



“Omzien naar
elkaar, dat is het
belangrijkste”

Meno (73)

Binnen de Molukse gemeenschap is het belangrijk voor elkaar te zorgen. En om te kijken naar elkaar. Het organiseren van plekken om samen te komen, helpt daarbij volgens Meno enorm. Meno: “Via de stichting waar ik vrijwilliger ben organiseren we van alles: creatieve middagen, themabijeenkomsten, we luisteren naar muziek en eten samen – heel belangrijk in onze cultuur. En we praten met elkaar. Over vroeger, maar ook over later.”

Juist door met elkaar te praten over ouder worden, wordt het gemeenschapsgevoel

sterker. “Als je je samen op de toekomst voorbereidt – door deel te nemen aan bijeenkomsten – maak je verbinding,” vertelt Meno. “Binnen onze gemeenschap kijken we sowieso naar elkaar om. Maar door de activiteiten die we organiseren komt daar verdieping in. Dan gaat het verder dan weten hoe de ander heet. Dan schep je écht een band.”

Het lijkt misschien nog ver weg, maar wie straks vol van het leven wil blijven genieten, praat vandaag over morgen.

Scan de QR-code om het volledige verhaal van Meno te lezen.



Tip: Sluit je ogen en stel jezelf over tien jaar voor op je verjaardag. Welke mensen zie je om je heen?

Begin op tijd het gesprek over
zorg, wonen en fit blijven.

[Kijk op \[praatvandaagovermorgen.nl\]\(https://www.praatvandaagovermorgen.nl\)](https://www.praatvandaagovermorgen.nl)



Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport

