

**Sangkraftcentret Storbyen Synger – en musikalsk motor, som skaber trivselsforøgende sangprojekter for alle borgere.**

-- 0 --

I Sangkraftcentret Storbyen Synger er vi eksperter i sang og samfund. Vi har et omfattende netværk og en specialistviden inden for sang og samsangs funktion og evne til at forøge trivsel, helbred og følelsen af at høre til.

Sang er en effektiv og billig måde at nå mange mennesker på måder, der rent faktisk flytter noget. Vi hjælper kommunens forvaltninger og ansatte med at se potentialet og med at udtænke og finansiere (fundraising) projekterne.

Da vi er en non-profit organisation søger vi hermed om støtte til vores administrative arbejde, for at blive den professionelle enhed, der udvikler og driver sangbegivenheder for alle borgere, der bor i hovedstaden.

## HVORFOR SKAL VI HAVE ET SANGKRAFTCENTER?

Al nyere forskning inden for området – og den empiri som coronakrisen gav os – viser, at det at synge gemmer på et kæmpe og til dels stadig uudnyttet potentiale. At synge og at gøre det sammen kan være med til at dæmme op for nogle af de håndgribelige problemer som alle danske kommuner, ikke mindst Københavns, står overfor at skulle finde en løsning på.

Ensomhed, mental mistrivsel og en følelse af ikke at høre til er alt sammen noget, sang er mere end velegnet til at løse. Hertil kommer at korsang kan tilbyde en fysisk og psykisk forbedring for personer med demens, Parkinson, afasi og andre sygdomme, men også inden for området for depression, angst og psykisk sygdom kan sang være med til at flytte bjerge. Og erfaringer fra andre kommuner viser, at det for den enkelte ikke er små bakker, men kæmpe kolosser, som et fagligt funderet sangforløb kan bevæge.

Hvis man ønsker at bruge sang som et aktivt og vægtigt værktøj i sin kommunes virke kan man ikke bare vælge en sanger fra listen eller hurtigt brygge et lille forløb sammen. Det kræver faglighed, indsigt og ikke mindst netværk – alt sammen noget vi i Storbyens Synger har, fordi vi selv er musikfolk og derudover en del af Sangens Hus i Herning og i familie med alle de andre sangkraftcentre rundt omkring i ca 15 andre danske kommuner.

Set med kommune-briller er det en stor fordel. Ikke mindst er der meget sparet på, at vi kan plukke de projektideer som andre har afprøvet og finjusteret til perfektion. Men herigennem har vi også adgang til kurser, uddannelse og viden – og vi får faktisk og nogle økonomiske midler, som vi kan bruge på at lave mere kultur og flere sangprojekter til københavnerne.

---

*Storbyen Synger er en nonprofit-organisation som arbejder for mere sang og mange flere sangprojekter på alle niveauer i samfundet. Storbyen Synger har sit virke i og omkring Hovedstaden, men er forankret i Sangens Hus i Herning.*

# Storbyen Synger

## HVAD ØNSKER VI?

Storbyen Syngers lille sekretariat har brug for økonomisk bistand for at kunne eksistere. Lige nu lægges de fleste timer som con amore-arbejde. Vores hedeste ønske er ende på en driftsbevilling på 400.000 kr (sat sammen af flere ting). Men alt og alle aftaler modtages med kyshånd - fx 50.-75.000 kr om året vil være en gave.

Det er vigtigt for os at påpege, at vi **IKKE** byder ind på det samme som **Københavns Musikskolen**, som leverer decideret undervisning, eller **Praktisk-musisk Kompetencecenter** på Skt. Annæ, som er et erfarings- og vidensdelingsforum for folkeskolelærere.

Overordnet arbejder Storbyen Synger i særlig grad for:

### **Sang mod sårbarhed og sygdom (meningsfulde fællesskaber):**

Sang skal flyttes fra kun at blive betragtet som en kultur/underholdningsaktivitet til at blive anset som et værktøj, der kan lindre og udbedre sorg, smerte og rådvildhed.

### **Mere sang på skolerne (glade stemmer hos børn og unge):**

Alle børn skal introduceres til dét at synge sammen via korsang på skoleskemaet, så kulturen omkring det at synge kan blive videreført. Børn skal gerne synge hver dag i en eller anden form,

## INDHOLD OG FORANKRING

Storbyen Synger søger penge til 1-2 deltidsstillinger som kan arbejde for at identificere hvor sang kan bruge til at løfte en udfordring og til at finde penge til projekterne via samarbejdspartnere og private fonde. Som udgangspunkt agerer vi ikke vært for projekterne, men arbejder for, at projekterne bliver forankret der, hvor de udføres og at stederne selv får kompetencer til at videre sangarbejdet.

