

JUNI - OKTOBER 2022

ensō physical
theatre



ENSŌ PHYSICAL THEATRE PRESENTEERT:

ZIE DE MENS

in samenwerking met
Odensehuis Wageningen

INHOUD

VOORWOORD

1 PROJECT

2 DOEL

3 DE MAKERS

4 INHOUD VAN
HET PROCES

5 OPBOUW VAN
HET PROCES

6 EINDPRODUCT

7 VERVOLG



"Ik zag de mens. De mens in zijn kracht en in zijn kwetsbaarheid. Een mens die dementie heeft, maar daarnaast nog zoveel meer is en die nog zoveel meer kan."

VOORWOORD

Overtuigd van de kracht van kunst in het werken met mensen met dementie, zoekt Louisa Bosker, voormalig directeur van het Odensehuis Wageningen, in 2021 de samenwerking op met ENSŌ Physical Theatre. Samen slaan zij in 2022 de handen ineen voor een bijzonder project: 'Zie de mens'. Een project waarin de essentie van het Odensehuis - contact van mens tot mens - als basis wordt genomen voor een reeks van 15 workshops. Een ontwikkelproject, met als doel de ervaren kwaliteit van leven van mensen met dementie en hun naasten te verbeteren, door de inzet van kunst.

Een vaste groep deelnemers van het Odensehuis Wageningen, met thuiswonende mensen tussen de 60 en 100 met beginnende dementie, zijn hierin de primaire doelgroep. Daarnaast sluiten vrijwilligers en een aantal medewerkers aan bij de workshops. Een groep van 25 deelnemers werkt in een periode van 5 maanden toe naar de eindvoorstelling 'Vergeten verbindt'. Tijdens het 10 jarig jubileum van het Odensehuis in de Grote Kerk in Wageningen zijn ruim 150 bezoekers (bestaande uit mensen met (beginnende) dementie, mantelzorgers,

familie, vrienden, zorg- en welzijns-medewerkers, en overige geïnteresseerden) getuige van de kracht van dit mooie kunstproject. De kerk stroomt vol en de muziek met geluidsopnames begint. Iedereen kijkt verbaasd rond: "waar komen die stemmen vandaan?" Langzaam komen uit verschillende hoeken van de kerk de deelnemers opgelopen. Allereerst ingetogen en verdwaasd, om zo een stereotyperend beeld van dementie weg te zetten. Gaandeweg wordt er met dat beeld korte metten gemaakt. Via spel en beweging laten de deelnemers zich steeds meer zien en zoeken de verbinding op met het publiek. Een prachtige, ontroerende voorstelling komt tevoorschijn, vol met muziek, dans, taal, zang en verbinding. Een voorstelling die zijn eigen verhaal vertelt over 'Zie de mens'.

In dit informatieboekje doen we verslag van het project 'Zie de Mens' zoals dat is uitgevoerd met het Odensehuis in Wageningen in 2022. Het project wordt vanaf 2023 aangeboden aan andere Odensehuizen en ontmoetingscentra voor mensen met dementie door heel Nederland.



2 DOEL



1 PROJECT

Het project omvat een reeks workshops van 2 uur waarin 'contact van mens tot mens' centraal staat. Hierin worden dans en theater ingezet als middel. Een proces waarbij de deelnemers op een ongedwongen manier actief meedoen en contact leggen met zichzelf en de ander. Of zoals een van de vrijwilligers van het Odensehuis treffend formuleert na afloop van een van de sessies:

"Ogen, de spiegel van de ziel. Zonder woorden raakte jouw ziel de mijne. Ontroerend, bijzonder en zo vertrouwd. De mooiste manier om de mens met dementie te bereiken. Groot voorrecht en koester moment".



Het project 'Zie de mens' richt zich op het verbeteren van de kwaliteit van leven van mensen met dementie en hun naasten, door middel van kunst. Door te werken aan het verdiepen van contact en het vergroten van de bewustwording over hoe om te gaan met mensen met dementie. ENSÖ biedt theatrale handvatten in het doen begrijpen van de leefwereld van iemand met dementie.

ENSÖ richt zich primair op thuiswonende mensen met beginnende dementie die vanwege hun ziekte het contact met zichzelf en de ander kwijt dreigen te raken en net als ieder mens zoeken naar verbinding om hun leven zin te geven.

Daarnaast worden naasten en mensen die beroepshalve of als vrijwilliger met mensen met dementie werken bij het project betrokken.

3 DE MAKERS

Odensehuis Wageningen e.o.

Het Odensehuis Wageningen is een ontmoetingsplek voor mensen met (beginnende) dementie en hun naasten. Een plek waar iedereen welkom is, om elkaar te ontmoeten en actief te zijn in het hier-en-nu. Een plek waar mensen zichzelf kunnen zijn, steun hebben aan elkaar en samen dingen kunnen ondernemen. Het Odensehuis Wageningen is de plek geweest waar dit project heeft kunnen groeien, door de unieke samenwerking tussen deelnemers, vrijwilligers, medewerkers en ENSÖ.

