

STOOFNIEUWS

nieuwsbrief nr. 21 van 't Stoofje

Adres Stoofstraat 15
4731 HW Oudenbosch
tel. 0165-313078

e-mail stoofjehierenu@hetnet.nl
website www.hetstoofje.nu
Ibannr.: NL07RABO0140703764



Maart- April 2015

't Stoofje is al 40 jaar dé ontmoetingsplek voor inwoners van Oudenbosch en omgeving. Intussen is het uitgegroeid tot een plek waar iedereen zich thuis voelt! Voor jong en oud(er) worden allerlei activiteiten en inloopmiddagen georganiseerd.

*Iedere werkdag ontmoeting: 13.00 tot 17.00 uur.

*Iedere Woensdag tweedehandsmarkt en 3 keer per maand op Zaterdag open 13.30 tot 15.30 uur.

*Activiteiten: Meditatie sessies, samen eten, creatieve workshops en pelgrimeren.

Meld je aan voor onze nieuwsbrief of Like ons op Facebook wanneer je op de hoogte wilt zijn.

Een greep uit de AGENDA van 't Stoofje:
Ontmoet Hospice zorg, Okusubera 14 maart 13.45 of 15 uur.
Nieuw Start meditatielessen Di 17 maart 10.00 uur Nieuw
Van schouwen naar Schilderen 24 maart 14.00 uur
Boekenmarkt 28 maart 11.00 tot 15.30 uur
Goede Vrijdag meditatie met maaltijd 3 April
Beleef Pasen Anders Wandeling, eerste paasdag 6.00 uur.
Tweede paasdag en 27 April Koningsdag Gesloten
Markt iedere woensdag open van 13.30 uur tot 15.30 uur.
Pinkster stilteweekend 22-25 mei.

Hospice zorg in Oeganda.



't Stoofje organiseert in samenwerking met Okusubira: Ontmoeting met hospicezorg in Tororo, Oeganda. Rian, een van de koks van 't Stoofje, is ook actief voor Okusubira, een stichting die hospicezorg in Oeganda ondersteunt. Onlangs was zij weer op werkbezoek in Oeganda. Omdat zij vaak de vraag krijgt er meer over te vertellen, organiseren we deze middag, waarvoor je hartelijk uitgenodigd bent. Er zijn twee ontmoetingen mogelijk op Zaterdag 14 maart 2015. Aanvang om 13.45 of 15.00 uur. Een presentatie van één uur die gegeven wordt in de cursusruimte van 't Stoofje. Hierna of hiervoor kun je natuurlijk meteen ook een kijkje nemen op onze tweedehandsmarkt. De laatste van het winterseizoen dus met 50 % korting op de kleding. Er wordt geen toegang gevraagd voor de lezing. Een vrije gift zal in zijn geheel ten bate komen van Hospice Tororo.

Meditatie oefeningen start dinsdagochtend 17 maart

In 't Stoofje is een prachtige stille ruimte waar iedere dag gebruik van gemaakt wordt. De dag in stilte beginnen is voor iedereen een weldaad. Elke vrijdagmiddag sluiten we de week in stilte af om opgefrist het weekend in te gaan. Je bent van harte welkom. Voordat je hierbij aansluit is het misschien fijn om wat oefeningen aangereikt te krijgen in de kunst van het mediteren. Dit kan vanaf 17 maart iedere dinsdagochtend om 10.00 uur in 't Stoofje. Met behulp van meditatieve ontspanningsoefeningen wordt je je bewust van je ademhaling. Door middel van muziek, beweging en stilte maak je ruimte voor wat er in jou leeft. De lessen duren 1 ½ uur en worden gegeven door Mevr. Bhajanpreet. Er wordt een bijdrage gevraagd van € 5,50 voor 't Stoofje.



Boekenmarkt en Zomerkleding.

De voorbereidingen zijn al enkele weken in volle gang voor de boekenmarkt van 28 maart. Vanaf 11.00 uur start de verkoop. De winterkleding in de kledingloods zal dan ook vervangen zijn door de zomerkleding. Kom dus naast boeken ook je Paasoutfit scoren op de tweedehandsmarkt. 't Stoofje uit graag haar dankbaarheid naar de bringers van al die mooie spullen voor onze markt. Daarmee wordt het mooie werk van 't Stoofje mogelijk gemaakt. Iedere werkdag tussen 13.00 uur en 17.00 uur pakken de gastvrouwen/heren graag de bruikbare spulletjes aan in de Stoofstraat.



