

Nieuwsbrief januari 2015



Beste lezers van onze nieuwsbrief,

2015 een nieuw jaar met verwachtingen, beloften en hoop, goede moed en allerlei voornemens. Wij maken er weer een mooi jaar van met vele activiteiten.

[Workshops die het hele jaar door worden georganiseerd als er voldoende belangstelling voor is:](#)

Workshop broodbakken

In het afgelopen najaar hebben we voor het eerst een broodworkshop georganiseerd en dat was een enorm succes. Ook tijdens de komende workshops zal het een verrassende avond worden waarin je diverse broodsoorten gaat maken zoals worstenbroodjes, vlechtbrood maar ook heerlijke appelbollen. Je bent met een kleine groep in een kleine bakkerij waar groots gebakken wordt en vooral met heel veel plezier.

Datum: vrijdag 6 februari
Tijd: 18.00 uur tot ongeveer 22.00 uur
Kosten: € 15,50 all-in
Waar: De Edelenburg 58 aan de zijkant van het huis ligt de ingang van "de bakkerij" in De Steenenburg.

Aanmelden: via e-mail stichtingchaja@live.nl



Workshop Mandala tekenen

In deze workshop Mandala tekenen maak je kennis met de traditionele mandala en de vrije/intuïtieve mandala. Je krijgt speelse oefeningen aangereikt die je eigen creativiteit stimuleren. Je ervaart hoe rustgevend het is om zo bezig te zijn.

Datum: zaterdag 28 maart
Tijd: 10.00 tot 12.00 uur
Kosten: € 8,00
Waar: Palmenweg 5, 5388 SG Nistelrode
Aanmelden: via e-mail stichtingchaja@live.nl



Tapas Kookworkshop

Als je belangstelling hebt om een workshop mee te maken kun je dit aan ons doorgeven via stichtingchaja@live.nl of per telefoon 06-39507185 en word je geïnformeerd zodra er voldoende deelnemers zijn en er een datum bekend is. Je kunt je ook als groep (max 14 personen) aanmelden bijv. de groep waarmee je Herstel en Balans hebt gedaan of met je Samenloop voor Hoop team. In overleg wordt er dan een geschikte datum afgesproken.



Kosten p.p. € 16,50 en de workshop wordt georganiseerd in De Landwinkel in Oss op een woensdag van 17.00 uur tot ongeveer 21.00 uur

Op 4 februari is er een workshop voor een groep die deel heeft genomen aan Herstel en Balans.

Beelden voor je leven

De workshop beeldend verwerken bestaat uit 4 dagdelen beeldhouwen in hout of steen bij Creapoelka in Ravenstein.

Data: woensdag 11 en 25 maart, 8 en 22 april
Tijd: 13.30 tot 16.00 uur.
Kosten: € 66,-, excl. materiaalkosten.
Waar: Kleine Poelstraat 7 5371 KM Ravenstein/
Demmen 0486-416172 <http://www.creapoelka.nl>
Docent: Marianne Willems.
Aanmelden: via e-mail stichtingchaja@live.nl



Vaste activiteiten:

Spelen voor je Leven

Veel mensen die behoren tot de doelgroep van *Chaja* voelen behoefte aan vrije expressie om ervaringen te verwerken, uiting te geven aan wensen en gevoelens en afleiding te ondervinden van de grote zorgen van alle dag. Voor hen is deze nieuwe Theatertraining in het leven geroepen. Iedereen, met én zonder spel ervaring, is welkom en kan zich op eigen tempo en niveau bewegen tijdens de dynamische bijeenkomsten. Er wordt gebruik gemaakt van oefeningen uit de theaterwereld.

Doel is dat ieder deelnemer zich, na een plezierige bijeenkomst, ontspannen en een beetje 'opgetild' en flink geïnspireerd voelt het leven te leven.



