

Wat anderen hebben ervaren over een dag vol lach:

Onze peuterspeelzaal sluit ieder jaar af met een uitstapje. Dit blijft geheim, tot de dag zelf en het wordt door twee collega's georganiseerd.

Al weken voor de uiteindelijke datum kregen we verrassende mails binnen, die onze nieuwsgierigheid triggerden. Op de latere uitnodiging stond vermeld, dat we met "de lachtrein" vervoerd zouden worden, die dag.

Die ochtend reden we met z'n zessen naar Bergeijk, onder luid gekwebbel. We werden er uitvoerig verwelkomd door Helma & Christel. Doordat de weergoden ons goed gezind waren, konden we er heerlijk in de tuin vertoeven. Na de koffie met zelfgemaakt lekkers, gingen we van start en staken de handen uit de mouwen. Plaatjes die een lach op je gezicht "toverden", werden uit de tijdschriften geknipt en op de lijst van een spiegel geplakt. Onderwijl vertelde Christel: wat lachen met je doet en voor je kan betekenen, en dat is meer dan je verwachten zou.

Het werkte erg aanstekelijk en de nodige anecdoten passeerden de revue. Sommigen van ons hadden alleen aan de voorkant niet genoeg en gingen fanatiek aan de achterkant verder met beplakken. Op de spiegel zelf stond: Heb je vandaag al naar jezelf..... (gelachen met een smilly).

Rond het middaguur volgde een uitgebreide lunch, in 't zonnetje, in die heerlijke tuin. De dames hadden beiden tot in de finesses de maaltijd voorbereid. Wat hadden ze een heerlijke creatieve schotels gemaakt.

We lieten het ons smaken! En er heerste een gezellig sfeertje.

De middag draaide om de clown en met allerlei creatieve tips en opdrachten, werden we er ook een.

Helma gaf ons eerst een aantal hints, waar we mee aan de slag konden. Geen van ons voelde een drempel, maar een ieder durfde zich te geven. En wat hebben we gelachen. Petje af, dat de workshopleidsters ons die veiligheid lieten ervaren.

Iedereen ging ervoor. Later, in ons werk met de peuters, hebben we een aantal grapjes en mimiekkunstjes ook gebruikt.

We hebben nog lang over deze topdag nagekaart met z'n allen. Dames hartelijk bedankt!

R.D.





Daar gingen we dan in de **HAHA** trein richting Eersel.

Niemand wist wat ons precies te wachten stond, ook (onze) Helma niet die alles geregeld had.

Via via, met Miek als TomTom, kwamen we al kakelend en gissend aan. We werden verwelkomd door een levensgrote clownspop aan de ingang en vrolijke muziek kwam ons tegemoet. Hoewel winderig en fris, lieten we ons niet kisten en werden door Helma & Christel in de watten gelegd aan een o zo gezellige tafel met koffie en thee uit uitbundige kopjes en prachtige koffie- en theekannen. Daarbij heerlijke cakejes en koekjes en niet te vergeten, vrolijke muziek. Onze eerste lach was binnen (of buiten?)

Na de kennismaking togen we aan de arbeid. We knipten, scheurden, plakten en maakten plezier dat het een lieve lust was. De grijze massa werd ook aan het werk gezet. Christel was benieuwd **wanneer we voor het laatst hadden gelachen**; wat ons deed lachen en waar we blij van werden. De tijd vloog en voor we het wisten was de ochtend om en had ieder een big smile op het gezicht, weerspiegeld in onze creaties.

Intussen had Helma een uitgebreide lunch klaar staan. Het leek luilekkerland. We werden verwend met heerlijke courgettesoep, allerlei salades en brood. Zelfs de hagelslag ontbrak niet!! Ja ja; en ondertussen lachten we en lachten we. We leerden snel, dat wel!

Na de lunch was het aan Helma om ons te vermaken. We kregen een echte clownsworkshop. Tussen de fladderende gordijnen kwamen we op met clownsneus en hoedje en probeerden we ons zo goed mogelijk te verplaatsen in "de clown".

