deres respektive kor og gøre en indsats for at endnu flere deltager næste år.

Vi har besluttet, at vi næste år vil lade først-til-mølle-princippet gælde for tilmeldinger, således at vi gør en endnu større indsats for at sprede invitationerne ud så bredt som muligt, og så lukker for tilmelding efterhånden som der bliver fyldt op i de enkelte busser. Vi holder stadig fast i fire busruter til arrangementet, og én bus fra hver destination.

Vi har selv optaget en del videosekvenser på arrangementet. Planen er at bruge lyden fra disse som baggrund for et slideshow med stillbilleder, som kan bruges (f.eks. på Facebook) til at fortælle både om det konkrete arrangement og om, hvad lungekor generelt er og kan gøre for deltagerne.

Odense den 8. oktober

Vi var 8 medlemmer, fra kolkoret "Kolorit" i Odense, med til et helt fantastisk arrangement på Park Hotel i Middelfart.

Der var arrangeret 4 busser der samlede kolkor op fra hele landet, en fra alle 4 verdenshjørner. Vi var 4 fra Odense koret der valgte at køre med bussen, de 4 andre have valgt at køre selv. Vi kom med den bus der kom fra Øst, og vi var dårligt kommet ind i bussen, før vi var med i den fællessang der var i bussen.

Da vi kom til hotellet, blev vi budt velkomme og fik udleveret en flot T-shirt og et sanghætte, hvor der og var en stævneplan. Det var rigtigt spændende at blive samlet alle deltager, omkring 90, og starte på en fællessang, det var helt utroligt at være med til.

Så var det tid til frokost, og det var en dejlig oplevelse med fisk, lune retter, ost med mere. Her blev vi også opdelt i 4 hold og fik tildelt et lokale.

De 6 fantastiske og belevne korleder: Anne Kristine, Anne-Mette, Gertrud, Marianne, Ulla og Henrik var så på skift inde ved de enkelte hold. Det var en stor oplevelse at mærke den store forskel, der kan være på den måde de enkelte korleder underviser på.

Der var også indlagt pauser; her kunne man få sodavand, vand, kaffe, te og kage. Man kunne få kontakt med en lungelæge, eller med en fra Lungeforeningen.

Så kom det stor øjeblik hvor alle deltager igen blev samlet, og vi skulle opsummere det vi have arbejdet med i løbet af dagen til en helhed. Det var en stor oplevelse, eventyrligt. I løbet af dagen havde der også været tid til at mindes Kim Larsen med at par af hans sange.

Dagen slutte med et dejligt aftensmåltid og så hjem med busserne hvor vi trods en anstrengende dag have kræfter til endnu et par strofe.

Alt i alt en hel fantastisk dag. Herfra skal der lyde en stor tak til alle de virksomheder, foreningen og andre der givet tilskud til denne dag. Der skal også lyde en stor tak de mange personer, der har været med til at give os en god dag.

NB Lungekorsstævnet lørdag den 5.oktober 2019 er skrevet ind i kalenderen.

Hans Erik

Regnskab for Lungekorsstævne 2018

1. Forudsætninger

Deltagerantal:	101	Inklusive korledere mv.
Deltagerbetaling:	275	

2. Egne personaleudgifter

Emne	Antal	à pris	Total
Løn forberedelse/planlægning	120	270,00	32.400
Grafisk opsætning folder m.m.	12	270,00	3.240
Løn 3 tovholdere under stævnet	24	270,00	6.480
Løn undervisere	35	315,00	11.025
Total			53.145

3. Faste udgifter

Emne	Antal	à pris	Total
Lokaleleje Park Hotel	1	41.700,00	41.700
Honorar forsker/læge	1	8.000,00	8.000
Bus Valby-Middelfart	1	11.250,00	11.250
Bus Viborg-Middelfart	1	10.000,00	10.000
Bus Fr.ghavn-Middelfart	1	11.750,00	11.750
Bus Vejen-Middelfart	1	6.000,00	6.000
Print af foldere	500	9,50	4.750
Porto	20	44,00	880
Leje af klaverer	0	1.200,00	0
Roll-ups	4	750,00	3.000
Anden udsmykning			0
Total			97.330

