



Staand van links naar rechts: Marianne, Liesbeth, Else, Marja, Ellen, Don, Paula, Karin, Tosca.
Zittend van links naar rechts: Riet, Anke, Maaïke, Henrieke, José.

‘Door te zingen voel je dat je leeft’

TEKST: SARAH SAARBERG | FOTO: ELS ZWEERINK

Zingen voor je leven Eindhoven is een van de inmiddels dertig koren die deel uitmaken van de landelijke stichting Kanker in Beeld. Deze stichting stimuleert creatieve expressie bij mensen die met de ziekte te maken hebben. Andere pijlers zijn bijvoorbeeld beelden (beeldende kunst maken) en spelen (improvisatietheater), maar zingen is de grootste. Coördinator Maaïke de Graaff kwam terecht bij het Eindhovense koor, omdat haar partner met kanker te maken kreeg en zij mantelzorger werd. Ze zag haar partner in een compleet andere stemming en vooral veel levendiger thuiskomen van de koorochtenden. Het koor is ook bestemd voor nabestaanden, mantelzorgers of voor mensen die

van nabij met kanker te maken hebben. En dan blijkt zingen een geweldige ontspanning te bieden en sterk verbindend te werken. Met een heel gevarieerd repertoire, een enthousiaste dirigent en vooral de saamhorigheid en herkenning ervaren alle koorleden hun club als een warm bad. “Het fijne is dat je niks hoeft uit te leggen. Wil je even zitten, dan kan dat. Iedereen heeft begrip voor de ander; je kunt zijn wie je bent. Er is ruimte voor een lach en een traan, maar de praktijk toont aan dat er vooral heel veel gelachen wordt. Dat ontstaat gewoon vanzelf”, vertelt Maaïke. “We zingen, maar doen ook aan stemexpressie met ademhalings-, lichaams- en stemoefeningen. Het is heerlijk om met je stem aan de slag te gaan. Dat geeft energie en kan heel bevrijdend zijn. Door te zingen voel je dat je leeft.” ●