Vores arbejde ligger i at:

- 1) Identificere, hvor der er behov for et sangprojekt
- 2) Idéudvikle og give projektet en form som er realiserbar
- 3) Finde relevante samarbejdspartnere, som er eller har kontakt med målgruppen
- 4) Planlægge projektet, inkl. Etablere kontakter og aftaler, søge støtte og stå for kontraktarbejdet.
- 5) Finde, briefe og forberede de rigtige sangkonsulenter.
- 6) Markedsføre arrangementet.
- 7) Evaluere projektet og stå for dokumentation og vidensopsamling.

I øjeblikket har vi søgt private midler til at gennemføre to forløb i Københavns Kommune. Det drejer sig om to kor for personer med demens i hhv. Vanløse og på Nørrebro, som er gået i gang.

Vi har ligeledes et samarbejde med Aaben Skole i Københavns Kommune, hvor vi tilbyder skolerne et forløb i det musikalske tegnsprog Soundpainting.

Herudover har vi iværksat en række andre projekter i nabokommunerne - se mere i det medfølgende appendix.

---

*Storbyen Synger er en nonprofit-organisation som arbejder for mere sang og mange flere sangprojekter på alle niveauer i samfundet. Storbyen Synger har sit virke i og omkring Hovedstaden, men er forankret i Sangens Hus i Herning.*

# Storbyen Synger

## SANG OG TRIVSEL

I Storbyen Synger arbejder vi ud fra en grundtanke om, at sang er et element som virker livskvalitets- og trivselsforøgende for alle mennesker. Kort sagt er vores præmis, at alle vil få noget positivt ud at skruer op for bruge deres sangstemme på dagligbasis uanset baggrund. Der er stor viden både fra forskning og fra praksis om sangaktivitetens gode indflydelse på trivsel og livstilfredshed.<sup>1</sup>

På dansk grund er der gennemført flere studier på normalområdet, som alle peger på sang som en meningsfuld og nyttig aktivitet. Fra udlandet er der ligeledes også gode erfaringer på det mere specialiserede område. Det er sangens grundlæggende positive effekter, som vi nu ønsker at udbrede og introducere og hermed tilbyde flere sangtilbud til alle borgere i Hovedstadsområdet<sup>2</sup>.

Vi anvender følgende forandringsteori (skabt af Sangens Hus):

| Glade stemmer +  | Åbne fællesskaber +  | Stærk sangfaglighed =   | Varige forandringer  |
|--|--|---|--|
| Glade stemmer skal forstås bredt. Fra borgere som oplever at få nye færdigheder til den konkrete lyd af glæde og trivsel | Vi arbejder aktivt og målrettet for at sang bliver forankret som en del af det gode liv kommunerne - med særlig fokus på ældre og sårbare. | Vi har og deler viden om sang og stemme, både i et musikalsk perspektiv og i forhold til at tilrettelægge aktiviteter meningsfuldt for målgrupperne | Vi bidrager til at borgerne oplever at have et mere velfungerede og personligt tilfredsstillende liv - på trods af sygdom, sårbarhed, ensomhed, ect. |

## SANG OG SUNDHED

Storbyen Synger arbejder koncentreret på flere projekter inden for genren Sang og Sundhed.

Ud over sang som værktøj mod mental mistrivsel og som trivselsforøger i det hele taget, så har sang også en enestående evne til at kombinere en træning af det kognitive, det fysiske (vejrtrækning og styrkelse af det muskulære) samt glæden ved at være sammen. Sang udløser dopamin, som er hjernens lykkestof, og bidrager også til en styrkelse af hjerterytmen. For mange ældre og for personer med angst og lignende er det også en gevinst at komme ud ad døren og (gen-)opleve sig selv i samklang med andre.

