

# Eenzaamheid

**Dr. Lise Switsers**  
**Expertisecentrum Zorg en Welzijn**  
**Mobilab & Care**

canvat



Iedereen kent  
eenzaamheid,  
maar niet alle  
eenzaamheids-  
gevoelens zijn  
hetzelfde,  
oorzaken  
veranderen



# Onderschat eenzaamheid niet!

- **9,3%** van de 18- tot 74-jarige Belgen geeft aan zich **altijd** of **meestal** eenzaam te voelen
- **22% soms** (Statbel, 2024)
- Niet iedereen heeft een even groot risico op eenzaamheid
- Lokale grote verschillen!



# Onderschat eenzaamheid niet!

- Gezondheidsrisico's, minder deelname aan de samenleving, minder geluk, slechter welbevinden,...
- Geschatte kostprijs voor België
  - 3,2 miljard euro **directe kosten** (o.a. voor medische zorg door huisartsen, farmacologie)
  - tussen 2 en 10 miljard euro **indirecte kosten** (o.a. via de werkgelegenheidsgraad, levensstijlfactoren, mortaliteit) (Pacolet et al., 2023)

# Plaats waar je woont



# Het belang van de buurt

- Aanwezigheid van sociale diensten
- Mate waarin activiteiten worden georganiseerd
- Sociale verbondenheid met elkaar én met de buurt
- Mobiliteitsmogelijkheden
- Veiligheidsgevoelens
- Aanwezigheid van groen in de buurt







# Platteland: unieke aanpak nodig

- Verdwijnen van basisvoorzieningen, sociale voorzieningen en verenigingen
- Toenemende vergrijzing
- Aanwezigheid van specifieke kwetsbare doelgroepen (zoals landbouwers, personen in armoede, personen met migratieachtergrond,...)
- Mobiliteitsuitdagingen in het bijzonder voor mensen met een fysieke beperking
- ....









# Uitdaging



**BLIJF  
IN UW  
KOT**



**B**~~**L**~~**I****J****F**  
**I****N** **U****W**  
**K****O****T**

Kom uit uw kot! 😊





# Wie zijn we?



- Thomas More Kempen vzw
- Onderzoeksgroep Mobilab & Care
- Praktijkgericht onderzoek
  - eenzaamheid
  - zorgzame buurten
  - mantelzorg

# Bedankt!

[lise.switsers@thomasmore.be](mailto:lise.switsers@thomasmore.be)

[leen.heylen@thomasmore.be](mailto:leen.heylen@thomasmore.be)