



Generationskören samlades till sånglustdag med körledaren Ange Turell.

FOTO: GUNNY BLOMGREN

Samlades till dag med glädje, sång och gemenskap

UMEÅ. Kulturföreningen Generationskören anordnade nyligen för sina medlemmar en dag fylld av sång och social gemenskap. De 40 platserna blev snabbt fyllda.

Ambitionen är att föreningen ska möjliggöra för alla medlemmar att få delta i denna fantastiska dag, genom att även nästa år genomföra ett liknande upplägg.

Som ledare engageras den

kompetente och inspirerande körledaren och pedagogen Ange Turell, som med sin smittande glädje och humor guidade genom denna dag.

All inlärning sker på gehör. Deltagarna sjunger ibland unisont, ibland i enklare stämmor och kanon. Sången ger avspänning och fördjupad närvaro och blir därmed ett befriande sätt att både vila och hämta energi. Förutom sången fick

deltagarna ta del av övningar kring andning, mindfulness och kroppsmedvetenhet.

En härlig dag, med livgivande sång och musik från olika håll i världen och en skön mix av afrikanska och indianska sånger, folkmusik från när och fjärran samt meditativa, vackra och vilsamma sånger. Lusten står i centrum och sjungandet utgår från en levande förankring i kropp och själ.