<sup>1</sup> <https://www.canterbury.ac.uk/health-and-wellbeing/sidney-de-haan-research-centre/documents/singing-an-mental-health.pdf>

<sup>2</sup> <https://videncenterforsang.dk/sangens-kemi/https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/20428301111140930/full/html>

*Storbyen Synger er en nonprofit-organisation som arbejder for mere sang og mange flere sangprojekter på alle niveauer i samfundet. Storbyen Synger har sit virke i og omkring Hovedstaden, men er forankret i Sangens Hus i Herning.*

# Storbyen Synger

Lasse Skovgaard, som er Ph.d. i Sang og Sundhed og forskningschef hos Scleroseforeningen beskriver de positive effekter for forskellige grupper således:

- ▶ Alle (bredt folkesundhedsperspektiv)
- ▶ Specifikke grupper – eksempler på positive effekter
  - ▶ **KOL** (træning af vejrtrækning og vejrtrækningskontrol, stemmebrug, bedre iltning af blodet, træning af diaphragma, gangdistance, livskvalitet)
  - ▶ **Parkinson** (kognitiv træning, holdning, styrkelse af synke- og talefunktion, stimulering af dopamin, styrkelse af muskeltonus)
  - ▶ **MS** (kognitiv træning, koordinering, livskvalitet, fællesskab, forbedring af neuroplasticitet, styrkelse af muskeltonus)
  - ▶ **Afasi** (forbedrer talebesvær, kognitiv træning, koncentrationstræning)
  - ▶ **Demens** (stimulerer erindringer, sansestimulering, kognition, understøtte kommunikation)
  - ▶ **Depression/angst/stress** (sænke kortisol, forhøje dopamin, frigøre endorfiner, pause fra ruminationer, beroligende, reduktion i angst og depression/sorg, større mening)
  - ▶ **Sociale udfordringer o.l.** (understøtte kommunikation, understøtte selvværd/identitet, forhøje oxytocin, styrke gruppedynamik, coping)
  - ▶ **Ældre** (forbedre immunforsvar, sansestimulering, kognitiv træning, styrke social adfærd/fællesskabsfølelse, styrker hjertefunktion, afhjælpe snorken)

Kilde: Lasse Skovgaard

---

*Storbyen Synger er en nonprofit-organisation som arbejder for mere sang og mange flere sangprojekter på alle niveauer i samfundet. Storbyen Synger har sit virke i og omkring Hovedstaden, men er forankret i Sangens Hus i Herning.*

## APPENDIX:

SANGKRAFTCENTRET STORBYEN SYNGER.

Mail: [syngmed@storbyensynger.dk](mailto:syngmed@storbyensynger.dk)

[www.storbyensynger.dk](http://www.storbyensynger.dk)

CVR: 40 78 85 22

### EKSEMPEL PÅ PROJEKTER (som er delvist finansieret og undervejs)

#### Erindringskor på Nørrebro og i Vanløse (i samarbejde med Alzheimerforeningen)

I korsangen tilbydes alle med demens et frirum fra sygdommen med en kulturel oplevelse som kan deles sammen med og på lige fod med raske pårørende i alle aldersgrupper. Vores erindringskor benytter vi minder fra tidligere sangoplevelser sammen med et systematisk musikvalg til at skave genkendelige og gode minder fra tidligere tider.

Koret varetages af en sangkonsulent og akkompagnatør med særlig erfaring i sang med ældre og demente.

#### Soundpainting på skoler i Københavns Kommune

Soundpainting er et spændende værktøj til at styre og improvisere musik med. Det er et tegnsprog, en dirigent bruger til at kommunikere med sit ensemble og foregår ved at dirigenten viser en række håndtegn til sit kor, som så besvares ved at synge. Herefter udvikler musikken sig som en fælles improvisation/komposition mellem dirigent og kor.

Dette projekt understøtter to aspekter af det skabende læringsmål, nemlig improvisation og komposition.

#### Syng-solen-ned i Charlottenlund (i samarbejde med Gentofte Kommune)

Syng Solen Ned er et fællessangskoncept, som i går ud på at mødes udendørs et naturskønt sted og runde dagen af sammen ved at synge sammen. Alle er velkomne og det kræver ingen tilmelding eller betaling at være med. Arrangementet varetages af en sangkonsulent og en pianist.

#### Musikalske byvandring på Frederiksberg (i samarbejde med Frederiksborgmuseerne)

Byvandringen får en ekstra og mere levende dimension, når vi ikke kun hører om historien, men også synger den. På en tematiseret byvandring, fx Dirch Passers Frederiksberg, Revyens kvinder eller andet, fortæller

---

*Storbyen Synger er en nonprofit-organisation som arbejder for mere sang og mange flere sangprojekter på alle niveauer i samfundet. Storbyen Synger har sit virke i og omkring Hovedstaden, men er forankret i Sangens Hus i Herning.*

# Storbyen Synger

Revmuseets direktør og de historiske begivenheder, mens en sangkonsulent synger for en fællessang, der knytter sig hertil.