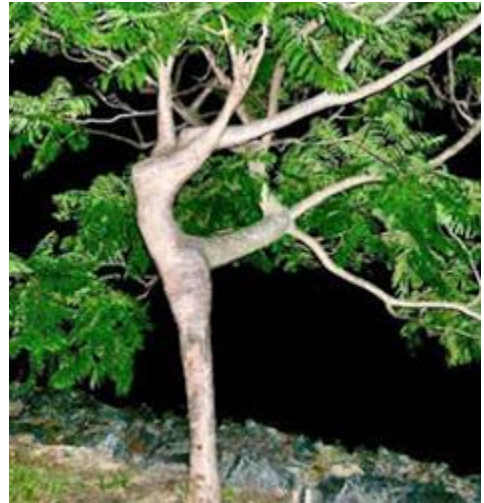
Data: 23 januari, 6 en 20 februari, 6 en 20 maart, 3 en 17 april en 1 mei
Tijd: 9.30 tot 11.30 met uitloop tot 12.00 uur.
Kosten: € 55,- per halfjaar, inclusief koffie/thee in restaurant de Groene Engel
Kleding: makkelijke kleding zoals bijv. een joggingbroek, dikke sokken etc.
Waar: De Groene Engel Kruisstraat 15 5341 HA Oss
Theatercoach: Mevr. Wim Wijnakker, zie <http://www.wijnakkerimagery.nl/#all>
Aanmelden: via e-mail stichtingchaja@live.nl of kom naar de Groene Engel
Je bent altijd van harte welkom een keer vrijblijvend mee te komen doen.

Afgelopen najaar is Chaja gestart met: Theater "Spelen voor je leven" en Omroep Brabant was bij de start. Lees en luister naar hun verslag...
<http://www.omroepbrabant.nl/?news/216374932/Kankerpatienten+op+de+theaterplanken+in+Oss+s+Hier+kan+ik+weer+mens+zijn.aspx>

Dansen met Chaja

Dans is één van de oudste vormen van communicatie, misschien nog wel ouder dan de taal. Het is een vorm om elkaar zonder woorden te ontmoeten. Tegelijkertijd kan dans je dichterbij brengen bij wie jij eigenlijk bent, wat je in je hebt en hoe je van daaruit in contact treedt met de ander.

Dans je lijf en je geest lekker los. Wie weet, laat je dan ook andere dingen los die jou nu in de weg zitten. We gebruiken dans, beweging, oefeningen en meditatie. Annemieke Brinkman (www.Commovare.nl) gebruikt muziek uit alle werelddelen: stampende drums, klassieke pianomuziek en alles wat daar maar tussenin kan liggen. De muziek neemt ons mee op een ontdekkingsreis door onze dans en ons leven.



Data: zaterdag 7 februari en zaterdag 7 maart (data in april en mei zijn nog niet bekend)
Tijd: 10.00 tot 11.30 uur
Waar: PUUR fitness Euterpelaaan 19, 5344 CA Oss
Kosten: € 8,00 per les
Aanmelden: via e-mail stichtingchaja@live.nl

Zingen voor je leven Koor Chaja

Op zaterdag 1 november hebben honderden Zingen voor je Leven koorleden genoten van de Landelijke Korendag van Stichting Kanker in Beeld. Deze dag stond in het teken van saamhorigheid en ondersteuning door zang. Samen vierden de koorleden het leven! Er is een prachtige film van de Landelijke Korendag! Deze is gemaakt door filmer Nik Lijnis Hufferreuter! Kijk mee en proef de sfeer van deze bijzondere dag!
<https://www.youtube.com/watch?v=hpv8Ek3-J9A&feature=youtu.be>



Ook presenteerde Cindy van der Meer, special guest op de Landelijke Korendag, officieel haar videoclip over haar periode met borstkanker. Heel indrukwekkend! Zie de videoclip op onderstaande link
<http://www.kankerinbeeld.nl/nav/nieuws--agenda/nieuwsberichten/videoclip-over-verwerkingsproces-borstkanker/>

Ook dit jaar gaat Chaja weer door met zingen voor je leven. De data van het 1e half jaar zijn:
Data: 30 januari, 27 februari, 13 en 27 maart, 10 en 24 april, 15 en 29 mei en 12 juni
Tijd: 9.30 tot 12.00 uur.
Kosten: €55,- per halfjaar, inclusief koffie/thee in restaurant de Groene Engel
Waar: De Groene Engel Kruisstraat 15 5341 HA Oss
Je bent altijd van harte welkom een keer vrijblijvend mee te komen zingen. Ervaring is niet nodig, plezier staat voorop.
Aanmelden: vooraf bij Marleen van den Berg telefoon 0412 – 631963 / 06-39507185

Gedichten schrijven

Heb je belangstelling om (verwerkings) gedichten te leren schrijven stuur dan een e-mail en bij voldoende aanmeldingen wordt er een cursus georganiseerd.
Hieronder een gedicht van een deelnemer aan de zomer cursus.

