

Activiteiten

Woensdag 2
houten kerstversiering

Donderdag 3
placemats

Zaterdag 5
diamond painting
yoga

Maandag 7
houten kerstversiering

Dinsdag 8
bedankgeschenkjes

Woensdag 9
placemats

Donderdag 10
diamond painting
kerstboom optuigen

Maandag 14
placemats

Dinsdag 15
kerststuk maken

Woensdag 16
diamond painting

Donderdag 17
houten kerstversiering

Zaterdag 19
houten kerstversiering
ontspanningsochtend

Maandag 21
diamond painting

Woensdag 23
houten kerstversiering

Donderdag 24
placemats

Maandag 28
placemats

Woensdag 30
diamond painting

Donderdag 31
placemats

Nieuwsbrief December 2020

Lieve leden,

De tijd vliegt: het is alweer december! Voor sommigen de gezelligste maand van het jaar, met natuurlijk Sinterklaas en Kerst als hoogtepunten. We hopen dan ook dat er geen strengere maatregelen komen zodat we het hele programma uit kunnen voeren, want er staan in december een hoop leuke dingen op jullie te wachten. Uiteraard geldt ook nu dat dit onder voorbehoud is, en wanneer er strengere maatregelen komen worden jullie zo snel mogelijk op de hoogte gesteld van eventuele wijzigingen.

De maand begint goed met een bezoekje van de Sint aan het JIJ-huis, en gaan we weer lekker ontspannen tijdens de yogales van Ruth en geeft ze samen met Sylvia ook nog een heerlijke ontspanningsochtend. Om onze sponsors te bedanken voor alles dat zij voor Stichting JIJ mogelijk maken gaan we hele leuke bedankgeschenkjes maken, maar ook Kerst komt rijkelijk aan bod met het versieren van de kerstboom en het maken van kerststukjes.

Ook hebben we deze maand weer verschillende leuke crea-activiteiten voor jullie klaarstaan. Zo gaan we aan de slag met het populaire diamond painting, borduren we supermooie placemats en gaan we houten kerstversiering maken. De linkjes om je hiervoor aan te melden vind je weer in de weeknieuwsbrieven die je iedere vrijdag in je mailbox ontvangt.

Op donderdagmiddag 24, kerstavond, en 31 december, oudejaarsdag, is het JIJ-huis tot 16 uur geopend. De inloop zal op die dagen van 12.30 tot 14.15 en van 14.30 tot 16.00 uur zijn. Tijdens de twee kerstdagen is er een telefonische bereikbaarheidsdienst. Mocht je behoefte hebben om even te bellen dan kan dat op 1e kerstdag met Annemieke die van 15.00 tot 16.00 uur te bereiken is op 0616-810695 en op 2e kerstdag is Susanna er van 15.00 tot 16.00 uur en te bereiken op 0633-777901.

Op naar een supergezellige maand!



Activiteiten/workshops/trainingen – vooraf aanmelden

Sinterklaas in het JIJ-huis



We beginnen deze maand met Sinterklaas. De goede 'man' heeft wat kleine presentjes voor de leden gemaakt die hij vanaf 2 december in het JIJ-huis achter zal laten.

Kom je tussen 2 en 5 december naar de inloop dan mag je een zakje (pp) meenemen. 'Hij' is benieuwd wat jullie ervan vinden en stelt een paar leuke foto's zeer op prijs.

Yoga

Leer je lichaam accepteren, leef in het nu en geniet van de rust op je yogamatje. Een goede balans tussen jouw innerlijke rust en je lichaam is de 'key' om de kwaliteit te verbeteren van je leven. Yoga gaat niet om de prestatie maar om de zelfacceptatie!



Ook is Yoga goed om te leren gaan met weerstand die je tegenkomt. Niet alleen op de Yogamat, maar ook in het dagelijkse leven. Ben je geneigd ervoor weg te lopen of ben je misschien geneigd om jezelf er vol in te gooien?

Een balans vinden in het iedere keer bewust opzoeken van een klein beetje weerstand, zal groei stimuleren. Niet alleen op de Yogamat, maar ook in het dagelijkse leven. Bewust aandacht geven, ruimte ademen naar de weerstand die je tegenkomt. En als je ruimte ervaart, opnieuw een klein beetje weerstand opzoeken. Op zoek naar dat kleine stukje buiten je comfortzone. Dat stukje waar groei gestimuleerd wordt!

Deze maand geeft Ruth een yogales op zaterdag 5 december van 10.30 tot 12.00 uur. Je kunt je aanmelden via de reserveringsprikker die je in de nieuwsbrief van 27 november en 4 december vindt.

Bedankgeschenkjes maken

Op dinsdagmiddag 8 december organiseren we een crea middag om samen met jullie presentjes te maken/versieren die we als bedankje naar onze sponsors willen sturen. Zij zijn degene die ons met een groot, warm hart steunen zodat onze mooie Stichting JIJ kan blijven doen wat het al 10 jaar doet. Deze mensen willen we graag bedanken met een klein **merci** geschenkje. De Merci doosjes willen we gezellig aankleden met leuke materialen zodat het een heel persoonlijk doosje gaat worden.



