**Pelita en Alzheimer slaan handen ineen in Eindhoven**

Tijdens een MasoekSadja, een ontmoetings-bijeenkomst voor Indische en Molukse ouderen, spreken we Anneke Meerdink. Zij is gevraagd om een voorlichting te geven over dementie. De zaal zit vol met zo’n 70 mensen. Een heerlijke Indische maaltijd en lekker samen dansen zijn belangrijke redenen om naar deze bijeenkomst te komen. Daarnaast is er altijd een inhoudelijk thema.

Meerdink is bestuurslid van de lokale afdeling van Alzheimer Nederland. Ze vertelt het publiek hoe je dementie kunt herkennen en hoe je er het beste op kunt reageren. Ook legt ze uit waar het vaak onbegrepen gedrag vandaan komt dat mensen met dementie kunnen vertonen. “Als je beseft dat dit voortkomt uit onrust of angst, dan is het al iets makkelijker om te accepteren,” aldus Meerdink. “Een rustige, vriendelijke benadering en het maken van oogcontact kan helpen om iemand gerust te stellen.” Verder gaat zij in op de voordelen van een gezonde leefstijl. “Wat goed is voor het hart, is ook goed voor het brein. Beweging bijvoorbeeld, is heel belangrijk. Maar dat zit wel goed hier,” lacht Meerdink, terwijl ze kijkt naar de poco poco dansende bezoekers.

In Eindhoven wordt elke twee maanden een MasoekSadja georganiseerd door Pelita. Sylvia Huisman werkt al jaren voor deze organisatie, als sociaal dienstverlener. Pelita is een landelijke zorg- en welzijnsorganisatie die zich in zet voor Indische en Molukse ouderen. “We zien dat er een drempel bestaat om hulp en ondersteuning te vragen”, vertelt Huisman. “Schaamte en vraagverlegenheid komt veel voor. Dat zit in de cultuur. Als er dan ook nog sprake is van trauma’s uit het verleden, wordt het extra ingewikkeld. Zeker in geval van dementie. Het is dus heel belangrijk dat deze mensen passende zorg en ondersteuning krijgen.”

Wat Indische en Molukse ouderen bijzonder maakt, is dat zij de eerste omvangrijke groep vormen, met een verleden van oorlogs- en geweldservaringen en gedwongen migratie. In de jaren ’50 kwamen zij aan in Nederland. In Eindhoven wonen nog steeds veel Indische en Molukse mensen. Pelita is samen met anderen kernpartner binnen Het Indisch Netwerk Eindhoven, wat met name voor Indische en Molukse ouderen en mantelzorgers een breed aanbod van ontmoetingen, activiteiten en ondersteuning aanbiedt. Kijk op:

Een groot deel van deze groep verwierf met succes een plaats in de Nederlandse samenleving. Met het ouder worden bestaat een kans dat de veerkracht afneemt en ervaringen uit het verleden op de voorgrond treden. Bovendien zijn er aanwijzingen dat er na traumatische ervaringen een grotere kans bestaat op dementie. Meer weten? www.indischnetwerk040.nl of www.pelita.nl