3. Variable udgifter

Emne	Antal	à pris	Total
Dagspakke bespisning	101	322,50	32.573
T-shirts til deltagerne	120	68,50	8.220
Total			40.793

Udgifter total 191.268

4. indtægter

Emne	Antal	à pris	Total
Deltagerbetaling	89	275,00	24.475
Bevilling DOF Udviklingspulje	1	10.000,00	35.000
Bevilling Spar Nord Fonden	1	70.000,00	70.000
Bevilling Nordea Fonden	1	20.000,00	20.000
Egenfinansiering aftenskolerne.dk	1	41.792,50	41.793
Total			191.268

Stævneplan

tid	Sal 1	Sal 2	Sal 3	Sal 4
11-45-50	fællessang ved Ulla			
13-13:15	PLENUM: opvarmning ved Marianne			
13:20-14	Gertrud Hold 1	Henrik Hold 2	Anne Kirstine Hold 3	
14-14:30	Anne-Mette Hold 1 og Hold 2	<i>Hold 2 i sal 1</i>	Henrik Hold 3	Anne Kirstine Hold 4
14:30-15		Gertrud Hold 2	Anne-Mette Hold 3 og Hold 4	<i>Hold 4 i sal 3</i>
15:10-15:55	Henrik Hold 1	Anne Kirstine Hold 2		Gertrud Hold 4
16:10-16:50	Anne Kirstine Hold 1		Gertrud Hold 3	Henrik Hold 4
17-17:50	PLENUM			

Tidspunkt:

Lørdag d. 6/10 kl. 11:30-19:00

Sted:

Hotel Park, Viaduktvej 28, 5500 Middelfart

Pris:

275,-

Tilmelding foregår via dit eget lungekor. Sidste frist 27/9

Der kører busser fra:

Frederikshavn (med opsamling langs E45)

Vejen (Med opsamling i Kolding)

København (med opsamling langs E20)

Viborg (med opsamling i Herning)

Nøjagtige tidspunkter og opsamlingssteder oplyses direkte til deltagerne, når vi har alle tilmeldinger.

Bustransport og forplejning hele dagen er inkluderet i deltagerprisen.

Der er kaffe og vand i bussen undervejs.

Ved ankomsten serveres frokostbuffet og der er aftensmad (buffet), inden det atter går hjemad.

Lungekorstævne i Middelfart 2018



Program:

Allerede fra det øjeblik, du sætter dig ind i bussen, sker der noget. I hver af busserne vil der være en eller flere korledere, der sørger for at turen ikke bliver kedelig. Om du vil deltage i de indlagte øvelser, sange og aktiviteter eller hellere sidde og slappe af, er naturligvis helt op til dig selv.



Det handler om at synge:

Vores korledere forbereder hver et indslag, der viser det bedste/mest originale, de har at byde på. Det kan være en særlig øvelse, en særlig sang eller en særlig måde at få deltagerne i den rette stemning – det er helt op til hver enkelt underviser. Vi tanker energi og inspiration til nye vinkler på det at synge i lungekor. Vi samler alle deltagere til Danmarks største lungekor og synger et par sange sammen.

Lægens hjørne:

Overlæge Thomas Ringbæk fortæller den nyeste viden om, hvad der virker i forhold til lungepatienter. Spændende og nyttig viden, fortalt jordnært og medrivende.

Veje til en bedre dagligdag:

Anne-Mette Strandgaard har længere tids erfaring med lungekor end de fleste, og deler ud af den opsamlede viden. Inspirerende og interaktiv workshop, hvor du får nye tips til vejtrækningsteknikker og andre veje til en bedre dagligdag.

Mød Lungeforeningen:

Frivilligkoordinator Heidi Hoelgaard Sunesen sidder klar til både at fortælle om foreningens aktiviteter og lytte til jeres forslag til, hvad en moderne patientforening skal kunne.



