

Ouderen welkom in het MOC

Het MOC start in 2022 met een project voor ouderen in de Schilderswijk

Waarom een project voor ouderen?

In de Haagse Schilderswijk wonen veel migranten en Nederlanders van niet-Westerse achtergrond. De ouderen onder hen hebben vaker dan gemiddeld te kampen met eenzaamheid. Ook is er relatief veel sprake van armoede en schulden.

Vaak is er sprake van een ongezonde levensstijl, omdat er te weinig kennis is van gezond eten en omdat er financieel weinig ruimte is om elke dag een gezonde maaltijd te bereiden. Ook op het gebied van bewegen zijn deze ouderen zelden actief.

Hierdoor lopen deze ouderen grote kans niet meer mee te doen in de samenleving. Ze worden afhankelijk van mantelzorg, familie of goedwillende burens, wat niet altijd goed verloopt. De verwachtingen naar mantelzorgers kunnen te hoog zijn, waardoor het gevoel van eenzaamheid versterkt wordt. De mate van participatie en betrokkenheid is gering en wordt eerder minder dan meer.

Wat gaan we doen?

Het MOC start in 2022 een ouderenproject dat de negatieve spiraal wil omkeren en de omstandigheden voor ouderen wil verbeteren op het gebied van zingeving, participatie en samenzijn, op financieel gebied en op een gezonde levensstijl.

Concreet wordt in het MOC een inloop gecreëerd, waar mensen wekelijks terecht kunnen voor een kopje koffie of thee, de krant, spelletjes, een ontmoeting, gesprek of advies. Er worden activiteiten georganiseerd op het gebied van gezondheid (bewegen, voorlichting, gezond koken) en financiën (spreekuur, hulp bij schulden).

Als wordt gesproken over 'ouderen' dan hanteren we een leeftijdsgrens van 55+, in aansluiting op de beleving van 'ouderdom' door veel migranten ouderen. Vanuit het multiculturele karakter van het MOC willen we een gemêleerde groep ouderen bereiken. Dit zijn onder meer ouderen die wonen in de buurt van het Teniersplantsoen, ouderen die verbonden zijn met de Marthakerk op de Hoefkade en natuurlijk de oudere vrijwilligers die al actief zijn op het MOC.

Waarom het MOC?

Dit werk zal een meerwaarde moeten worden voor ouderen in de Haagse Schilderswijk. Het MOC wil dit bereiken met het inclusieve en integrale karakter van dit project. Iedereen is welkom, ieder mens telt. We doen dit samen met partners uit de buurt. We vragen en geven verantwoordelijkheid. Dit sluit aan bij het Katholiek Sociaal denken, fundament van het MOC.

Dit project is mogelijk door een subsidie van de gemeente Den Haag en giften van fondsen.

*Ron van Leeuwen,
Medewerker MARA projecten*

Kader:

Vrijwilligers gezocht voor het ouderenproject

We zoeken mensen die een paar uurtjes per week of twee weken willen helpen met het de inloop (gastvrouw/gastheer; koffie schenken), in het sociale spreekuur of voor gezamenlijke activiteiten (bewegen, wandelen, spelletjes).

We zoeken ook mensen die ideeën hebben en willen helpen dit nieuwe project tot ontwikkeling te brengen.

Je komt terecht in een leuk team van vrijwilligers. Er zijn geen specifieke vaardigheden voor nodig, maar wel een goed humeur. En dat krijg je vanzelf als je aan de slag gaat!

Informatie: Ruud Wiegant (06-25396332).