



## Kerstfeest

Als leden van het Hervormd Kerkkoor 's-Gravendeel moesten we al vroeg ons bed uit. Het koor verleende onder leiding van Ronald Threels zijn medewerking aan de kerstmorgendienst in de Hervormde kerk van 's-Gravendeel. Om half negen moesten we op onze plaatsen zitten. Het duurde wel even voordat iedereen zijn plaats gevonden had. Na wat inzingoefeningen gingen we de geleerde liederen, met hier en daar nog wat aanwijzingen van de dirigent, repeteren. Aan het orgel zat onze vaste organist Joël Terdu en met drie gasttrompettisten. Om ongeveer kwart over negen kwamen de eerste kerkgangers. Om ongeveer kwart voor tien begon de dienst met koor- en samenzang. Het koor begon met het lied "Heerlijk klonk het lied der engelen", vervolgens samenzang met "Er is een roos ontloken", koorzang "Gloria sei dir gesungen" en samenzang "Hoor de engelen zingen d'eer". Na het woord van welkom was er samenzang "Wees welkom Immanuël", vers 1. Na stil gebed, votum en groet was de samenzang zong de gemeente de verzen 2 en 3 van "Wees welkom Immanuël". Dit werd gevolgd door het lied "Rejoice". Na gebed volgde de schriftlezing uit Mattheus 1: 1-6 en 17-25. We zongen samen met de gemeente "Ik kniel aan uwe kribbe neer". Dan de verkondiging naar aanleiding van het thema "Beloofd is beloofd". Na de preek kwamen de kinderen van de zondagsschool in de kerk en presenteerden hun kerstproject. De gemeente zong met de zondagsschoolkinderen het kerstprojectlied en "Stille nacht". Met de gemeente zongen we "Komt allen tezamen". Na het dankgebed zong het koor "Halleluja" uit de Messias. Dit werd met een luid applaus beantwoord, een teken dat ons optreden in deze dienst is gewaardeerd. Tot slot werd het "Ere zij God" gezongen met koor, gemeente, orgel en trompetten. Ik vond het heel mooi klinken.

*Ad Rombout*

## Impressie van de jaarvergadering

Het was weer tijd voor de jaarlijkse ledenvergadering, een evenement waar we als koor best wel naar uitkijken. We werden gezellig ontvangen met een kopje koffie of thee en een plakje cake. Onze Truus zat al klaar met de lootjes, want er worden tijdens deze vergadering altijd veel prijzen weggegeven. Ook werden de paperassen uitgedeeld en kregen we de activiteitenkalender uitgereikt, waar we allemaal reikhalzend naar uit hebben gekeken.

Onze voorzitter Piet opende de vergadering waarna we overgingen tot het officiële gedeelte van o.a. het jaarverslag over 2016. Helaas was het verslag dit jaar een stuk negatiever dan we gewend zijn en dat heeft voor een groot deel te maken met het feit dat we erg terug gezakt zijn met het ledenaantal.

Daarna hebben we met elkaar besproken dat we erg blij zijn met onze dirigent, hoewel sommigen het erg eng vinden te weten wat de dirigent gaat doen met de uitslag van de zangtest die we met het grootste deel van het koor hebben ondergaan.

## Staccato

•  
**Maandag 10 april 2017:** 19.30 uur medewerking interkerkelijke bijeenkomst in de Hervormde kerk 's-Gravendeel i.v.m. de lijdensweek; kleding heren: zwart met rode strik en rode pochet; dames: eigen zwarte kleding (broek of rok), zo nodig met zwarte panty's, geen shawl. Nadere mededelingen volgen. Aansluitend gewone koorpetitie in Ons Centrum

•  
**Maandag 24 april 2017:** 20.00 uur open repetitie

•  
**Maandag 5 juni 2017:** deadline inleveren kopij Nieuwsflits, geplande verschijningsdatum 12 juni 2017

•  
**Aanvulling activiteitenlijst 2017:** maandag 25 december (1<sup>e</sup> Kerstdag) medewerking morgendienst in de Hervormde kerk 's-Gravendeel

•  
**Ledenlijst**  
geen mutaties sinds het uitreiken van de lijst op 6 februari jl.

Toen werd het tijd voor een liedje want we hadden twee jubilarissen Marie Mol en Mentje Burgler die allebei al 25 jaar bij het koor zongen, een achtenswaardig aantal jaren. Vandaar ze ook een cadeautje en een bos bloemen kregen.

Vervolgens kregen we een verhaal door onze eigen troubadourverhalenvertelster Jo Jongenotter. Over Adam en Eva met als conclusie: snoep verstandig, eet een peer!

Bij de mededelingen van het bestuur kregen we luid en duidelijk te horen dat hoe het met kerst in de kerk is gegaan met de stoelverdeling dat dat niet bepaald een schoonheidsprijs heeft verdiend. Daar gaan we met elkaar aan werken dat het in het vervolg soepeler zal verlopen.

En toen was het tijd voor een gezellig hapje en drankje en een babbeltje met elkaar.