Caféområde:

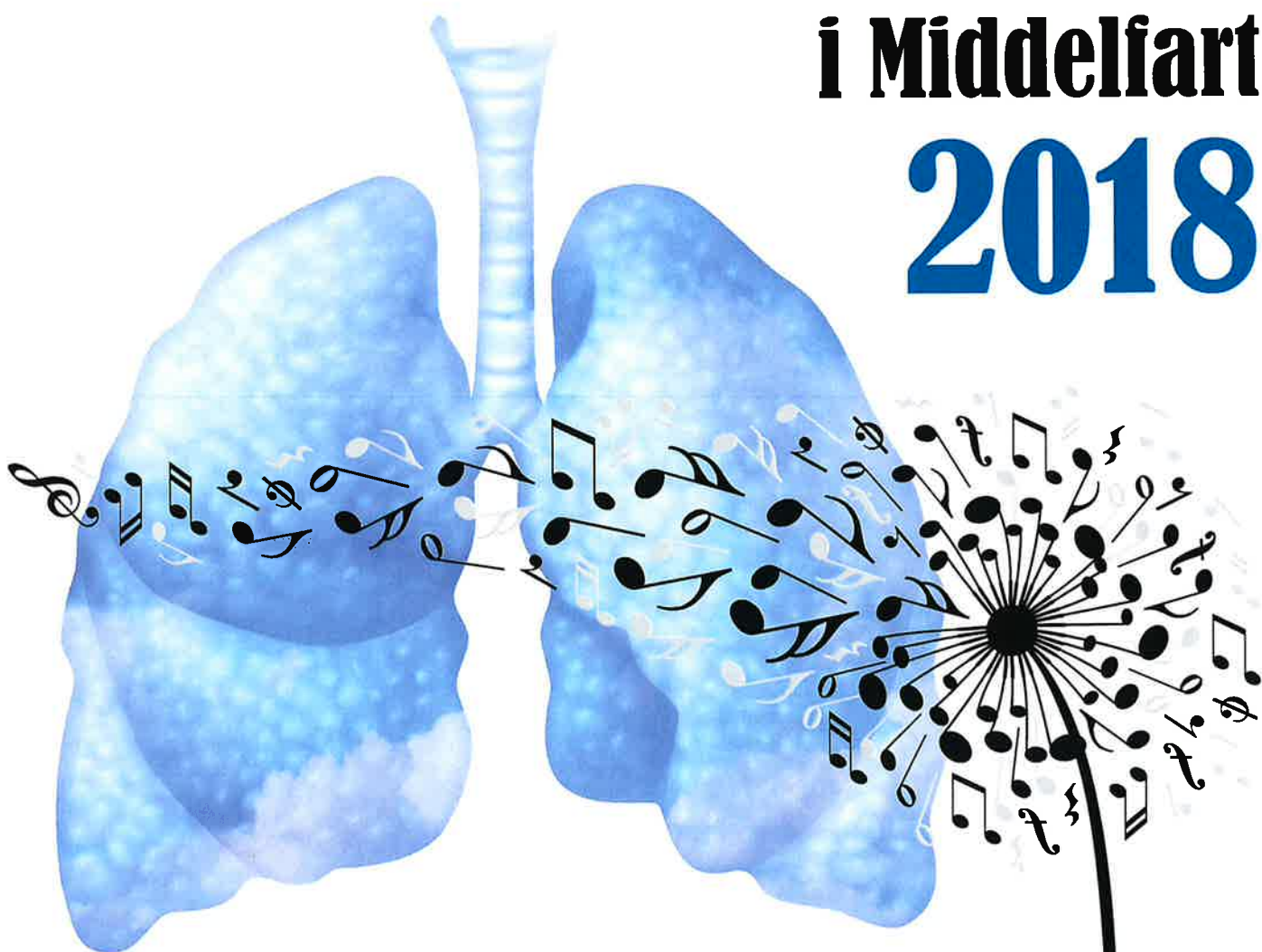
Når du får brug for en pause og eventuelt en kop kaffe, et stykke kage eller frugt, er der altid plads ved et af bordene i caféområdet. Det er også her, du kan møde repræsentanter for arrangørerne og stille spørgsmål til, hvilke planer der er for fremtidige aktiviteter.

Sanghæfte

Lungekorsstævne

i Middelfart

2018



**NORDEA
FONDEN**
Vi støtter gode liv

Lungeforeningen 

Sensommervise

1) Æbler lyser rødt på træernes grene,
høsten går ind.
Går igennem skoven ganske alene,
stille i sind.

