



huis voor ontmoeting en inspiratie

Raadhuisplein 4
4501 BG Oostburg
T. 0117-308154
E. jota.oostburg@gmail.com
W. jota-oostburg.nl

JOTA-journaal 2024-05

Beste lezers,

In het kader van “VIER de SEIZOENEN met JOTA” brachten we met



een 20-tal mensen een bezoek aan het schoolmuseum in Terneuzen. Bijzonder was dat de leeftijd in de groep varieerde van 5 tot bijna 90

jaar! Een mooie illustratie van wat er boven het buffet in de ontmoetingsruimte staat: **“JOTA is er voor iedereen”**. Door een plek te creëren waar iedereen welkom is, en waar mensen elkaar kunnen ontmoeten en bemoedigen, wil JOTA graag een bijdrage leveren aan een samenleving waar iedereen tot zijn recht komt, waarin we elkaar accepteren en ondersteunen, waarin iedereen zich thuis voelt.

Samen iets moois bereiden en bereiken in de Kookclub



Dat mensen zich thuis voelen, is ook wat we betrachten bij de Onvergetelijke Kookclub. Mensen die met geheugenproblemen te maken hebben, voelen

zich vaak niet meer veilig in gezelschap. Er kan zomaar een moment van verwarring optreden; of er is het besef dat men mogelijk iets voor

de 2^e of de 3^e keer herhaalt, en dit kan ertoe leiden dat mensen zich terugtrekken en contacten vermijden. Tijdens de bijeenkomsten van de Kookclub, die inmiddels 1 jaar bestaat, gaat het niet over het ziekteproces, of over hetgeen minder goed gaat. We koken en eten samen; we ondersteunen elkaar en hebben veel plezier. **Elke 2^e dinsdag van de maand komt de Kookclub samen; de eerstvolgende keer is op dinsdag 14 mei om 16.30 u.**

Vrijheid en vrede



Voor de mensen, die gevlucht zijn en in ons land een veilig heenkomen hebben gezocht, is het vaak niet vanzelfsprekend om zich thuis te voelen in Nederland. **Op 12 en 13 mei ontvangen we bij JOTA Jong alle 2^e klassen van 't Zwincollege voor een**

gastles over Vrijheid en Vrede. Na enige voorbereiding op school, zijn er die dagen ontmoetingen tussen de jongeren en vluchtelingen; mensen, die nu in West Zeeuws-Vlaanderen wonen. Zij zullen hun verhaal vertellen over wat vrijheid voor hen betekende in het land van herkomst en wat ze in Nederland ervaren ten aanzien van vrijheid. Dit jaar wordt in Zeeuws-Vlaanderen overigens herdacht dat er 80 jaar geleden een einde kwam aan de Tweede Wereldoorlog. Op 4 en 5 mei, en vervolgens op verschillende momenten in de maanden die volgen, zal daar op verschillende manieren aandacht aan besteed worden in onze regio.

Veelkleurige proeverij: de Surinaamse keuken



Een 4-tal keer per jaar nodigen we mensen uit een andere cultuur uit om bij JOTA te koken. Heel leuk en ook leerzaam om hun eetgewoonten en smaken te leren kennen. In maart hebben mensen die uit Syrië in onze regio zijn komen wonen, een heerlijke maaltijd gekookt. In juni is het thema van de Veelkleurige proeverij

'Suriname'. Er is namelijk een vrijwilliger bij JOTA Aan-tafel, die afkomstig is uit Suriname. Zij en haar dochter zullen de leiding hebben in de keuken, maar er is plaats voor 4 anderen om mee te koken. Een mooie gelegenheid om de Surinaamse keuken te leren kennen. **De**

maaltijd wordt gehouden op 1 juni. Aanmelden voor deelname kan **tot en met 25 mei** en als u meer wilt koken, moet u dat ook uiterlijk 25 mei laten weten. Opgaven via de bekende kanalen.

