



# WO2 Herdenken

Informatie voor zorgverleners over de  
impact van herdenken voor ouderen



## Herdenken

Dodenherdenking op 4 mei, de Nationale Indië-herdenking op 15 augustus of de Internationale Holocaustherdenking op 27 januari zijn bekende herdenkingsdagen. Ook persoonlijke data kunnen in het teken staan van herdenking, zoals de dag waarop een geliefde werd weggevoerd. Herdenken is voor veel ouderen ingrijpend en emotioneel, maar tegelijk ook waardevol en belangrijk.

### Impact op ouderen

Herinneringen aan gebeurtenissen en verliezen uit de oorlog worden rond herdenkingsdagen vaak sterker. Dat maakt mensen somber en verdrietig, of het brengt oude gevoelens, zoals wantrouwen of angst, naar boven. Herdenken kan ook positieve emoties losmaken. Verdriet kan bijvoorbeeld samen gaan met trots of dankbaarheid, voor daden van verzet tijdens de oorlog en de huidige vrede in Nederland.

### Kracht voor ouderen

Een betekenisvolle herdenking hangt samen met het ervaren van steun en erkenning, en het geven van betekenis aan het verleden. Als zorgverlener kun je hieraan bijdragen.



- Steun:** De steun van familie, lotgenoten en de maatschappij als geheel, is heel waardevol rondom een herdenking. Vraag ouderen wat zij ervaren in de periode van de herdenking. Deel ook wat herdenken met jezelf doet. Hoe zet het je aan het denken?
- Erkenning:** Een herdenking biedt een afgebakende tijd om emoties te uiten en verhalen opnieuw te delen. Het is belangrijk dat dit samengaat met erkenning voor het verleden en hoe dit in het heden nog doorwerkt. Geef erkenning door hiervoor aandacht en begrip te tonen.
- Betekenis:** Herdenken kan helpen om zaken in perspectief te zien en opnieuw betekenis te geven aan gebeurtenissen uit het verleden. Ouderen hebben vaak eigen rituelen om het herdenken vorm te geven. Draag bij door praktische ondersteuning hierbij of een gesprek hierover.