ENSÖ Physical Theatre

ENSÖ werkt vanuit mogelijkheden, vanuit talenten van mensen en zet hun kwaliteiten in om zo een ieder tot zijn recht te laten komen, zich gezien en gehoord te laten voelen. ENSÖ vindt het belangrijk dat deelnemers op hun 'eigenwijze manier', op hun eigen niveau en in eigen tempo kunnen deelnemen.

De ontdekkingsreis wordt geleid door twee professioneel uitvoerende kunstenaars, Kevin Ruijters en Karlijn Vlug. Kevin is werkzaam als danser, acteur, dansdocent en mindfulness coach. Karlijn werkt als theatermaker, actrice, theaterdocent en yogadocent.

*"Zie de mens!
Het raakt en ontroerde.
Kevin en Karlijn hebben
het zo mooi gedaan.
Rustige opbouw,
iedereen in zijn eigen
kracht en dat zag je
tijdens de voorstelling".*



"Men denkt al snel dat mensen met dementie niks meer kunnen maar dit hele proces laat zien dat er nog heel veel kan en iedereen op zijn eigen manier mee kan doen".

4 INHOUD VAN HET PROCES

Tijdens de sessies wordt er gespeeld met verschillende kunst-, en expressievormen. Er wordt gewerkt met, en vanuit alledaagse bewegingen als lopen, stappen, draaien, zitten, liggen, gesticuleren, enz. Organisch bewegen en doen wat goed voelt, staat centraal. Iedere deelnemer kan doen wat binnen zijn of haar kunnen ligt, op eigen moment en in eigen tempo. Tijdens de sessies wordt er aandacht besteed aan de ademhaling en hoe er bewogen en gesproken kan worden met gebruik van de ademhaling. De ademhaling is een rijke bron van inspiratie en is voor iedereen toegankelijk.

Elke sessie start dan ook met een ademhalingsoefening/meditatie. Tijdens de sessies zijn de opdrachten vaak improviserend van aard. De bewegingen of tekst hoeven niet onthouden te worden voor een later moment.

We bewegen expressief en intuïtief op muziek of spreken een bepaalde zin uit met een gekozen emotie zonder vast te zitten aan een 'routine'. Als makers en docenten bewegen Kevin en Karlijn mee met de behoefte van de groep, en zijn zij in staat de individuele behoefte van de deelnemers aan te voelen. Het is tenslotte hún proces en project, hún manier van contact maken. Om iedere deelnemer beter te leren kennen, is er tijdens elke sessie een 'themoment', waarin op een informele manier een gesprek wordt gevoerd over uiteenlopende thema's. Op deze manier leren de deelnemers elkaar goed kennen en krijgen de maker inzicht in wat de deelnemers intrinsiek motiveert.



Door dans-, theater-, en ademhalingsoefeningen die tijdens de sessies worden ingezet, worden een aantal kwaliteiten en sociale vaardigheden ontwikkeld.

- Contact maken/het leggen van (nieuwe) verbindingen
- Leren denken in mogelijkheden
- Grenzen stellen
- Plezier maken
- (Zelf)compassie

De deelnemers ervaren dat ze de regie in eigen handen hebben. De oefeningen versterken de eigen expressie en dragen zo bij aan het vergroten van de eigen waarde en het zelfvertrouwen van de deelnemers.



5 OPBOUW VAN HET PROCES

Kennismaking

ENSÖ verzorgt één proefworkshop om kennis te maken met de deelnemers, en vice versa. In Wageningen leverde dit enthousiaste reacties op. In de evaluatie vertelden deelnemers dat de energie en het enthousiasme van Kevin en Karlijn aanstekelijk hadden gewerkt. Eén deelnemer vertelde dat het zo fijn was dat je “je eigen kon blijven”, je alles op je eigen niveau en passend bij jou als persoon kon doen. Deelnemen aan deze kennismakingworkshop is vrijblijvend.



Fase 1: Contact maken met jezelf

Tijdens deze sessies verkennen we samen wat eenieder leuk vindt en waar men enthousiast van wordt. In de basis gaat het hier om het benutten van de talenten en interesses die de deelnemers meebrengen. Er is veel ruimte voor persoonlijke inbreng. Hierbij zijn verschillende invalshoeken mogelijk, zoals het meebrengen van een persoonlijk voorwerp met emotionele waarde, een favoriet kledingstuk of muziekstuk. Door het delen van verhalen en herinneringen, of het laten opleven van een oude hobby, komen de deelnemers (weer) in contact met zichzelf.



Fase 2: Contact maken met de ander

Via dans-, theater en ademhalingsoefeningen ontdekken we in deze fase de waarheid en wereld van de ander. We zoeken het contact met de ander op. De bevindingen uit de eerdere sessies worden hierin meegenomen en ingezet als middel tot verbinding. Door de opdrachten en de dialoog rondom de thematiek leren we meer over de ander.

Fase 3: Contact maken met de buitenwereld

In de laatste sessies werken we toe naar een korte voorstelling van en voor mensen met (beginnende) dementie, hun omgeving, en zorg-, en welzijnsmedewerkers.

