

LEENDE  
HEMÅT.

Får det vara ett  
placerings-  
erbjudande?

På Aktia Bank upp till 2,5 % årlig ränta!

Erbjudandet gäller då du kombinerar depositionen  
med Aktias övriga sparprodukter.

Fråga mer om våra erbjudanden och boka tid för en  
träff på [www.aktia.f](http://www.aktia.f) eller på tfn 0800 0 2470.

Kom till Aktia, det blir bättre så.

Aktia Bank, Jakobstad

Erbjudandet gäller tills vidare, depositionsräntan kan ändras enligt  
marknadssituationen. Aktuell information om depositionsräntan  
fnns på [www.aktia.f](http://www.aktia.f).

Bättre  
så.  
**Aktia**

# 40 år med Tonfallet

dirigent Sirpa Lilius

Runebergssalen

18 april 2015 kl 19:00

20 €

Mikael Svarvar, piano  
Egon Veevo, bas  
Christoffer Kaustell, trummor  
Sebastian Holmgård, gitarr & sång

Arbetsinstitutet i Jakobstad

## Set 1

### *Stetsonhall*

Musik: H Spina Text: Hasse&Tage  
Arr: K-F Jehrländer

### *Sakta vi gå genom stan*

Musik: Fred Ahlert Svensk text: Beppe Wolgers  
Arr: Micke Winterquist

### *Plocka vill jag skogsviol*

Musik: trad. Text: Alexander Slotte  
Arr: Piotr Gebala

### *Naispaholainen*

Text och Musik: Aki Sirkesalo  
Arr: Jan Holmgård

### *The shadow of your smile*

Musik: Johnny Mandel Text: Paul Francis  
Webster

### *Tears in heaven*

Eric Clapton & Will Jennings  
Körarr: Jan Holmgård

### *Bohemian rhapsody*

Freddie Mercury  
Arr: Mark Brymer

#### Det händer i kroppen när du sjunger:

Halter av hormonet oxytocin ökar vilket gör att du blir mer harmonisk och upplever lugn och ro.

Blodtrycket sjunker.

Immunförsvaret stärks.

Testosteronhalten ökar vilket har en uppbyggande effekt på vävnaderna i kroppen.

Mängden fibrinogen, det protein som gör att blodet leverar sig, minskar.

Ditt psyke påverkas så att du känner dig stark, glad och full av energi.

Källor: *Boken "Music, Health and Wellbeing"*

skrivna av den tyske forskaren Günter Kreutz,  
Christina Grapes studier "Does Singing Promote Well-Being"  
"Magmunnarna – körsång för IBS-patienter".

## Set 2

### *Words*

Text och musik: Anders Edenroth

### *On helki*

Text och Musik: Rauno Lehtinen  
Arr: Ilkka Kuusisto

### *Musik skall byggas utav glädje, Nina Andersson*

musik: Lill Lindfors Text: Björn Barlach &  
Åke Cato

### *Do what you do*

Musik: George Gershwin Text: Ira Gershwin  
& Gus Kahn

### *Smile*

Musik: Charlie Chaplin Text: John Turner &  
Geoffrey Parsons

### *Don't get around*

Musik: Duke Ellington Text: Bob Russell  
Arr: Erling Kullberg

### *Side by side*

Text och musik: Harry Woods  
Arr: Bente Laursen

### *The nearness of you*

Text och Musik: Ned Washington & Hoagy  
Carmichael

### *In a sentimental mood*

Musik: Duke Ellington Text: Manny Kurtz

### *Anthem, Rolf Wikman*

Text och Musik: Benny Andersson,  
Björn Ulvaeus & Tim Rice  
Körarr: Per-Anders Sjöberg,  
Pianoarr: Anders Eljas