Turen sluttet af med en mini-fællessangskoncert.

Turens varetages af en guide, en sangkonsulent og en harmonikaspiller.

## BESTYRELSEN:

**Jens Jacob Honoré:** Sanger. Uddannet fra Det Jyske Musikkonservatorium i Århus i 2001. Har sunget på de fleste danske scener med størst tilknytning til Det Kongelige Teater. Stifter af iværksættervirksomheden Lydhør og herud over leder af Dragør Musik- og Kulturskole.

**Julie Borgwardt-Stampe:** Sanger. Uddannet fra Det Fynske Musikkonservatorium samt cand. mag i musik og fransk fra Københavns Universitet. Ansat i Vor Frue Kantori i Københavns Domkirke og i DR Koncertkoret. Optræder herudover ofte som solist. Er producerassistent i Cubus Film og TV på tv-optagelser af opera og ballet og arbejder i Performex, der uddeler retransmissionsvederlag til musikere, der har optrådt på tv.

**Susanne Skov:** Sanger og lektor i musik ved Københavns Professionshøjskole (læreruddannelserne) Freelance sanger og medlem af kantoret i Københavns Domkirke.

**Jacob Heide Madsen.** Sanger. Uddannet på Musikkonservatoriet i 2005. Har sunget som professionelt både i DR Koncertkoret og som solist ved koncerter og operaproduktioner. Tog i 2015 en master i offentlig ledelse drev frem til marts 2022 Sangkraftcentert Roskilde Synger. Er nu tiltrådt som leder af musik- og billedskolen i Halsnæs Kommune

**Emil Ritter:** Sanger og uddannet fra Det Kongelige Danske Musikkonservatorium i 2007. Har sunget som professionelt både i DR Koncertkoret og som solist ved koncerter og operaproduktioner og i sin barbershop Svigermors Drøm. Er dirigent og kunstnerisk leder for det danske drengekor som tæller 50 drenge i alderen 8-15 år.

**Jan Lund:** Sanger. Er uddannet pianist fra konservatoriet i 1990 samt sanger i 1994. Har et bredt solistvirke bag sig som oratorie- og koncertsange, især hos Den Jyske Opera og på Det Kgl. Teater. I 2009 afsluttede Jan masteruddannelsen i elitesangpædagogik fra DKDM, hvor han nu er ansat som studielektor

**Finn Elias Svit:** er uddannet klassisk guitarist fra Det Nordjyske Konservatorium. Har optrådt med repertoire fra renæssancen til nutiden og har turneret i det meste af Europa samt USA, Mexico, Kina. Var frem til 2021 og i 17 år leder af musik- og kulturskolen i Mariager fjord, som også husede et sangkraftcenter.

**Stine Rendrup Johansen (ikke medlem af bestyrelsen - projektleder):** Er uddannet cand.mag. i musikvidenskab og har en diplomuddannelse i musikjournalistik. Har en bred vifte af erfaring inden for kulturprojektledelse og - administration bag sig og har desuden som journalist skrevet for en lang række aviser, magasiner og dagblade.

---

*Storbyen Synger er en nonprofit-organisation som arbejder for mere sang og mange flere sangprojekter på alle niveauer i samfundet. Storbyen Synger har sit virke i og omkring Hovedstaden, men er forankret i Sangens Hus i Herning.*





## BUDGETSKABELON, PROJEKTTILSKUD

Det er en forudsætning for udbetaling af Københavns Kommunes projekttilskud at tilskudsmodtager udarbejder et budget, der er opstillet i overensstemmelse med denne budgetskabelon. Budgettet kan indsendes i andre formater så længe det afspejler skabelonens opbygning. Budgettet skal godkendes af Kultur- og Fritidsforvaltningen.

Aflyses eller ændres væsentlige dele af projektet skal budgettet revideres og sendes til Kultur- og Fritidsforvaltningen med en forklaring på ændringerne. Ændringerne og det reviderede budget skal godkendes af Kultur- og Fritidsforvaltningen.

Det senest godkendte budget skal sidenhen anvendes som grundlag for regnskabsaflæggelse, og væsentlige afvigelser fra budgettet skal årsagsforklares.