*Gyldne farver og sensommerbrise
fylder hjertet med vemodig musik
- går og nynner en sensommervise
fjernt fra byens larmende trafik.

2) Sommerbrisen danner krusning på søen,
mystisk og sort.
Stæreflokke svæver højt over øen,
snart ta'r de bort.

*Gyldne farver og sensommerbrise
fylder hjertet med vemodig musik
- går og nynner en sensommervise
fjernt fra byens larmende trafik.

3) Duft af brænderøg blandt brunlige bregner,
blåsorte bær.
Stille summen mellem blade, som blegner
aftnen er nær.

*Gyldne farver og sensommerbrise
fylder hjertet med vemodig musik
- går og nynner en sensommervise
fjernt fra byens larmende trafik.

4) Modne rønnebær bag dyb grønne grene,
rødt titter frem.
Går igennem skoven ganske alene,
nu må jeg hjem!

*Gyldne farver og sensommerbrise
fylder hjertet med vemodig musik
- går og nynner en sensommervise
fjernt fra byens larmende trafik.

Kanons – til EVT.

1) EFTERÅRSJAZZ
1 Efterår er på vej, det sjipper og det
2 Si'r sjap - på vor vej
3 Sjip – sjap – sjip - sjap, det si'r

2) DENNE SANG
Denne sang den er ikke lang –
La la.....

3) DANMARKSKANON
Danmark er et udstrakt land
Fordelt på mange øer
Mellem dem er meget vand
Og på dem ligger søer
Spredte øer titter frem
Som tuer i en vandmark
Samles kan de kun af dem
Der synger en sang om Danmark

Joanna

(Kim Larsen)

1) Ta' mig med til dit drømmeland
der hvor man ka' drømme
Og ta' mig med ud i verdens larm
der hvor man ka' larme

Ta' mig med til Joanna
ta' mig med - ta' mig med
ta' mig med
Hvis det er der hvor man
ikke bare skal passe sig selv

2) Ta' mig ud på det store hav
der hvor man ka' svømme
Og ta' mig op i den tynde luft
der hvor man ka' svæve

Ta' mig med til Joanna
ta' mig med - ta' mig med
ta' mig med
Hvis det er der hvor man
ikke bare skal passe sig selv

3) Ta' mig ud i den grønne skov
der hvor man ka' spire
Og ta' mig med ind til storbyens jag
der hvor man ka' jage

Ta' mig med til Joanna
ta' mig med - ta' mig med
ta' mig med
Hvis det er der hvor man
ikke bare skal passe sig selv

JUTLANDIA

(Kim Larsen)

1) Det var i nittenniogfyrre eller cirka der omkring
da der var krig i Korea
skibet hed Jutlandia og det kom vidt omkring
for der var krig i Korea
udstyret fra kælder til sal
som et flydende hospital.

Hej-Ho for Jutlandia
hun kommer som kaldet til slaget
hjemme er jægeren hjemvendt fra jagt
og sømanden hjemvendt fra havet

2) Når drengene de skal i krig sejler kvinderne
forbi
på de røde-kors-malede skibe
og Lili Marleen synger, Auf Wiederseh'n
når de falder på stribet
kanonerne spiller første violin
c'mon soldier - syng med på melodien.

Hej-Ho for Jutlandia
hun kommer som kaldet til slaget
hjemme er jægeren hjemvendt fra jagt
og sømanden hjemvendt fra havet.

3) Hun sejler gennem natten med alle sine børn
levende og døde
hvid som en jomfru og tapper som en ørn
går hun krigen i møde
sygeplejerske på seksten år
tilser soldaternes sår.

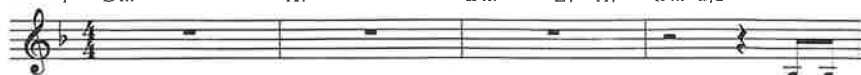
Hej-Ho for Jutlandia
hun kommer som kaldet til slaget
hjemme er jægeren hjemvendt fra jagt
og sømanden hjemvendt fra havet.

