

Beeklaan 167, 2562AD Den Haag

Betreft subsidie beschikking: ABBA/4030106/EB-3293

**Verslag van het programma Sport en Cultuur, tevens bedoeld als een
ingang voor Vrouwenemancipatie in 2014,**

Inleiding:

Halverwege het afgelopen jaar 2014 deed de Stichting Dialooghuis een financiële aanvraag bij de Gemeente Den Haag ten behoeve van een programma Sport en Cultuur, ingebed in een maatschappelijk context om de emancipatie van vrouwen te bevorderen. Al eerder was begonnen met yoga-, buikdans- en zumbalessen op zaterdagen. Al gauw bleek dat daar enkele vrouwen kwamen die niet vanzelfsprekend participeren in reguliere activiteiten binnen de Nederlandse samenleving. De behoefte ontstond om naast de fysieke activiteiten ook andere ontmoetingen te beleggen. Daarover gaat het volgende verslag.



Vrouwen na het wandelen aan de koffie en thee

Verslag:

In het begin van het jaar werd met een tiental vrouwen begonnen met 4 dagen in week. Deze bestonden vooral uit de in de inleiding genoemde sportieve activiteiten. Het accent werd gelegd op gezond bewegen om daarmee o.a. overgewicht tegen te gaan.

Toen de mogelijkheden konden worden uitgebreid, bleek de aantrekkingskracht sterk vergroot te worden. In de maanden vanaf augustus t/m december 2014 hebben bijna 75 vrouwen meegedaan met de sportieve en de nieuwe activiteiten, (De vrouwen zijn van zeer diverse culturele afkomst Europa, Azië, Afrika en Zuid-Amerika).

Er bestaat een vaste kern van 25 vrouwen die anderen uitnodigt om mee te doen. Behalve de sportieve activiteiten op vrij- en zaterdag in het Dialooghuis, wordt ook bewogen tijdens het zwemmen op woensdagen en wordt er op zondagen gewandeld in Kijkduin, langs het strand, of door de duinen. Ook het Zuiderpark wordt bezocht. Doordat er meer tijd is gekomen, kan meer aandacht besteed worden aan het nut van bewegen en gezonde voeding. Daaruit groeide het verlangen om met elkaar eten te bereiden op zaterdag, met gerechten en hapjes uit de verschillende tradities. De verworven kennis en de samenwerking lokten ook een organisatie van vrouwen van Hindoestaanse afkomst.

Op een organische manier ontstaan gesprekken over elkaars tradities, religies en de participatie in de Nederlandse samenleving. Dat leidde er ook toe dat meerdere vrouwen een stapje verder gaan door als vrijwilliger op te treden, als stichtingen of verenigingen iets organiseren.

Ook worden de vrouwen begeleid naar de professionele hulpverlening, of naar plaatsen waar men op de persoon gerichte informatie kan verwerven.

Activiteiten die het ook heel goed doen, zijn bezoeken aan musea, zoals het Mesdagmuseum, en stadswandelingen, waarin op Haagse gebouwen en hun betekenis wordt gewezen.

Kortweg:

Vastgesteld kan worden dat de laagdrempelige activiteiten in het Dialooghuis bijdragen tot onderlinge solidariteit, ondersteuning, kennisuitwisseling, participatie in vrijwilligerswerk en kennis over de sociale kaart in Den Haag.

Hierdoor worden vrouwen niet alleen vrouwen uit het isolement gehaald, maar ze worden daardoor zelfredzamer om verder in diverse maatschappelijke geledingen actief te participeren. Deze ontwikkeling is naar onze inzien een belangrijke stap naar vrouwen emancipatie. Wij zijn erg blij met bereikte resultaten. Om dit initiatief voort te zetten hebben wij voor 2015 een subsidieverzoek ingediend bij gemeente en inmiddels is ons verzoek gehonoreerd. Daarmee zijn wij al gestart

Thans spreken wij onze waardering uit en betuigen wij onze dankbaarheid van de gemeentelijke ondersteuning.

Wij vertrouwen u hiermee voldoende te hebben geïnformeerd over bereikte resultaten van ons project.

januari 2015



vrouwen na het wandeling gezamenlijk koffie drinken



vrouwen oefenen op het strand in kijkduin



Vrouwen oefenen



Vrouwen wandelen door het zuiderpark

Stichting Dialooghuis

SPORT EN CULTUUR

Programma juli t/m 31 december 2014

Maandag:	Ochtend GYM	10.00 t/m 11.00 uur	11.00 t/m 12.00 uur pilates
Dinsdag:	YOGA	10.00 t/m 11.00 uur	11.00 t/m 12.00 uur zumba
Woensdag:	Ochtend GYM	10.00 t/m 11.00 uur	11.00 t/m 12.00 uur buikdans
Vrijdag:	Zwemmen, met koffie en thee	10.00 t/m 12.00 uur	
Zaterdag:	YOGA	11.00 t/m 12.00	12.00 t/m 13.00 uur buikdans
Zondag:	Strandwandeling, met koffie en thee	13.00 t/m 15.00 uur	

INFORMATIE OVER:

- bewustwording
- schoonheidsbehandeling
- maatschappelijke betrokkenheid
- culturele activiteiten
- saamhorigheid
- gezond eten en bewegen
- stadsexcursies

Voor meer informatie,

Yadin Karabulut 06 - 53 17 60 47

Gokce Ihan 06 - 55 73 39 83

BEEKLAAN 167, DEN HAAG

SPORT EN CULTUUR

Meer informatie / Inschrijven

www.dialooghuis.com

info@dialooghuis.com

Alle activiteiten zijn gratis

Tüm aktiviteiler ücretsizdir

De flyer en programma van sport en cultuur 2014

Namens stichting dialooghuis

Dank aan steun Gemeente Den Haag