Nieuwe vrijwilligster: Céline.

Drie keer per jaar wordt er door twee leerlingen van het Marklandcollege stage gelopen in 't Stoofje. Dit heet de maatschappelijk stage. Landelijk zijn scholen en gemeentes niet meer verplicht deze stages aan te bieden. Wij vinden het mooi dat het markland deze activiteit toch in het lesprogramma heeft gehouden. De vrijwilligers leren van de leerlingen en de leerlingen leren van de vrijwilligers. De afgelopen stage was daar ook weer een goed voorbeeld van. Yannick en Céline waren heel enthousiast over wat er allemaal gebeurt in 't Stoofje. Op de foto worden ze uitgezwaaid door Adje en Ineke.

Yannick zien we ook vast nog weleens terug maar voor Céline duurde dat zeker niet lang. 't Stoofje was blij verast toen ze vertelde dat ze iedere zaterdag wilde komen helpen in 't Stoofje. Zowel op de markt als binnen in de huiskamer als gastvrouw is Céline de afgelopen keren te vinden geweest. Ze is dan ook de jongste gastvrouw ooit.

Welkom Céline! Verderop lees je van de hand van haar nog een verslag van de themabijeenkomst voor vrijwilligers die zij heeft bijgewoond tijdens haar stage.



Van Schouwen naar Schilderen

Alida neemt je twee middagen mee op weg naar je verbeelding. We kijken samen naar kunst, we spreken erover met elkaar, we lezen een Bijbeltekst of een gedicht en we delen met elkaar wat ons raakt, boeit, stoort of verwondert. Vervolgens leest ieder de tekst nog eens en wordt stil, om vervolgens zelf te gaan schilderen. Tot slot krijg je de gelegenheid om je werk toe te lichten, voor zover je dat zelf wilt. Zo ontdekken we hoe beelden bij kunnen dragen aan onze geloofsbeleving. Ervaring met schilderen is niet vereist! Datum: 24 maart en 21 april. Tijd: 14.00-16.30 uur. Bijdrage €17,- voor twee middagen, incl materialen en koffie of thee. Er zijn al aanmeldingen dus wees er snel bij voor de laatste plaatsen. Vol is vol!

Pasen beleven in 't Stoofje

Op Goede vrijdag is het de hele dag mogelijk stil te zijn in de stille ruimte van 't Stoofje. Om 17.30 uur is er de mogelijkheid de geleide meditatie bij te wonen die is afgestemd door Maarten op deze bijzondere dag voor Pasen. Daarna kun je mee-eten in de keuken. Graag minimaal één dag van te voren aanmelden voor de maaltijd.

Op eerste paasdag verzamelen we om 6.00 uur in 't Stoofje. In het donker staan we stil bij de dood van Jezus en wat zijn dood voor ons betekent. Al wandelend zullen we de zon op zien komen en ervaren wat dat met ons doet. Onder begeleiding van Monica. Een wandeltocht van ongeveer 2 uur met bij terugkomst koffie/thee met paasstol in de huiskamer. Op tweede paasdag zal 't Stoofje gesloten zijn.

*Verkondigt het leven aan de stervenden,
en aan de levenden de dood.
Maar verkondigt de bevrijding van beide
aan hen die hunkeren naar overwinning.*



Uitje naar Down Town Breda

André was tot voor kort een regelmatige bezoeker van 't Stoofje. De laatste tijd zien we hem een stuk minder. Hij kon aan de slag bij Lunchroom Down Town in Breda. Een werkplek voor mensen met een beperking en André is helemaal in zijn nopjes met zijn nieuwe baan. Al snel werd het idee geopperd om te gaan eten bij Down Town en dat gaat gebeuren op 14 April. Om 10.00 uur verzamelen we in 't Stoofje en dan worden we eerst door Caspar rondgeleid op de KMA. Het mooie kasteel midden in Breda. Hier parkeren we ook onze auto. Na een lunch, uiteraard geserveerd door André, verwachten we rond 15.00 uur terug te zijn in Oudenbosch. Zowel bezoekers als vrijwilligers zijn van harte uitgenodigd mee te gaan. We rijden met elkaar mee in de auto. Geef je op bij de gasvrouw/heer voor 7 april. Bijdrage: € 9.50 (mocht dit een reden zijn om niet mee te gaan, bespreek dit met Monica)