Al met al een fijne jaarvergadering, en we kunnen er weer een jaartje tegenaan.

*Louise Roelofs*



### Muziek en gezondheid

Een vorige keer ging het over de lichamelijke aspecten van onze gezondheid bij het zingen.

Vorig jaar stond in een omroepgids een aantal bekende en minder bekende weetjes over de stem. Een stemgeluid ontstaat doordat twee symmetrische witte plooien, de stembanden, achterin de keel zich gaan spannen waardoor de ruimte tussen die twee plooien versmald wordt en de randen daarvan gaan trillen vanwege de doorstromende lucht. Die plooien zijn bij de vrouwen kleiner als bij de mannen. De toonhoogten worden bepaald door de snelheid van de trillingen. Soepele stemplooien en een gezond slijmvlies zorgen voor een heldere stem. Stembanden die weinig worden gebruikt, verliest snel haar kracht. Neuriën is daarom goed voor de stembanden. Wat niet goed is voor de stembanden is roken, schreeuwen, gillen, fluisteren en drinken van gloeiend hete en ijskoude dranken.

Iedere stem beslaat een paar niveaus. Het lage niveau wordt de borststem genoemd. Het komt voort uit de spreekstem en klinkt doorgaans krachtig en vol. De kopstem zit in het hoge segment. Bij de borststem trilt de hele stemband, bij de kopstem trilt alleen de randen. Doordat men doorgaans niet in de kopstem spreekt, is deze bij de zangers minder goed ontwikkeld met als gevolg dat de kopstem ieler klinkt.

"Misschien een volgende keer". Zo sloot ik mijn bijdrage in Nieuwsflits van 21 maart jl. over "zingen is gezond". Het zou nu moeten gaan over de beleving, de emotie die muziek bij ons teweeg kan brengen. We weten allemaal dat muziek, getoontzet in mineur ('klein' of 'kleine tert') andere gevoelens in ons innerlijk kan oproepen dan die in majeur ('groot' of 'grote tert'). Muziek in 'mineur' kan een sombere gemoedstemming teweeg brengen. Vrolijke muziek, meestal in majeur, kan in je een blijde stemming oproepen.

Dat muziek je stemming kan beïnvloeden, is algemeen bekend. Het is functioneel. Zo word je vaak in kledingswinkels verwelkomd met zogenaamde 'kooplust bevorderende' muziek. Het is in feite een selectiemiddel. Monotoon gedreun is voor mensen van een bepaalde leeftijdsgroep juist een reden om zulke winkels te mijden; die kledingselectie is niet aan hen besteed. Men heeft ontdekt dat, wanneer men last heeft van hangjongeren, men daar klassieke muziek moet laten horen. Om de spanning in een filmpassage te verhogen, voegen filmproducenten zeer lange hoge dissonante piepgeluiden van een

viool aan het fragment toe. Dat is een voorsignaal: de kijker moet zich voorbereiden op een onverwachte gebeurtenis met een schrik-effect. Als die piep weg is, is het gevaar geweken.

Canadese onderzoekers hebben onderzocht welke invloed muziek heeft op de hersenen. Wanneer je luistert naar je favoriete muziek, komt er een soort genotstof vrij, dopamine. De hersenen maken die stof ook aan onder invloed van drugs, alcohol, seks en lekker eten. Proefpersonen kregen de opdracht om instrumentale muziekstukken uit te zoeken die hen bij het horen kippenvol bezorgden. Terwijl de deelnemers naar de muziek luisterden, werden verschillende psychologische factoren gemeten, zoals de hartslag, ademhaling en transpiratie. De personen die hun favoriete muziek hoorden, vertoonden een stijging van het dopamineniveau met 6 tot 9 procent. Eén persoon vertoonde zelfs een stijging van 21 procent.

Een ander Amerikaans onderzoek heeft aangetoond dat oudere mensen die al op jonge leeftijd zich actief met muziekbeoefening hebben bezig gehouden, hun breinen scherper houden dan degenen die geen actieve muzikale opvoeding hebben genoten.

Muziek vermindert stress. Mensen die iedere dag naar muziek luisteren, hebben minder stress en voelen zich positiever. Muziek leidt af en verzacht daarom pijn. Die stimuleert het geheugen. Kinderen die muzieklessen nemen, scoren beter in tests op school waarbij woorden onthouden moeten worden. Het direct luisteren van muziek na een beroerte verbetert het verbale geheugen, beter dan het luisteren naar audioboeken.

Wie meer wil weten over de relatie tussen muziek en onze gezondheid moet eens op internet zoeken op 'gezondheid' in combinatie met 'muziek'.

*Dick Langeveld*

## COLOFON

### Redactiecommissie:

Leden: Maarten Havelaar, Anneke Mol-Verbaas en Dick Langeveld

### Redactieadres:

Batiststraat 17, 3295 VA 's-Gravendeel, tel. (078) 673 2688

[dicklangeveld.kerkkoor@xs4all.nl](mailto:dicklangeveld.kerkkoor@xs4all.nl)