344 Bakterie Rumba

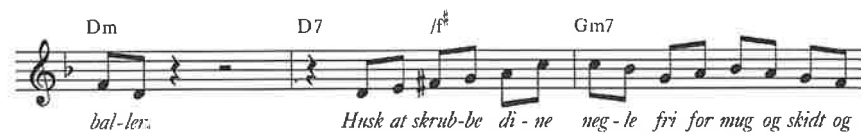
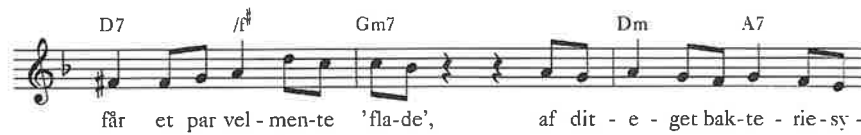
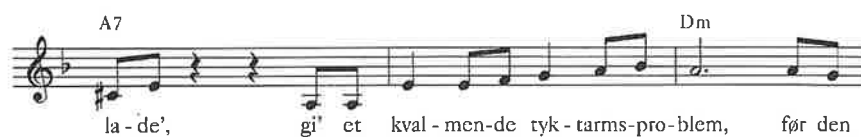
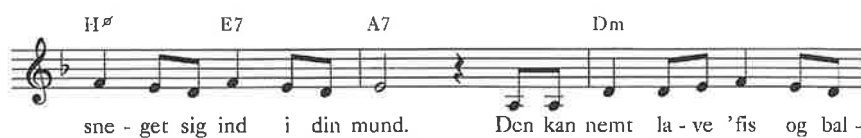
Musik og tekst:
Anders Jørgensen

Intro Rumba

Mellemspil Dm A7 Dm E7 A7 Dm G/a



1. Der kan



344 Bakterie Rumba

1. Det kan ske når du rejser på ferie,
at din mave slår knuder på grund
af en fræk lille fremmed bakterie,
som har sneget sig ind i din mund.
Den kan nemt lave 'fis og ballade',
gi' et kvalmende tyktarmsproblem,
før den får et par velmente 'flade',
af dit eget bakterie-system.

Husk at vaske dine naller,

hvis de strejfer dine baller.

Husk at skrubbe dine negle

fri for mug og skidt og snegle

og en masse andet møg.

Skyl for pokker dine hænder,

hvis du rør ved et gelænder,

for du kan jo ikke vide,

om en fnattet lille mide

gik en tur, eller fler' ... lige dér... FØJ!

2. Det er vigtigt med god hygiejne,
snu en håndvask og oplev hvordan,
streptokokker og virus må blegne,
når de møder lidt sæbe og vand.
Lad det ikke kun blive ved snakken,
giv de kryb en gang tæsk og sig 'stop!'
De kan holde den fest i kloakken,
som de ville ha holdt i din krop.

Husk at vaske dine naller ...

Tekst: Anders Jacobsen

Du kom med alt, SAB

arr. HMJ

SOPRANO
ALTO



TENOR
BASS



1. Du kom med alt det der var dig ogspræng-te hver en spær-ret vej og

5



hvil-ket for-år blev det! Det år, da alt blev stærkt og klart og

9



vildt og fyldt med tå-bruds - fart og al-ting råk-te: lev det!

(Jeg stormed' ud og købte øl
ja, vintrens gamle, stive føl)
fór ud på grønne enge
og du blev varm og lys og fuld
(og håret var) det pure guld
som solen – skjult for længe

(At livet det er livet værd
på trods af tvivl og stor besvær)
på trods af det, der smerter,
og kærligheden er og bli'r
Og (hvad end hele) verden si'r
Så har den vore hjerter

Skoven er så underfuld

1 Skoven er så underfuld

af dis og sæere dampe.

Se min kurv er også fuld

af efterårets svampe.

La la la la la,

La la la la la.

Se min kurv er også fuld

af efterårets svampe.

2 Alle fugle rejser bort

derhen, hvor tanken ender.

Jeg har gemt et vingesus

imellem mine hænder.

La la la la la,

La la la la la.

Jeg har gemt et vingesus

imellem mine hænder.

3 Jeg har tømt min rigdom ud

og sætter mig og tæller

fuglefløjt og troldedrøm

og gule kantareller.

La la la la la,

La la la la la.

Fuglefløjt og troldedrøm

og gule kantareller.