

Sångcompaniet's deltagare berättar:

"Har inte tyckt att jag kan sjunga men nynnade och sjungit med barnen. Blev inspirerad av "Alla kan sjunga kör" och vågade prova. Alltid mycket gladare efter kören än innan. Bästa jag gjort. Började när kören precis hade börjat."

"Toppenkul med körsång! Mår så bra av att sjunga tillsammans med andra. Ger en "kick" uppåt och positivt välbefinnande.

(Lika positivt som fysisk aktivitet!)

Härligt med fina texter som också ger eftertanke och reflektion. Bra positiv energi för att göra vardag och livet bra. TACK till er!!"

"Är glad och mår bra när kvällen är slut, t o m sjunger i bilen. Har man haft det jobbigt hemma är detta bästa medicinen. Har alltid velat sjunga i kör men ej vågat. Detta är det bästa jag har gjort. Varit med från början. Är så glad när jag kommer. Alla är kompisar - ändå pratar man inte med så många. Har blivit god vän med min bänkgranne."

"Har fått en glädjekälla i kroppen av att sjunga med andra. Gemenskap. Tycker jag fått stark röst, bättre hållning. Känner mig stolt. Mår så bra med andra. Gick hit själv, blev i en kör => gav självkänsla. Känner mig viktig i kören. Blir så bra när vi sjunger tillsammans <3."

"Piggare och gladare, bättre självkänsla. Jag KAN faktiskt sjunga lite :-)
På hösten är det skönt att ha en rutin och mysigt och värme i kyrkan - lätt att känna mig deppig den årstiden annars.
Det är en härlig gemenskap och värme i vår kör - känslan att vara en del av något är skönt."

"Körsången bidrar till mycket glädje. Jag känner mig glad när jag åker hem från sången. Körsången är utvecklande. Jag vill sjunga mer nu än innan jag började i kören. Gemenskapen när man sjunger är mycket positiv. Jag upplever också fysiskt välmående av sången."