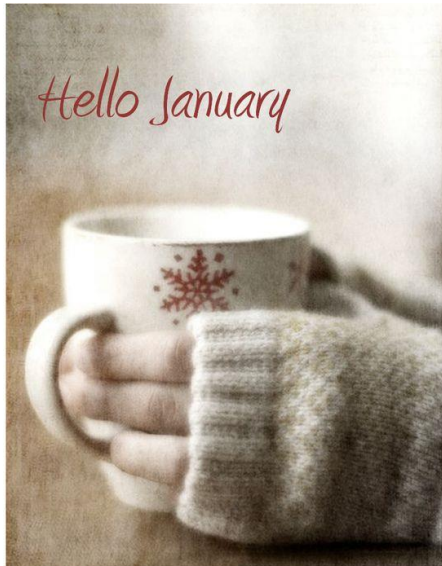


Nieuwsbrief januari

Hallo lieve leden,

Het is januari en dat betekent dat alle feestdagen weer achter de rug zijn. Januari is meestal een redelijk saaie maar ook rustige maand. Er zijn vaak geen verplichtingen meer en we hoeven niet meer op zoek naar kerstcadeautjes waardoor we aan het eind van de maand blut zijn 😊. In plaats daarvan kunnen we lekker bijkomen van alle hectiek van de maand december.



Het is nu officieel 2019. Wat is het jaar weer voorbijgevlogen! Wat zijn jouw plannen voor dit jaar? Misschien is het leuk om die voor jezelf op te schrijven of in een collage te verwerken (wellicht ook een leuke bezigheid voor bij JIJ).

3D tekenen, naaldvilten en knutselen met houtjes zijn activiteiten die deze maand in JIJ te vinden zijn. Maar we hebben ook nog een extra activiteit leuke activiteit. Ben je benieuwd? Lees gauw verder 😊. Heb je wel eens gehoord van haptonomie en hoe dit een aanvulling kan zijn bij mensen met een eetstoornis? Kom dan naar de info avond van Marion Hoogkamer.

Het JIJ-huis is deze maand weer open op de normale openingstijden. Vanaf nu verandert alleen de zaterdag qua tijd.

Naast alle georganiseerde bezigheden is het JIJ-huis natuurlijk open voor de inloop en kun je van heerlijke maaltijden genieten. Weet, niets moet, maar als je iets vermakelijks, afleidend, ontspannend of gezelligs wilt doen, dan mag en kan dat altijd. Weet ons te vinden voor aanmeldingen, vragen, opmerkingen, twijfels, suggesties, ideeën op

locatiejihuis@stichting-jij.nl

ACTIVITEITEN

Woensdag 2

Knutselen met houtjes

Donderdag 3

3D tekenen

Maandag 7

Vogelvoer

Woensdag 9

Naaldvilten

Donderdag 10

Knutselen met houtjes

Maandag 14

3D tekenen

Woensdag 16

Vogelvoer

Donderdag 17

Naaldvilten

Zaterdag 20

Open

Maandag 21

Knutselen met houtjes

Avond: Haptonomie

Woensdag 23

3D tekenen

Donderdag 24

Vogelvoer

Maandag 28

Naaldvilten

Woensdag 30

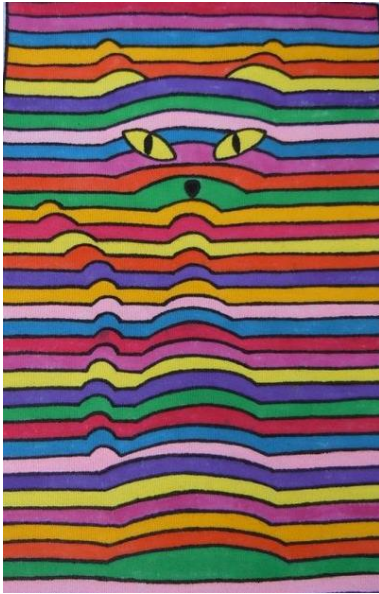
Bakactiviteit

Donderdag 31

3D tekenen

Activiteiten inloop:

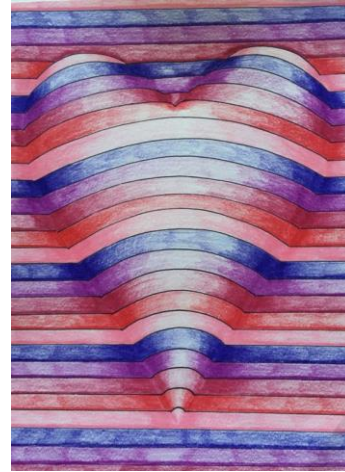
3D tekenen



Zelf een eenvoudige 3d tekening, of OP-art, maken is heel leuk. En je hebt hier alleen een potlood en een paar stiften of kleurtjes voor nodig. Start met je eigen hand en maak daarna nog wat andere figuren die, als het klaar is, er heel vet uitzien! Het lijkt net of er iets uit het papier komt maar

het is een optische illusie.

