

Dansen tegen eenzaamheid

Ruim 650 bevlogen en betrokken professionals, vrijwilligers en creatieve denkers uit het sociaal domein kwamen op 11 juni bij elkaar in tijdens de Sociale Top in Utrecht. Ze doorkruisten die maandag te voet, op de fiets en per bus stad en land, om met eigen ogen te zien hoe we als samenleving kwetsbare mensen ondersteunen. Er vonden gesprekken plaats over zorg, onderwijs, wonen, werk, sport, cultuur, veiligheid en integratie. Dit gebeurde op 54 locaties, die samen het verhaal vertellen van de opgaven in het sociaal domein.

Eenzaamheid bij ouderen

Eén van de vraagstukken werd aangedragen door De Dame doet het!, een wooncomplex voor ouderen in het Utrechtse Zuilen: Hoe kun je eenzaamheid bestrijden bij ouderen die steeds langer thuis blijven wonen. Een van de oplossingen die de deelnemers aandroegen was per bewoner na te gaan wat hun een klein geluksmoment zou opleveren. En vervolgens vrijwilligers uitnodigen dat moment waar te maken. Dit kwam voort uit het idee dat de ouderen -in een kleiner wordend wereldje – vooral behoefte hebben aan iets om naar uit te kijken.

De Dame doet het! organiseert 'geluksmomenten' voor ouderen

Het Danspaleis

De Dame doet het! organiseerde al regelmatig activiteiten voor en door ouderen, waaronder yoga, fitness en handvaardigheid. Maar organiseert nu ook regelmatig 'geluksmomenten'. Op dinsdagmiddag 27 november deed zij dit samen met het Amsterdamse Danspaleis en de Albert Heijn om de hoek. De vloer van de huiskamer werd vrij gemaakt en de ouderen konden zich laten gaan op de dansvloer onder begeleiding van zes dansers. Coördinator Radia El Garbi: 'Sinds de Sociale Top zijn we bij de Dame is nog bewuster van het belang van zulke geluksmomenten, klein of groot. Voor De Dame is het belangrijk de buitenwereld naar binnen te halen, omdat mobiliteit bij ouderen niet altijd meer vanzelfsprekend is.