

Stichting Vox Interna

Algemene informatie

1. De innerlijke stem

In iedere persoon huist een stem. We gebruiken deze meestal om te praten, en soms ook om te zingen; meestal is dat als we onder de douche staan, op straat lopen (oortjes in) als we naar de favoriete speellijst luisteren. Hoewel..., zuiver is anders, in deze situaties...

Zuiver of vals, als we zingen doen we dat meestal wanneer we blij zijn, en dan maakt het eigenlijk ook niet uit wat anderen er van denken. Maar wanneer iemand ons vraagt of we kunnen zingen, is het antwoord vaak: 'Ja, als een kraai...'; of: 'Nee, kan ik niet.' Daarom houden de meeste mensen maar liever hun mond, wat zingen betreft.



Maar iedereen weet dat, als je blij bent, de neiging tot zingen veel groter is. Maar het omgekeerde is ook waar: van zingen worden mensen blij! Dit wordt overtuigend aangetoond door wetenschappelijk onderzoek.

Het goede nieuws is dat bijna iedereen kan zingen. En dát is de bestaansreden van Vox Interna: mensen blij maken en een gevoel van verbondenheid kweken, door hen (weer) te laten zingen.

2. Zingen is gezond



Zingen maakt niet alleen gelukkig, maar is ook gezond, doordat het stress verlaagt en sociale banden creëert, de kans op depressiviteit verkleint. Daarnaast zijn er aanwijzingen dat regelmatig zangles op school de leerprestaties van kinderen verhoogt.

Zoals gezegd: iedereen kan het leren, en enkele uitzondering daar gelaten. En het recept is heel eenvoudig, en bestaat uit een dubbele waarheid:

Zingen is ademen – ademen is zingen

Omdat het lichaam het instrument is, moet dit goed gestemd zijn. In dit geval betekent het: op een natuurlijke wijze staan, zoals kinderen het automatisch doen: rechtop, borstkas open, hals en hoofd recht, zodat lichaam en geest met elkaar in verbinding komen. De positieve effecten op zowel geest als lichaam daarvan zijn in het Verre Oosten, overigens al millennia lang bekend.

3. Een jonge stichting

Vox Interna is in de zomer van 2018 opgericht door initiatief nemers van verschillende achtergrond: amateur zanger, professionele zanger(s), muziekdocent, coach / counselor en een medicus. Ze is ontstaan als een spin-off van een zangworkshop in Rotterdam, die in april 2018 werd gefaciliteerd door de leden van het Ierse vocaal ensemble Anúna. De energie die de deelnemers aan de workshop uitstraalden, motiveerde ons om dit plezier te willen delen met hen die dat niet (meer) ervaren.

Dat willen Vox Interna in eerste instantie doen met kinderen, want jong geleerd... Los daarvan staan kinderen van nature meer open voor nieuwe ervaringen, en zijn ze via scholen makkelijk te bereiken. Helaas heeft het muziekonderwijs op en buiten school ernstig geleden onder de bezuinigingen van de laatste decennia. En dit geldt ook voor het onderwijs aan de leerkrachten. De stichting zal zich daarom in eerst richten op pedagogische academies. Uiterlijk 2019 wil de stichting een eerste (door het ministerie van onderwijs) gesubsidieerd project met leraren in opleiding starten.



Onlangs werd Vox Interna, aangestoken door het enthousiasme en visie van het bestuur, door Trinity College Dublin uitgenodigd om als coördinator van het jeugd educatie programma mee te dingen naar een subsidie van de Europese Unie, voor het ontwikkelen van nieuw zangpubliek (waaronder zangers). De uitslag deze kansrijke aanvraag wordt in het tweede kwartaal van 2019 bekend gemaakt.

Voor de nabije toekomst zijn er plannen voor zingen in bedrijven (organisatie cultuur), instellingen (jeugd, detentie, overig) en tussen bevolkingsgroepen (bruggen slaan).

4. Middelen

Voor de doelstellingen van Vox Interna is de toegang tot de juiste middelen essentieel. Daarbij gaat het niet alleen om financiën, maar in de beginfase met name ook om het opbouwen van een goed netwerk. Daarom zal Vox Interna minimaal jaarlijks één zangworkshop in Rotterdam organiseren. Doordat er niet alleen zangers uit de driehoek Rotterdam-Utrecht-Den Haag, maar ook uit overige delen van Nederland, en sommigen uit het buitenland, deelnemen wordt er een netwerk van potentiële geïnteresseerden en participanten in de eerdergenoemde kernactiviteiten opgebouwd.

De zangworkshops zullen vooralsnog gegeven worden door (zangers van) Anúna, ondersteund door lokale zangcoaches. Deze keuze hangt samen met de unieke zangtechniek en -methodiek die Anúna heeft ontwikkeld. Deze bestaat uit: zingen in de puurste vorm (a capella), uit het hoofd, zonder dirigent en met de juiste ademtechniek en lichaamshouding. Behalve een gezonde houding en goede toon, bevordert dit het leiderschap onder en communicatie tussen de deelnemers. Deze werkwijze sluit prima aan bij de bredere visie van de stichting.

Via de workshops, die minimaal kostendekkend zijn, wordt getracht een bescheiden (werk)kapitaal op te bouwen, dat noodzakelijk is voor de continuïteit van de activiteiten van Vox Interna.

5. Financiën



Gezien de recente oprichting van de stichting, heeft iedere begroting een speculatief karakter. Vooralsnog wordt uitgegaan van een minimale, kostendekkende, begroting van EUR 15.000 tot eind 2019. Dit kan echter snel veranderen bij goedkeuring van de eerste onderwijssubsidie of bij goedkeuring van het EU programma.