



KEGIATAN MELUKIS BERSAMA KOMUNITAS OSTOMATE INOA DI MUSEUM OSTOMATE: MENINGKATKAN KESEJAHTERAAN MENTAL DAN EMOSIONAL SECARA KREATIF



Pada hari Rabu, 19 Februari 2025, Museum Ostomate yang berlokasi di Perumahan Taman Sari Persada menjadi tempat penyelenggaraan kegiatan inspiratif berupa melukis bersama para ostomate. Acara ini diselenggarakan komunitas ostomate InOA Yayasan Wocare Indonesia di bawah kepemimpinan Ibu Widasari Sri Gitarja, S.Kp., MM., MARS., WOC(ET)N. Kegiatan ini dihadiri oleh para ostomate, keluarga, serta stoma nurse, dan disiarkan secara langsung melalui platform Instagram dan TikTok untuk menjangkau lebih banyak audiens.

TUJUAN KEGIATAN

Kegiatan ini memiliki beberapa tujuan mulia, di antaranya:

Meningkatkan Kesejahteraan Mental dan Emosional Secara Kreatif: Melalui kegiatan melukis, para ostomate diajak untuk mengekspresikan perasaan dan emosi mereka secara kreatif. Seni telah lama dikenal sebagai terapi yang efektif untuk mengurangi stres dan meningkatkan kesehatan mental.

Membangun Kembali Rasa Percaya Diri: Banyak ostomate yang mengalami penurunan rasa percaya diri akibat kondisi kesehatan mereka. Dengan berkarya bersama, mereka dapat merasakan pencapaian dan kebanggaan atas hasil karya mereka, yang pada akhirnya membantu memulihkan kepercayaan diri.

Memperkuat Dukungan Sosial: Kegiatan ini juga bertujuan untuk

memperkuat ikatan sosial antar ostomate, keluarga, dan tenaga kesehatan. Dengan saling berbagi pengalaman dan dukungan, para ostomate diharapkan merasa lebih diterima dan didukung secara sosial.

Meningkatkan Kualitas Hidup Ostomate: Secara keseluruhan, kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup para ostomate dengan memberikan mereka sarana untuk mengekspresikan diri, bersosialisasi, dan merasa lebih baik secara mental dan emosional.





Review Kegiatan

Kegiatan dimulai dengan sambutan hangat dari Ibu Widasari Sri Gitarja, yang menyampaikan pentingnya dukungan mental dan sosial bagi para ostomate. Setelah itu, para peserta diajak untuk mulai melukis dengan bimbingan dari instruktur seni yang berpengalaman. Berbagai warna dan kanvas disediakan, memungkinkan setiap peserta untuk mengekspresikan diri mereka secara bebas.

Di sela-sela kegiatan, para ostomate dan panitia melaksanakan sholat Zuhur berjamaah. Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada penghalang bagi para ostomate untuk tetap menjalankan ibadah mereka, sekaligus menegaskan pentingnya keseimbangan antara kesehatan fisik, mental, dan spiritual.



Untuk memperluas dampak positif dari kegiatan ini, acara disiarkan secara langsung melalui Instagram sahabat ostomate, wocare center dan TikTok. Hal ini tidak hanya memungkinkan lebih banyak orang untuk menyaksikan kegiatan tersebut, tetapi juga memberikan inspirasi dan dukungan kepada ostomate lain yang mungkin tidak dapat hadir secara fisik.

Kegiatan melukis bersama ostomate ini merupakan bukti nyata dari komitmen Yayasan WOCare Indonesia dan InOA wocere Bogor dalam meningkatkan kualitas hidup para ostomate. Melalui seni, dukungan sosial, dan ibadah, para peserta diajak untuk merasakan kebahagiaan dan kepuasan yang lebih besar dalam hidup mereka. Semoga kegiatan seperti ini dapat terus dilaksanakan dan memberikan manfaat yang lebih luas bagi komunitas ostomate di Indonesia.

#OstomateBersatu #KesehatanMental
#SeniUntukSemua #WOCareIndonesia