6 EINDPRODUCT

De voorstelling is de uitkomst van alle workshops. Het is een presentatie van het werkproces, met een theateraal sausje. De verschillende fasen die in het proces naar voren zijn gekomen, zijn als scènes te zien. Van contact met jezelf tot contact met de buitenwereld. De voorstelling komt tot stand vanuit materiaal dat via diverse oefeningen en opdrachten uit de deelnemers zelf is verzameld. De vrijwilligers en medewerkers die aan het proces deelnemen zijn ook als speler te zien. Zij ondersteunen de deelnemers met dementie tijdens het spelen. In de voorstelling wordt gebruik gemaakt van taal, beweging en muziek. Het project is niet alleen een unieke ervaring voor de deelnemers, maar ook voor het publiek. Klik op de link voor een impressie van de voorstelling in Wageningen:

<https://youtu.be/2xcBcVBRwrc>

"Bij de opvoering zag ik de verbondenheid van de deelnemers, de betrokkenheid van het publiek en de positieve verrassing/trots op het gezicht bij mantelzorgers en naasten."

"Veel mensen hebben op de Jubileum dag van het Odensehuis kunnen ervaren dat er met dementie nog heel veel moois in het leven is."



7 VERVOLG

Dit prachtige project is te mooi geweest om eenmalig te laten plaatsvinden. Daarom wil ENSÖ 'Zie de mens' graag aanbieden aan andere Odensehuizen en ontmoetingscentra, waar thuiswonende mensen met beginnende dementie regelmatig samenkomen. Op basis van ervaringen hebben we besloten om het project 'Zie de mens' in diverse vormen aan te bieden. Zo is er voor elke geïnteresseerde partij een vorm te vinden die past.

"Het geeft mensen meer zelfvertrouwen. De band onderling is nog sterker, iedereen hielp elkaar. Men kon ook op een speelse manier hun emoties uiten. En iedereen was trots dat wij dit samen hebben gedaan. De deelnemers hadden hun eigen inbreng waardoor de voorstelling echt samen is gemaakt/ontstaan onder leiding van Kevin en Karlijn."

Optie 1

EENMALIGE WORKSHOP OM DE
VERBINDENDE KRACHT VAN KUNST TE
ERVAREN

Optie 2

EEN REEKS VAN 6
WORKSHOPS WAARIN WE
ELKAAR BETER LEREN
KENNEN EN DIEPER INGAAN
OP WAT EENIEDER
INTRINSIEK MOTIVEERT.

Optie 3

EEN REEKS VAN 12 WORKSHOPS MET
ALS RESULTAAT EEN VOORSTELLING.
DE WORKSHOPS WORDEN
ONDERVERDEELD IN DE
VERSCHILLENDE FASEN: CONTACT MET
JEZELF, CONTACT MET DE ANDER EN
CONTACT MET DE BUITENWERELD.

Naast bovenstaande opties is het is altijd mogelijk een op maat gemaakt
format op te stellen. We maken dan ook graag tijd voor een eerste
kennismakingsgesprek om opties en vragen te bespreken.

Ook de kosten, financieringsmogelijkheden en randvoorwaarden voor het
project worden dan verder toegelicht.

Geïnteresseerd?

Neem voor meer informatie en uitleg contact op met Karlijn Vlug via

INFO@ENSOPHYSICALTHEATRE.COM.

MET DANK AAN

- Alle deelnemers, vrijwilligers en medewerkers van het Odensehuis Wageningen e.o. voor hun vertrouwen en tomeloze inzet om dit project tot een onvergetelijke ervaring te maken: Kelly, Judith, Nina, Eugenie, Louisa, Tim, Reinder, Ella, beide Marianne's, Bets, Everdien, Nardi, Kees, Grethe, Willem Pieter, Irene, Gregor, Wil, Bram, Alef, Maarten, Piet, Teun, Gerda, Reina, Wil en Rinus;
- Met speciale dank aan Louisa Bosker, zonder wiens vertrouwen in ENSŌ dit project niet van de grond was gekomen;
- De kunstvakdocenten voor hun vakinhoudelijke ondersteuning: Annie, Marianne, Martijn en Gert;
- Theatergroep Ver-bindt voor het meespelen, in het bijzonder: Masda, Zennu, Rosa en Johnny;
- Niek van Remmerden en Sophie Luiken voor de aftermovie;
- Alle bezoekers van de Jubileum dag;
- Alle anderen die op een of andere manier betrokken zijn geweest bij dit project.

MEDE MOGELIJK GEMAAKT DOOR



FONDS
SLUYTERMAN VAN LOO
OUDERENPROJECTEN

RICOAK

Roomsche Catholijk Oude Armen Kantoor

Colofon

Dit digitale boekje is een uitgave van:

Stichting ENSÖ Physical Theatre

E info@ensophysicaltheatre.com

T 0629051828

www.ensophysicaltheatre.com

en

Stichting Odensehuis Wageningen e.o.

E post@odensehuiswageningen.nl

T 0317 358 711

www.odensehuiswageningen.nl