Alzheimercafé: Het belang van bewegen



Bewegen is een essentieel onderdeel van een gezonde levensstijl. Wie kent er niet de filmpjes en adviezen van Erik Scherder over de positieve invloed van bewegen ? Het belang van bewegen voor het goed functioneren van onze hersenen, is waar hij met name de nadruk op legt. Op **28 mei zijn Anne Ruben, fysiotherapeut met**

geriatrie als aandachtsgebied, en Lucinda Martens, geriatrisch verpleegkundige, onze gastsprekers tijdens het Alzheimercafé. Zij zullen het thema toelichten. Het belooft een boeiende avond te worden, met veel praktische tips en alle ruimte om vragen te stellen. De avond begint om **19.30 u**, de deur van JOTA is open vanaf 19 u. Deelname is gratis, en u hoeft zich niet vooraf aan te melden. Wees welkom !

Workshop door de Regiobank

Wat weet u allemaal over veilig online bankieren ? Op donderdag **30 mei** kunt u aansluiten bij een workshop rond dat thema, georganiseerd door de Regiobank. U leert er onder andere hoe u internetcriminaliteit herkent, wanneer een website of e-mail te vertrouwen is, en in welke situaties u uw gegevens vooral niet moet delen. Deze workshop vindt plaats bij JOTA van **10.30 u tot 12.30 u**. Deelname is gratis. Aanmelden kan bij JOTA of bij de Regiobank Oostburg.

Ypsilon organiseert bijeenkomst rond positieve gezondheid

Veerkracht en eigen regie zijn belangrijke items tijdens de bijeenkomst die Ypsilon Zeeland organiseert, in samenwerking met Stichting Herstel Talent en Plus Minus. Deze bijeenkomst gaat door op **dinsdag 21 mei om 19.30 u bij JOTA**. Aan de hand van het spel "Alles op tafel" gaan we met elkaar in gesprek over positieve gezondheid. Deelname is gratis; graag vooraf aanmelden bij Magda de Feijter via eventoostburg@gmail.com

Meer info over het aanbod van JOTA of aanmelden voor een activiteit ? Stuur een berichtje naar jota.oostburg@gmail.com, bel ons op het nummer 0117/308154 of kom even langs tijdens de openingsuren woensdag tot en met zaterdag van 10 u tot 16 u.

Agenda

Woensdag 1 mei 13.30 u: breicafé
Donderdag 2 mei 18 u: JOTA Aan-tafel
Vrijdag 3 mei 10 u: wandelen op vrijdag
Woensdag 8 mei 16.15 u: Taizé-viering
Donderdag 9 mei: JOTA is dicht ivm Hemelvaartsdag
Vrijdag 10 mei 10 u: wandelen op vrijdag
Zaterdag 11 mei: pannenkoekenzaterdag en boekenbeurs
Maandag 13 en dinsdag 14 mei: leerlingen Zwincollege op bezoek bij JOTA voor project vrijheid en vrede
Dinsdag 14 mei 16.30 u: Onvergetelijke Kookclub
Woensdag 15 mei 13.30 u: breicafé
Donderdag 16 mei 18 u: JOTA Aan-tafel
Vrijdag 17 mei 10 u: wandelen op vrijdag
Vrijdag 17 mei 19 u – 21 u: spelletjesavond
Dinsdag 21 mei 19.30 u: avond rond positieve gezondheid, georganiseerd door Ypsilon
Donderdag 23 mei 13 u: conversatieles Nederlands
Vrijdag 24 mei: 10 u: wandelen op vrijdag
Vrijdag 24 mei: JOTA is vertrek- en aankomstplek voor de mini-Roparun
Zaterdag 25 mei 10 u – 12 u: JOTA Reparatie
Dinsdag 28 mei 19.30 u: Alzheimercafé - Het belang van bewegen
Woensdag 29 mei 13.30 u: breicafé
Donderdag 30 mei 10.30 u: workshop veilig online bankieren
Donderdag 30 mei 18 u: JOTA Aan-tafel
Vrijdag 31 mei 10 u: wandelen op vrijdag
Zaterdag 1 juni 18 u: Veelkleurige proeverij



**Protestantse
Kerk**

