

Don't worry, be happy!

**Find din indre han-gorilla frem!
Kvinderne elsker det. Sådan lød budet fra Janne Wind til de fremmødte herrer ved DFFE's arbejdsglæde workshop. Sang-workshoppen den 8. oktober bød også på andre simple fifs til, hvordan man kommer til at bruge sin stemme bedre. Men først og fremmest var arrangementet en vitaminbombe af glæde, fokus på det gode og antistress.**

Tore Christensen og Lone Kjelstrup

Mandag den 8. oktober mødte godt 40 medarbejdere op til sang-workshoppen arrangeret af huskoret DFFE's Nattergale og Projekt Arbejdsglæde. Janne Wind er kendt af de fleste i DFFE, idet hun også havde en tilsvarende workshop ved DFFE's personalekonference.

Janne gav fifs til, hvordan man kommer til at bruge sin stemme bedre. Kvinderne kunne med fordel synge som papegøjen Andrea, når de skal op i det høje register, mændene kunne finde charmen og gorillaen frem og begge køn kunne bruge kroppens center og maven som støtte.



Her viser Janne, hvordan man masserer og slapper af i snakketøjet!

For de fem fremmødte mænd var det en udfordring at skulle træde et skridt frem, række hånden frem og synge "Do you need

anybody?" til den noget større skare af kvinder. Her hjælper gorillaen, når man synger og giver kraft til at matche det overtal af kvinder, der var blandt de fremmødte.

Men efter en stor overvindelse, så meget desto stærkere følte den varme opbakning, når Janne Wind opfordrede kvinderne til at anerkende mændenes indsats med jubel og klap. Og WAUW! Sikke en følelse at kunne tage med sig – tænk at kunne genkalde sig den, eller mærke noget af den entusiasme næste gang, man præsenterer sit arbejde til et møde.



Og her er både mænd og kvinder ude at få sig en tur på opvarmnings-motorcyklen "Godt ned i knæ og masser af VRUMMM, VRUMMM på" lød opfordringen.

Med sig havde Janne Wind to andre sangerinder og en pianist. Medsangerinderne var Rie Hagbard og Britt Hein Jespersen. Nina Luna Eriksen spillede klaver. Med sin evne til at sprede energi og formidle 2. og 3. stemmer til såvel øvede som uøvede, formåede hun sammen med dem på kort tid at få de fremmødte til at synge, så det lød... fantastisk! Deltagerne brød gang på gang ud i jubel over, hvordan det lykkedes at få sangene til at swinge, og man måtte tage sig selv i at rocke med, løfte armene og istemme med kåde jubelråb og spontane klap og improvisationer.

Sangene bevægede sig bl.a over en tryk og genkendelig "With a little help from my friends", der fik alle med, en kompliceret flerstemmig kanon med fire hold og fire forskellige sange. Den fik både pulsen og stemmerne – og gorillaerne – i vejret.

Videre over en heftig "Take the shackles off my feet", der nærmest eksploderede i engagement og power og sluttede efter flere andre sange med en smånynnende, beroligende, bluse't, feelgood "Don't worry be happy", at gå hjem og tage opvasken på.

Janne Wind forklarede, at hendes fokus var arbejdsglæde, og at det for hende var en stor glæde at beskæftige sig med det, hun holder allermest af, nemlig at synge. Hun opfordrede alle os fremmødte (og denne opfordring er hermed givet videre) til at bruge glæde i dagligdagen, bruge de gode relationer imellem os og den positive energi, som er hele kernen i hendes tilgang til det at synge og bruge stemme og krop, til at få solen til at skinne over både vores arbejds- og privatliv.



Og der blev lyttet og smilet og tænkt

For dem der har lyst til at synge lidt mere i det daglige, øver direktoratets kor "DFFE's Nattergale" hver mandag fra kl. 16.05. Repertoiret sammensættes af deltagerne selv. Ved sommerfesten optrådte koret med "Nawe" (en afrikansk folkesang), "Lille Peter edderkop" i en tostemmig udgave og "Whiskey in the Jar".