

Zing mee! Zangmiddagen in Neeroeteren en Opoeteren

Samen zingen doet deugd!



Onder begeleiding loodsen wij je door heerlijkse volksliedjes als 'De vier weverkens', 'Daar kwam een boer uit Zwitserland', 'Des winters als het regent', 'Komt vrienden in het ronde', ... Iedereen is welkom! Het is gratis bovendien. (Consumpties eventueel zelf te betalen)

10 redenen om te zingen!

1. Je maakt endorfines aan waardoor je je energieker en vrolijker voelt.
2. Ook het hormoon oxytocine stroomt door je lichaam. Dit wordt ook wel het knuffelhormoon genoemd.
3. Zingen versterkt je immuunsysteem.
4. Door je diepe buikademhaling krijg je gezonde longen.
5. Zingen kan zelfs astma en emfyseem verlichten!
6. Hoe meer je zingt, hoe jonger je stem blijft klinken. Dat zorgt ervoor dat je jonger klinkt én je je jonger voelt.
7. Zingen verhoogt de concentratie.
8. Je geheugen verbetert.
9. Als je veel zingt, krijg je een strakkere buik.
10. Je voelt je verbonden met de mensen waarmee je zingt, een heerlijk gevoel!

Waar en wanneer?

Zing je graag? Kom dan zeker meedoen! Wij zien (en horen) je graag op donderdag 23 maart in De Riet Opoeteren en op donderdag 30 maart in het ontmoetingshuis Voorshoven, telkens om 14 uur. Inschrijven is niet nodig. Wij voorzien ongeveer anderhalf uur zangplezier!

Zing het voort!