Vooruitzicht en gevolg

*Gevolgen niet te licht voorstellen
te verwachten onzalig vooruitzicht
drenzen en doemen plastisch verbeelden*

*wat vermogen ze om mij aan te voelen:
meelopen en onwrikbaar vastklikken
instellen op de millimeter geconcentreerd
doelmatig vertrouwen inpalmen*

*achter loodzwaar bunkermuur geborgen
de machine kwantonen laten sproeien
en pijnloos de huid doorgloeien
zoemend en schroeiend doorbloeden*

*met zacht verspanen gezalfd
in doeken en rekbare buizen
als gewatteerd, één'oornig opzij
zacht, onwaarneembaar voelen*

*wel steeds voor twee geteld
want wie weet wat waarheid wordt
ik zal het laten gebeuren
en zien . . . , en zijn,*

*vooral gauw gericht actief aanpakken.
Jan Teuwen*

Mont Ventoux evenement

Fantastisch was het om als ondersteuner van het team Kanker in Beeld dit evenement in september jl. mee te mogen maken. Toppers zijn het de wandelaars, (hard)lopers en fietsers, wat een levenskracht was er voelbaar! Het idee was er meteen: " in 2015 komen we hier terug!"

Heb je zin om mee te doen laat het alvast weten. Chaja is nl. samen met Kanker in Beeld in gesprek om gezamenlijk mee te gaan doen op 3 en 4 september. Zodra er meer concreetheid is, versturen we die per nieuwsflits.

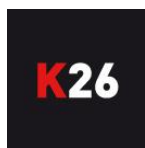


Zie het verslag van Kanker in Beeld van dit evenement op onderstaande link:
<http://www.kankerinbeeld.nl/nav/nieuws--agenda/nieuwsberichten/op-de-top-van-de-mont-ventoux/>

Algemeen nieuws

Expositie Anton Jurgens apotheek

In 2013 is Stichting Chaja Oss e.o. een samenwerking gestart met K26. De kunstenaars die hier aan meedoen schenken de helft van de vraagprijs van hun verkocht kunstwerk aan Chaja. De werken zijn te zien in Apotheek Anton Jurgens Schadewijkstraat 8 Oss.



STICHTING
BEELDENDEKUNST
OSS

Ook het grote mozaïek werk van Stichting Chaja is hier tentoongesteld. Dit mozaïek schilderij is gemaakt door 25 deelnemers aan een workshop schilderend verwerken georganiseerd door Stichting Chaja. Veel van hen wilden wel schilderen, maar dachten het niet te kunnen. Door samen één groot werk te mogen maken, werd de drempel een stuk verlaagd. Marlies van der Wouw, beeldend kunstenaar, begeleidde hen tijdens deze workshop. De deelnemers hebben hiermee ervaren dat het mogelijk is op een positieve manier met verwerking bezig te kunnen zijn.

Anna's wens

Wil je een individuele schildersessie meemaken onder begeleiding van een kunstenaar die tevens geschoold is in de begeleiding van kankerpatiënten. Dat kan!

Aanmelden: via telefoon 0412 – 631963 / 06-39507185
of mail naar stichtingchaja@live.nl.

Kosten: dankzij het Anna's wensfonds zijn er aan deze eenmalige schildersessie geen kosten verbonden.



Dank!

Dankzij de huisvlijt van Jacqueline en Kees Otte, die zelf heerlijke jam van Limburgse vruchten hadden gemaakt heeft Stichting Chaja € 67,- ontvangen van hen mogen ontvangen. Wil je Chaja ook ondersteunen dat kan ook door bijv. het kopen van diverse kaarten, Chaja taart recept en zelfs Tapas kookboekjes.

Stichting Chaja is ANBI gecertificeerd, dus al je giften zijn fiscaal aftrekbaar.

Oproep

We zijn nog steeds op zoek naar hulp van een IT specialist t.b.v. de nieuwsbrief en onze website. Ben jij of ken je iemand met voldoende ervaring en beschikbare tijd die ons hierbij kan helpen, dan komen wij graag met je in contact via stichtingchaja@live.nl of neem telefonisch contact op met Marleen van den Berg (0412- 631963 of 06-39507185)
Kijk ook eens op de website van Stichting Chaja (www.stichtingchaja.nl) of www.kankerinbeeld.nl voor nog meer nieuws over creatieve activiteiten.
Of op [facebook.com/StichtingChaja](https://www.facebook.com/StichtingChaja)

Afmelden nieuwsbrief

Wens je deze nieuwsbrief niet meer te ontvangen stuur dan een mail naar stichtingchaja@live.nl. Wij zorgen er dan voor dat je geen nieuwsbrieven meer ontvangt.