



OPVOEDING
Annie de Vreugd

Geschiedenis voor de jeugd

Nelson Mandela is dood. Het heeft een stortvloed aan historische beelden losgemaakt. We hoorden de oude verhalen over apartheid. Op de televisie rolde de ene na de andere documentaire de huiskamer binnen. Ook de laatste week van het jaar is traditiegetrouw een terugblikken op alweer een jaar geschiedenis.

Wie weet heeft van zijn ontstaansgeschiedenis en van de wereld waarin hij woont, begrijpt de mensen om zich heen beter. Er ontstaan minder snel misverstanden, mensen begrijpen van elkaar beter waarom ze zo doen. De maatschappij verandert momenteel razendsnel. We zijn individualistischer geworden en er zijn veel culturen in ons land ver-

enigd. Dat maakt dat veel mensen zich minder thuis gaan voelen in hun eigen land. Jongeren zouden best vaker mogen ervaren waar hun 'roots' liggen. Historisch besef is juist nu enorm belangrijk om de identiteit van mensen te verankeren. Om weer te weten wie je bent, waar je vandaan komt, waar je staat en waar je naartoe wilt. Waarom zijn we die we zijn, hoe is het gekomen dat we in dit land wonen met deze gewoontes? Als deze vragen beantwoord worden, begrijpen we beter welke richting het met ons en met ons land uit zou kunnen gaan. Dat scheidt rust en vertrouwen. Dat geldt voor zowel autochtonen als allochtonen. We kunnen onze geschiedenis gebruiken als referentiekader van waaruit we de wereld om ons

heen proberen te duiden. We kunnen dan van een afstand naar onszelf kijken en over onze situatie oordelen. Jongeren die veel weten van de geschiedenis van hun land, leren kritisch te kijken. Ze zullen zorgvuldiger hun conclusies trekken en minder snel te kort door de bocht gaan bij het uiten van hun mening. Er speelt dan immers meer mee dan het hier en nu. Normdiscussies verzanden vaak vanwege het gebrek aan historisch besef. We kunnen met onze wordingsgeschiedenis ons voordeel doen en het begrip tolerantie nieuw leven inblazen. Het is belangrijk dat jongeren verbanden gaan ontdekken tussen verleden, heden en toekomst. Dat kan in de lessen op school, maar deze weken van historisch terugblikken bieden ook ouders tallo-

ze mogelijkheden spelenderwijs hun kinderen historisch besef bij te brengen. Naar aanleiding van een tv-programma kunnen grootouders vertellen over hun leven tijdens de oorlog. Over hoe ze de Hongerwinter zijn doorgekomen. Door 'echte' verhalen van ervaringsdeskundigen gaat geschiedenis leven voor de jeugd. Het raakt henzelf, want zij zijn nakomelingen van de mensen die dit hebben meegemaakt of wonen in dezelfde straat. Willen we dat onze kinderen zich thuis blijven voelen in onze samenleving, dan is het goed bevolgen over vroeger te praten.

.....
Dit is de laatste column over opvoeding van orthopedagoge Annie de Vreugd in deze krant.

Praten over dementie geeft steun

De komende tientallen jaren verdubbelt het aantal mensen met dementie. Geen wonder dat er zo veel belangstelling is voor de 220 maandelijkse 'Alzheimer cafés' die Nederland inmiddels telt. Het zijn vooral ontmoetingsplekken voor lotgenoten.

door **Johanneke Stolk**
illustratie **Nourdin Kouch**

Het is opvallend druk in Hof van Eden, het welzijnscentrum in Naaldwijk. Zo'n zestig mensen zijn afgekomen op het Alzheimer café dat in dit tuinbouwgebied onder Den Haag iedere derde week van de maand wordt gehouden. Een echte kroegbaas zou er blij mee zijn. Alleen is de klandizie wat anders dan gebruikelijk in een café: de klanten zijn voornamelijk familieleden van mensen met de-

mentie. Zij hopen informatie te krijgen over de ziekte en willen graag ervaringen uitwisselen.

Een van hen is de 91-jarige meneer Visser. Hij is een regelmatige bezoeker van deze informele bijeenkomsten sinds zijn vrouw begon te dementeren, vertelt hij tijdens de koffie voor aanvang. Twee jaar zorgde hij thuis voor haar, maar 6,5 jaar geleden moest ze naar een verzorgingstehuis. „Het ging op een gegeven moment gewoon niet meer. Ze begon 's nachts door het huis te dwalen, viel vaak en het lukte mij niet meer haar op te tillen. Ze liet het gas aan en werd steeds agressiever.” Meneer Visser kan er niet omheen: zijn vrouw is niet meer degene op wie hij ooit verliefd werd. „Het begon ooit met vlinders in m'n buik, we zijn nu 66 jaar getrouwd. Maar je weet nooit hoe je levenspad samen gaat verlopen. Ik bezoek haar elke dag en heb wel het gevoel dat ze mij nog herkent. Dat is heel belangrijk voor mij.”

In Nederland zijn zo'n 220 van dit soort maandelijkse Alzheimer cafés. Sinds kort bestaan er ook enkele Alzheimer theehuizen, voor Turkse en Marokkaanse Nederlanders. Ze worden georganiseerd door regionale afdelingen van Alzheimer Nederland. Zestien jaar geleden is het Alzheimer café bedacht door de gespecialiseerde psycholoog Bère Miesen. Hij is octrooihouder voor Europa; zijn concept is ook tot in het buitenland doorgedrongen.

De kans is groot dat deze trefpunten in de toekomst alleen nog maar populairder worden. Het is de verwachting dat het aantal



mensen met dementie vanwege de vergrijzing de komende tientallen jaren explosief gaat stijgen. Op dit moment zijn er al ruim 250.000 Alzheimerpatiënten in Nederland, van wie verreweg de meesten ouder zijn dan 65 jaar. De verwachting is dat dit er in 2040 een half miljoen zijn. Geen wonder dus dat er zo veel belangstelling is voor deze cafés. De bijeenkomsten beginnen meestal met een interview met een betrokkene of een lezing. Die betrokkene kan iemand met beginnende dementie zijn, maar ook een familielid of een professionaal.

Vanavond in Naaldwijk vertelt specialist ouderengeneeskunde Wim van den Dool van GGZ Delfland over de werking van het geheugen. Hij begint met een vraag: „Wie weet nog wat hij maandagavond vorige week heeft gedaan?” Welgeteld drie mensen in de zaal steken hun vinger op. De overige aanwezigen schuiven wat ongemakkelijk heen en weer op hun stoel. Nog zo'n vraag: „Heeft u gisteravond tv gekeken? En zo ja: wat heeft u gezien?” Ook daar hebben veel mensen niet onmiddellijk een antwoord op. „Moet u zich nu zorgen maken? „Nee”, antwoordt Van den



“**Het begint pas een probleem te worden als we essentiële dingen gaan vergeten**

Wim van den Dool