Ik, Brigitta, zou het erg leuk en gezellig vinden om dat met jullie samen te doen. Help je mee? Meld je dan aan via de reserveringsprikker die in de weekniewsbrief van 4 december staat. Dan zie ik jullie graag op dinsdag 8 december van 13.00 tot 15.00 uur.

Kerstboom versieren



Uiteraard zal ook dit jaar in ons JIJ-huis de kerstboom niet ontbreken en zorgen voor een gezellige sfeer. Op 10 december zullen we zorgen dat er een mooie boom staat. We zouden het heel gezellig en leuk vinden om die met elkaar op te tuigen. We kunnen er niet met te veel tegelijk aan werken maar we kunnen elkaar tijdens de inloop wel afwisselen en de boom mooi optuigen.

Er is genoeg kerstversiering die we kunnen gebruiken en dit jaar hangen we er ook een paar mooie uiltjes in. En we kunnen hem eventueel de rest van de maand opvullen met de dingen die er in het JIJ-huis gemaakt zullen worden. Help je ook mee? Je hoeft je hiervoor niet aan te melden. Ben je er tijdens de inloop, dan kun je helpen om de boom op te tuigen.



Kerststuk maken

Mijn naam is Miriam, ik ben 27 jaar oud en al een tijdje lid van het JIJ-huis. Ik ben opgeleid tot bloemist en ben tijdens en na mijn opleiding werkzaam geweest als bloemist maar ook als zzp'er in winkels en op bloemen evenementen en beurzen. Ik heb dit altijd met onwijs veel plezier en liefde gedaan maar was helaas genoodzaakt hiermee te stoppen. De passie voor de natuur en het bloemen vak blijft en het kriebelt heel vaak om weer eens wat leuks te doen en te maken.

Ik heb gevraagd of ik een workshop bloemschikken mag geven in het JIJ-huis en dit mocht! Ik heb dan ook met veel enthousiasme een workshop voorbereid. Graag wil ik met jullie een 'kerst-tak' maken. Dit is één van mijn



lievelingskerstarrangementen! Op de foto kunnen jullie een voorbeeld zien. Wij zullen de tak maken zonder lichtjes en onderbord maar als je dit wel leuk vindt, en misschien zelf thuis nog iets hebt liggen, neem het dan mee, dan zal ik je helpen het te verwerken (dit kun je uiteraard zelf evt. ook thuis doen).

Ik heb er superveel zin in en hoop jullie te zien op dinsdag 15 december om van 13:00 uur tot ongeveer 14.30 uur. Inschrijven kan via de datumprikker die je in de weekbrief van vrijdag 11 december vindt.

Graag tot dan! Liefs Miriam.



Ontspanningsochtend



In deze hectische tijd is het bijna altijd druk. Druk op straat, druk op school of werk maar vaak ook druk in je hoofd. We 'moeten' vaak van alles doen.

Graag willen wij, Ruth en Sylvia, jou in deze drukke adventstijd uitnodigen en meenemen naar rust en verbinding. Dit willen we op 19 december doen met een Latifa meditatie. Dit is een oud Soefi-gebed/geleide meditatie wat ons kan helpen verbinding te maken met de essentie van ons wezen. Het brengt ons dichter bij ons (hogere) zelf en is een middel om te ontdekken wat ons echt beweegt. Daarna zullen we +/- 1,5 uur mindful creatief bezig zijn doormiddel van tekenen of schilderen. Wij zullen de ochtend dan gezamenlijk afsluiten met een korte mindful meditatie.

Om deze ochtend met elkaar af te sluiten willen we je ook uitnodigen voor een fijne, rustige lunch die wij voor jullie verzorgen. Dit laatste is uiteraard geen must. Je kunt er ook voor kiezen om voor de lunch naar huis te gaan. Graag wel bij je aanmelding je keuze vermelden zodat wij weten voor hoeveel personen we de lunch kunnen verzorgen. We kijken uit naar jullie komst.

Deze workshop is op zaterdagochtend 19 december van 10.00 tot ongeveer 12.30 en gaat door bij minimaal 2 aanmeldingen. Blijf je voor de lunch dan sluiten we om ongeveer 13.30 uur af.

Crea-activiteiten – vooraf aanmelden

Zoals altijd hebben we deze maand ook weer drie crea-activiteiten. Deze maand maken we mooie placemats, gaan we aan de slag met diamond painting en versieren we houten kersthangers.

Aanmelden voor de crea-activiteiten, die plaatsvinden tijdens de inloop, kan via de reserveringsprikker die iedere week in de weeknieuwsbrief te vinden is.