Dit lijkt nog best moeilijk maar is eigenlijk heel simpel als je het eenmaal doorhebt. We hebben genoeg zodat je voorlopig nog wel even aan de slag kan met deze activiteit.



voorbeelden

Donderdag 3, maandag 14 en woensdag 23 en donderdag 31 tijdens de inloop

Naaldviltten

Naaldviltten (of droogviltten) is het verviltten van ongesponnen wol met een naaldviltnaald, een naald met weerhaakjes. Je kunt er schattige figuurtjes mee maken, soort kleien met wol eigenlijk, of ermee "schilderen" op een ondergrond (lapje vilt). Je werkt bij naaldviltten niet (echt) met patronen en er is veel ruimte voor je eigen creativiteit. Het is niet moeilijk en toch uitdagend, en het enige dat je nodig hebt is

een viltnaald, evt een ondergrond, een beetje lontwol, en een portie aandacht en geduld. Natuurlijk hebben we alle uitleg op papier en zijn er weer vele voorbeelden!



Wool Drijer Balls - Jess' Crunchy Shop

Woensdag 9, donderdag 17 en maandag 28 tijdens de inloop

Knutselen met houtjes



We hebben een hele zak vol met kleine houten latjes. En je weet, hier bij JIJ kunnen we overal leuke dingen van maken! Geef ze een kleurtje met verf, schuur ze een beetje voor een 'nostalgisch effect', schrijf er een mooie tekst op en zet hem ergens neer of geef het weg. Of plak er een paar aan elkaar en maak er een leuk wandbordje of een onderzetter van. Kortom met deze



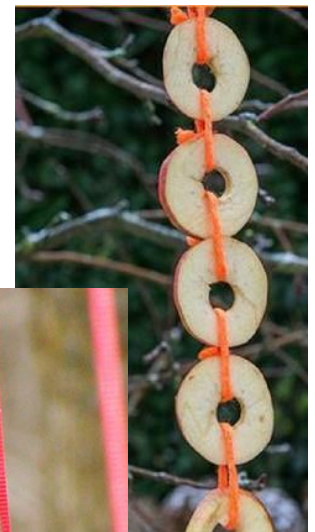
kleine houten plankjes kun je weer lekker aan de slag. Uiteraard zijn er weer genoeg voorbeelden ter inspiratie!



Woensdag 2, donderdag 10 en maandag 21 tijdens de inloop

Extra activiteit: vogelvoer

Januari is een lange, en misschien wel koude, maand. Daarom hebben we deze maand drie keer, één maal op een maandag, één maal op een woensdag en één maal op een donderdag een extra activiteit ingepland. Laten we deze maand vooral de vogels niet vergeten. Rijk een sliert pinda's of appelschijven waar vogels lekker van kunnen smullen. Of maak 'lekkere hapjes' van een wc



rolletje ingesmeerd met pindakaas of rijk popcorn aan een ijzerdraadje! Een leuke activiteit en de vogels zullen je dankbaar zijn 😊



Maandag 7, woensdag 16 en donderdag 24 tijdens de inloop

Bakactiviteit:



Woensdag 30 januari tijdens de inloop

Ook deze maand staat er weer een bakactiviteit op de planning. We zijn er nog niet uit wat, en willen jullie vragen of je misschien suggesties hebt. Is er iets wat je zou willen maken bij JIJ of iets wat je zou willen laten maken, want dat kan natuurlijk ook 😊, geef het ons door en we gaan er op woensdag 30 januari mee aan de slag tijdens de inloop.

Zaterdag

Elke derde zaterdag van de maand is het JIJ huis open voor de inloop. We hebben alleen in het nieuwe jaar een kleine aanpassing gedaan omdat we merkte dat de tijd waarop het JIJ-huis open was toch niet helemaal aansloot bij jullie wensen. Daar willen we uiteraard naar kijken om het voor jullie zo prettig mogelijk te maken. Daarom is het JIJ-huis **vanaf nu elke derde zaterdag van de maand open van 10.00-13.30 uur**. Als je zin hebt om te blijven of te komen lunchen, dan is dat mogelijk. Wel is het de bedoeling dat je je eigen lunch zorgt. Aanmelden voor deze dag is, net als voor de andere inloop dagen, niet nodig. De thee/koffie en koekjes worden natuurlijk wel verzorgd door JIJ 😊. Heb je zin om te komen lunchen? Of kom je gezellig langs voor een kopje thee of een activiteit? We hebben niks concreets op de planning staan maar we kijken vaak op die dag waar we zin in hebben.

Zaterdag 19 januari

