

WIST U DAT...

...de Lentemarkt 2019
 op zondag 14 april
 zal plaatsvinden?

In aanloop naar de voorstelling is er week na week gerepeteerd: het is bijzonder om te zien hoe men met elkaar omgaat. Iedereen heeft zijn eigen kwaliteiten en levert een bijdrage op zijn eigen manier. Hoe groot of klein die ook is. Naar elkaar luisteren, op elkaar inspelen, klein beginnen, en zó toewerken naar een voorstelling.

De redactie heeft spelers geïnterviewd om te horen hoe zo'n mooie voorstelling tot stand komt.

Moet je ervaring hebben om mee te doen? Dat varieert van: helemaal niet, tot zingen met een koor, tot 'ik

**'DE JONGEREN,
 VAN VROEGER
 BRENGEN GELUK!**



wilde het dolgraag, maar mocht niet'. Iedereen kan op zijn eigen manier meedoen, iedereen krijgt een rol die bij hem past. Toneelspelen, notuleren, tips en aanwijzingen geven, regisseren: allemaal onmisbaar om tot een resultaat te komen.

Hoe komt een voorstelling tot stand? Er wordt

gevraagd of iemand een idee heeft: dit kan een woord zijn, een uitspraak, een gebeurtenis, iets wat in je opkomt. Dat is de 'wortel' die uitgebouwd wordt tot een voorstelling **Hoe voelt het om op het podium te staan?** Vóór de voorstelling is er gezonde spanning, maar in het publiek zitten allemaal gewone mensen, zoals jij en ik. We vertrouwen op elkaar, als je iets vergeet vangt een ander het op. En er wordt ook veel geïmproviseerd, dus het wordt altijd opgelost als je niet verder kunt. Het is een

bijzonder gevoel, je bent trots op jezelf en op elkaar!

Het goede doel van het 'P&M-hoes' was dit jaar 'een dementie-vriendelijker Peel en Maas'. Daar hebben wij met plezier een steentje aan bijgedragen door na afloop van onze geweldige theatervoorstelling, koffie met versgebakken wafels te verkopen. De opbrengst hiervan ging naar dit goede doel. Loes, Trudy en ik dachten de opbrengst 'gewoon' eventjes af te kunnen geven bij het P&M-hoes... Tijdens de wandeling kregen we de eerste camera al op onze snoet en werden er een aantal vragen gesteld. We mochten het glazen huis echt in om het geld te overhandigen én kwamen live op de radio! Dit maakte ons een ervaring rijker... en daarbij hebben we ook nog genoten van live muziek en vrolijke mensen. En dit allemaal voor het goede doel! Een dikke dankjewel voor alle donateurs,

Liefs Christel

**GEHOORD IN DE FABRIEK**

**Carpe Diem, pluk de dag,
 maar zeg me niet wat ik moet doen!**

over het kerstontbijt

De tafel zag er oogverblindend mooi uit, van voor tot achter!

**nim dich de auge goed de kost,
 want morges zuus se ut neet mier**
mevr Mariet Winnemuller

ik heb un vrouw oet ein stuk!
dhr Wiel Daemen

Goede Morgen = Vandaag!
dhr Hans van Essen

AFSCHEID SANNE

Bijna 5 jaar lang heb ik met heel veel liefde en plezier mogen werken bij Atelier de Fabriek op zaterdagen en in vakanties. Wat begon met de standaard dingen zoals het dekken van de tafel en de afwas, ben ik naderhand meer interactieve dingen gaan doen met de gasten. Zoals het muziekcafé, waar de gasten hun geliefde plaatjes van vroeger en nu kunnen aanvragen. Nagels lakken kwam ook in het dagprogramma. Dit klonk mij



wel goed in de oren dus dit heb ik toen samen met Jamie opgepakt. Heerlijk om de dames te verwennen met een paar nieuwe mooie nagels.

Met alle gasten heb ik een fijne band opgebouwd, en ik zal iedereen, en alles wat ik heb mogen meemaken in deze geweldige en indrukwekkende tijd, nooit vergeten. Ik heb tevens zoveel geleerd op educatief en persoonlijk gebied dat ik dit graag meeneem naar mijn volgende uitdaging. **Liefs, Sanne**

Dankjewel Sanne, voor jouw inzet, energie, verhalen en betrokkenheid!

ONDERTUSSEN...

...demonstratie
 linedance...



...heerlijk
 kerstontbijt...





NIEUWE MEDEWERKER

We kenden haar al van de heerlijke voetmassages... nu mogen we haar feliciteren met haar nieuwe baan! Maartje heeft na een succesvolle inwerkperiode als activiteitenbegeleidster, een contract van 8 uur per week gekregen, met ingang van 1 januari. Zij zal zich o.a. gaan richten op wellness-activiteiten. Gefeliciteerd Maartje, heel veel succes en werkplezier!