Diamond painting

De geschiedenis van diamond painting is niet helemaal helder. Het moderne patent is in 2009 aangevraagd door een Chinees bedrijf. Doorslaggevend voor het succes hierbij was de manier waarop het plakken in zijn werk ging en de materialen die hierbij gebruikt werden. Voor deze uitvinding werd er gebruik gemaakt van een ondergrond van velvet, maar de lijm plakte hier niet zo goed aan. Hierdoor lieten de steentjes gemakkelijk los.

Diamond painting was voor 2017 eigenlijk helemaal niet erg bekend. Maar de nieuwe methode maakte diamond painten een stuk makkelijker en leuker en vanuit Azië verspreidde de hobby zich snel over de rest van de wereld.

Vandaag de dag is het een veel gezochte zoekterm in Google. Naast Azië is het ook in Rusland erg populair.



Als je diamond painting letterlijk vertaalt betekent het diamant schilderen. Klinkt als een dure hobby... We praten hier over zogeheten rhinestones (geen echte diamanten). Rhinestones klinkt waarschijnlijk al wat bekender in de oren. Dit zijn die kleine glimmende steentjes, zoals Gerard Joling die vaak draagt op zijn T-shirts. Ze zijn er in twee verschillende soorten, vierkant en rond, 5D en 3D.

We hebben het al eens eerder in het JIJ-huis gedaan met afbeeldingen die je in kon vullen. Nu gaan we het anders doen. Je maakt zelf een afbeelding die je bijvoorbeeld op een notitieboekje plakt.

Er is ook een grote hoeveelheid steentjes, en niet gesorteerd in een doosje zitten. Hier kun je bijvoorbeeld een klein doosje mee beplakken of een waxinelichtje. Of misschien vind je het leuk om iets voor op je telefoon te maken of heb je iets anders waar je het op kan plakken. We hebben een heleboel voorbeelden en een uitgebreide beschrijving voor als je zelf iets wilt ontwerpen. Er zijn een aantal notatieblokjes en wat kleine doosjes aanwezig maar als je zelf iets hebt dat je wilt beplakken, neem dat dan gerust mee.



Placemats borduren



Een placemat wordt vaak op tafel gelegd onder bord en bestek om het tafelblad niet te verontreinigen of te beschadigen. Soms is een placemat zó decoratief vormgegeven dat ze te mooi zijn om als onderlegger gebruikt te worden en doen ze dienst als versiering. Wij gaan deze keer eenvoudige placemats decoratief maken door ze te borduren. Met borduurzijde en eenvoudige borduursteken en door gebruik van veel kleur tover je een placemat om in een waar 'kunststuk'. Je kunt hem eventueel gebruiken als pronkstuk op tafel met de kerst of je kunt hem zelfs aan de muur hangen als decoratiestuk. Gebruik de kleuren die je aanspreken om hem zo heel persoonlijk te maken.

Voor iedereen is er één placemat om te borduren. Er is een bak vol met heel veel kleuren borduurzijde en er zijn een aantal voorbeelden. Weet je niet hoe te beginnen, ook dat hebben we op papier staan, samen met een aantal voorbeelden van verschillende soorten steken.



Houten kerstversieringen

Vroeger werden vooral bomen gezien als een symbool voor de vruchtbaarheid. De Romeinen en ook de Germanen zagen in bomen een soort Goddelijkheid. Het waren belangrijke natuurelementen die zorgden voor de verbinding tussen de Goddelijke wereld en de aardse wereld. Ook werden bomen gezien als een ware levenskracht. Vandaar dat de boom ook wel eens de levensboom werd genoemd.



Aan het einde van de middeleeuwen ontstond in de Elzas de gewoonte om een naaldboom in huis te plaatsen en deze te versieren met kaarsen, gekleurd papier en suikergoed. Dit was een teken dat zij de naderende lente verwelkomden. Dat gebruik verspreidde zich vervolgens naar het westen.

Kerstballen werden pas in de 17e eeuw gemaakt. Het begon als een wedstrijd wie de grootste glazen bol kon blazen.

Deze werden dan in de deuropeningen gehangen, ook om de boze geesten verjagen. Met de jaren werden de ballen ook lichter en kleiner gemaakt en konden ze in de kerstboom gehangen worden.



Wij gaan aan de slag met houten figuren en schijven, knijpers en 'keel'stokjes. Je kunt ze versieren met verf en markers maar ook met de houtbrandpen of met vilt. We hebben weer heel veel voorbeelden en een tas vol met materialen waar vast wel iets voor je bij zit.

Bij aanmeldingen, vragen, opmerkingen, twijfels, suggesties en/of ideeën kun je ons altijd bereiken via locatiejijhuis@stichting-jij.nl.

Zaterdagopening:

Op zaterdag 5 en 19 december is het JIJ-huis voor inloop geopend van 10.00-13.30.

**Wij wensen jullie hele fijne dagen
en een mooi en liefdevol**