Het was zwaar werk. Met een volle maag lachen tot je bijna barst!!!! Intussen was de temperatuur heel aangenaam en ook de uitbundig aangeklede tuin en de zon maakten het plaatje compleet. Er kwamen onvermoede talenten boven en met heel veel fantasie en aanmoediging van Helma maakten we werkelijk een podiumwaardige voorstelling. Ineens was het tijd om te evalueren. Met lachdrankjes en weer lekkers praatte ieder honderduit. We hebben al veel uitstapjes gemaakt, maar dit was wel een toppertje!!

We werden nog bedolven onder leuke attenties, onze spiegels gingen mee en ieder kreeg haar persoonlijke blijheidsgraadmeter mee.

Moe maar voldaan gingen we, uitgezwaaid door Christel en Helma in de HAHA trein weer naar huis. Het was een geweldige dag.

J.B.





Een dag vol lach....Spannend, wat zal de dag brengen? Om 10.00 uur worden we verwacht. De zon schijnt en alle activiteiten zijn vandaag buiten. Helma & Christel heten ons welkom, de sfeer is al gezellig en ongedwongen.

Ondanks dat we elkaar niet allemaal kennen wordt er al genoeg gelachen, wie doet er mee en waarom? Iedereen heeft er zin in. In de ochtend gaan we een zeer persoonlijke spiegel maken, waarbij je toch even over jezelf gaat nadenken. Die spiegel helpt me elke dag aan mijn lach te herinneren. Terwijl ik creatief bezig ben verteld Christel van alles over onze lach en krijgen we kleine oefeningen. Tja...een lach heb je altijd bij je...en het kost niets... een mooi nadenkertje. Het resultaat; we hebben we allemaal verschillende prachtige kunstwerkjes gemaakt.

Door het mooie weer lunchen we heerlijk in de tuin. Na de lunch gaat het feest door, we gaan met zijn allen clown spelen. Clown Belle (Helma) gaat ons voor. Voor iedereen heel spannend, wat alleen al de nodige lachsalvo oplevert. Tijdens diverse rollenspellen, zie je ons helemaal veranderen in echte clowns. We bewonderen elkaar, we verleggen onze grenzen en genieten hiervan. En omdat een clown niet altijd lacht, wat is dat toch moeilijk,...blijven wij lachen.

Tegen vieren sluiten we het gezamenlijk af en genieten we nog even na van onze dag en onze creaties. Na nog een leuke verrassing van Helma & Christel ga ik met een lach op mijn gezicht naar huis en heb ik het gevoel dat ik tegenwoordig nog meer lach...? Elke keer als ik aan die leuke dag terugdenk verschijnt een lach op mijn gezicht.

B.C.



* Njaar, een spannende kriebel in mijn buik, vandaag ga ik meedoen aan de workshop een dag met een lach! Wat moet je je daar nou bij voorstellen?

Vanaf de allereerste minuut is het ijs gebroken op de cursuslocatie, een klein groepje vrouwen, die allemaal hun beste humeur bij zich hebben en Christel en Helma, die samen de dag gaan leiden. We lachen meteen al, om het stuk ongecompliceerde gezelligheid, waarmee we worden ontvangen. Maar we worden ook uitgedaagd, om over onszelf na te denken, tijdens het maken van een zeer persoonlijke spiegel. Terwijl we knippen en plakken, blijkt, dat we toch allemaal onze eigen stijl en voorkeuren hebben, wat resulteert in prachtige spiegels.

En dan gaat het grootste feest nog komen, we gaan samen met clown Belle (Helma) zélf voor clown spelen! Doodeng en superleuk tegelijkertijd en we hebben tijdens de opdrachten ook onbedaarlijk gelachen! In ieder van ons blijkt clownstalent te zitten, zo verrassend en leuk, het lijkt wel, of we aan het eind van de dag allemaal een beetje gegroeid zijn, we hebben ons helemaal durven te geven en alle gene van ons af gegooid!

De dag met een lach zal ik nooit vergeten, het heeft me laten lachen en nadenken!

I.J.