ONDERTUSSEN...



...creatief...



...kinderjes van Hoera op bezoek...

BEWEGINGS-WEETJES!

Spiermassaverlies komt veel voor bij ouderen. Een belangrijke oorzaak hiervan is een gebrek aan inspanning en een minder goed voedingspatroon. Dagelijks worden spiervezels opgebouwd en afgebroken, zodat na honderd dagen een complete spier vervangen is door nieuw materiaal. Door een gebrek aan beweging



en aan eiwitrijke voedingsmiddelen gaat de afbraak sneller dan de opbouw en vermindert de spiermassa. Dit gebeurt al na slechts vijf dagen niet bewegen. Bijvoorbeeld bij een ziekenhuisopname of het in bed liggen met griep. Gezonde jonge mensen hebben, bij goede beweging en voeding, na zes weken de verloren spiermassa weer opgebouwd. Maar ouderen bouwen de verloren spiermassa op die manier niet meer automatisch op. Blijven bewegen en goede voeding is, zeker in de winterperiode, dus van groot belang! **Een sportieve groet van Maud en Josine!**



SINTERKLAAS

De Goedheiligman vereerde Atelier de Fabriek met twee(!) bezoeken! Piet 1, Piet 2 en de "oehoe-Pieten" assisteerden hem. Iedereen kwam aan de beurt om plaats te nemen op de zetel naast de Sint... spannend... Een praatje, een persoonlijk gedicht dat voorgedragen werd, pepernoten, speculaas en een lekker kopje koffie. Het "heerlijk middagje" was ook dit jaar weer veel te snel voorbij!

INTERVIEW MET... HAY STEEGS

Wie ben je? Ik ben Hay Steegs, 65 jaar, ben 39 jaar getrouwd met Door, we hebben geen kinderen. Na 45 jaar als polijster en metaalbewerker (ook te omschrijven als vormgever van staal, waarbij ik matrijzen en vormen maakte) gewerkt te hebben, ben ik in september met pensioen gegaan.

Wat doe je bij De Fabriek? Net gepensioneerd, kwam ik Trudy tegen op een verjaardag. Zij polste mijn interesses, wat doe je echt graag?

Wandelen, spellen, puzzelen en onder de mensen zijn. Dan zit je bij de Fabriek goed! Na een dag meedraaien ben ik begonnen en het bevalt me goed. Het is wel even omschakelen na 45 jaar gewerkt te hebben: van snel en commercieel naar relaxed. Van "wat moet je doen" naar "wat wil je doen".

Wat vind je leuk aan dit werk? Het contact met de mensen, de herkenning, de waardering. Ik geniet van de aandacht die ik terugkrijg en de kleinigheden waaruit aandacht blijkt. Dat ik iemand een goed gevoel kan geven!

Wil je nog iets zeggen tegen de lezer? Koester de momenten van vreugde, en bewaar ze!



Hallo allemaal, mijn naam is Jeannette Nobels, ik werk al weer 7 jaar bij Atelier de Fabriek in



COLUMN MIJN FABRIEKS DAG

Maasbree. Creatief bezig zijn met andere mensen daar haal ik veel energie en voldoening uit. Op dit moment met een aantal gasten bezig aan een vilt project; het wordt een wandversiering voor het theatercafé dat tevens dient om het geluid te dempen. Het is ontzettend leuk om dit samen met de gasten op te zetten en uit te voeren. Vooral om te zien hoe enthousiast zij hiervan worden; het ontwerp, de kleuren en uiteindelijk van het vorderend resultaat. De basis is een oude wollen deken. Dus: mocht iemand nog een oude wollen deken hebben en niet meer gebruiken dan houden



Mooi om te zien hoe samen aan een werkstuk gewerkt wordt; bolletjes draaien; in een schaal leggen; plastic niet vergeten; glad maken; inkleuren; biscuitstook; glazuren en glazuurstook. Ja, het proces van klei naar aardewerk kost tijd. Dat kan niet in een paar dagen, dus het geduld wordt vaak op de proef gesteld. Ik ben elke keer weer verwonderd als ik zie wat er zoal gemaakt wordt door de gasten. Er ontstaan zelfs vriendschappen door deze samenwerking. Het is bijzonder om te zien hoe iedereen geniet op zijn of haar manier. Op de komende Lentemarkt zullen er weer vele mooie werkstukken bewonderd kunnen worden.

Ik geef de pen door aan Daan Claessen.