Céline over de Themaochtend Luisteren

Afgelopen woensdag was er een themaochtend in 't Stoofje in het teken van luisteren. Iets waaraan men daar veel waarde hecht. De ochtend begon met een soort spel waarin spreekwoorden die met luisteren te maken hebben in tweetallen uitgebeeld werden. Dit zorgde voor het op gang komen van een gesprek waarin iedereen zijn steentje bijdroeg. Naarmate het gesprek vorderde en de toneelstukjes elkaar afwisselden, werd duidelijk wat iedereen mee wilde nemen en wat 'fout' zou gaan. Ik heb in die paar uren veel geleerd, namelijk dat je niet altijd ver hoeft te roepen om gehoord te worden, er zijn genoeg mensen om je heen met oren en een mond om advies te geven wanneer dat nodig is. Ook is het belangrijk te onthouden dat iedereen anders is en dus alles anders ervaart, anders leert, reageert, enz. Soms moet je eerst vragen of wat jij hoort en daarbij denkt wel klopt met hoe de ander iets bedoelde. Daarna kan je pas echt oordelen. En misschien het meest belangrijke in het hele 'gedoe' met luisteren is stilte. Stilte is soms het enige dat je nodig hebt, in jezelf en van anderen. Als je zelf geen rust in je hebt, kun je niet goed naar een ander luisteren en als een ander niet stil is kan jij je verhaal niet kwijt. Praten is zilver, zwijgen is goud. Het mooiste van de ochtend vond ik het effect van dit gesprek. Twee mensen die elkaar niet goed kenden, konden daardoor niet goed samenwerken en hebben elkaar toen beter leren kennen. Ik denk dat dit heel goed was. Bedankt dat ik hier bij mocht zijn, het was goed om mee te maken. Groetjes, Céline

Pinkster Stilte weekend: De geest spreekt in de stilte

Wil jij geïnspireerd worden door stilte, ontmoeten, creativiteit en beweging? Dan is dit een weekend voor jou. Een lang weekend doorbrengen in ontmoetingshuis 't Stoofje, mediteren in de stille ruimte, mandala tekenen en wandelen in de omgeving. In de stilte vinden wat er in jou leeft, dat vieren en tot uiting brengen. Voor een uitgebreid programma check de website of mail. Geef je snel op, vol is vol. Data: 22-25 mei. Bijdrage: € 105 (incl. overnachten en maaltijden) Begeleiding: Monica Verzorging: Toos. Rode draad door het weekend is het maken van een snoer met gebedsvlaggen.



Nieuwe website

Eindelijk is het dan zover. De nieuwe website van 't Stoofje is in de lucht. De komende weken zal er nog flink informatie en nieuwe foto's aan toegevoegd worden. Neem alvast een kijkje: www.stoofje.nu Een website die volop in beweging is, net zoals 't Stoofje. Wist je trouwens dat Stoofje Oudenbosch op facebook al meer dan 150 vrienden heeft en dat berichten die daar geplaatst worden soms wel meer dan 500 mensen bereiken? Daarbij is 't Stoofje ook actief op twitter @tStoofje. Daar kunnen we elkaar dus ook ontmoeten.

Opgeven activiteiten

Wanneer je deel komt nemen, is het aan te bevelen je op te geven! Dit kan via de mail of door te bellen met 't Stoofje. Onze gastvrouw of gastheer schrijven jou dan in. Tel: 0165-313078 Mocht de bijdrage aan een activiteit te groot zijn vanwege een kleine beurs neem dan contact op met Monica.

Opgeven nieuwsbrief

Wil je graag onze nieuwsbrief per mail ontvangen mail dan met vermelding nieuwsbrief naar stoofjehierennu@hetnet.nl. Afmelden kan ook langs deze weg.

Vrijwilligers

Bijna 60 vrijwilligers dragen met elkaar zorg voor de bijzondere plek die 't Stoofje is. Mocht jij ook iets willen betekenen kom dan eens langs en vraag aan de gastvrouw/heer wat de mogelijkheden zijn.