*Tekst i kursiv er vejledningstekst.*

|   |
|---|
| <b>Tilskudsmodtagers navn: Sangkraftcentret Storbyen Synger</b> |
| <b>CVR/CPR: 4078 8522</b>                                       |
| <b>Projektets navn: Etablering af sangkraftcentret</b>          |

|   |
|---|
| <b>Projektperiode: 2023-2026</b><br><i>Projektperioden er lig med udgiftsperioden, dvs. den starter når de første udgifter afholdes og slutter, når den sidste udgift er afholdt.</i> |
|---|

| <b>Indtægter</b><br><i>Posterne er eksempler, der kan ændres efter behov.</i>                                  | <b>Budget</b>                  | <b>Budget året før</b><br><small>(hvis der er givet tilskud året før)</small> | <i>Notér om beløbet er ansøgt eller allerede bevilliget.</i> |
|--|--------------------------------|---|--|
| Tilskud fra Københavns Kommune   | 50.000 kr<br>om året i 3<br>år |   |  |
| Øvrige tilskud, specificeret <i>(herunder øvrige tilskud fra Københavns Kommune, fra fonde, sponsorer mm.)</i> |                                |   |  |
| a) Sangens hus   | 100.000 kr<br>om året          |   |  |
| b) Fondsmidler (estimeret)   | 50.000 kr<br>om året           |   |  |
|  |                                |   |  |
|  |                                |   |  |
|  |                                |   |  |
|  |                                |   |  |
|  |                                |   |  |
| c)   |                                |   |  |
| <b>INDTÆGTER I ALT</b>   | <b>250.000<br/>kr/årligt</b>   |   |  |

| <b>Udgifter</b><br><i>Posterne er eksempler, der kan ændres efter behov</i> | <b>Budget</b>     | <b>Budget året før</b><br>(hvis der er givet tilskud året før) |
|---|-------------------|--|
| Lønudgifter (deltidsstilling)   | 225.000 kr/år     |  |
| Kontorleje  | 18.000 kr/år      |  |
| PR og markedsføring   | 5.000 kr/år       |  |
| Transport   | 2.000 kr/år       |  |
|   |                   |  |
|   |                   |  |
|   |                   |  |
|   |                   |  |
|   |                   |  |
|   |                   |  |
|   |                   |  |
|   |                   |  |
|   |                   |  |
| <b>UDGIFTER I ALT</b>   | <b>225.000 kr</b> |  |

|                 |  |  |
|-----------------|--|--|
| <b>RESULTAT</b> |  |  |
|-----------------|--|--|

**Kommentarer/forbehold:**  
**Sangens Hus i Herning støtter vores arbejde ud fra et krone-til-krone-princip. Det vil sige, at 50.000 kr i støtte fra Københavns kommune, bliver til 100.000 kr, der kan bruges til at rejse sangprojekter for borgerne for.**



## Bettina Skaaning

---

**Fra:** Bettina Skaaning  
**Sendt:** 2. december 2022 12:11  
**Til:** Bettina Skaaning  
**Emne:** Høringssvar fra Musikudvalget vedr. ansøgning fra Storbyen Synger

### Høringssvar til Kultur- og Fritidsudvalget om ansøgning af Sangkraftcenter i København

*Musikudvalget har den 30. november 2022 drøftet ansøgningen fra Sangkraftcentret Storbyen Synger om driftsstøtte til deres administrative arbejde. Formålet med projektet er at blive en professionel enhed, der kan udvikle og drive sangbegivenheder for alle borgere i hovedstaden.*

*Musikudvalget finder projektet meget sympatisk, men at projektbeskrivelsen og budgettet er for uambitiøst i forhold til at løfte opgaven som sangkraftcenter for hele Københavns Kommune. Musikudvalget har vanskeligt ved at se, at et så lille budget vil have mulighed for at skabe et betydeligt nedslag i København.*

*Musikudvalget mener, at en eventuel støtte vil give mere udbytte, hvis den anvendes på støtte til allerede eksisterende udbydere og gerne med et længerevarende perspektiv.*

Med venlig hilsen

**Bettina Skaaning**  
Specialist  
Fagudvalg og Legater

---

KØBENHAVNS KOMMUNE  
Kultur- og Fritidsforvaltningen  
Center for Kultur- og Fritidsaktiviteter  
Københavns Rådhus, Rådhuspladsen 1  
1550 København V

Mobil 2053 8237  
E-mail [yz5q@kk.dk](mailto:yz5q@kk.dk)  
EAN 5798009780515