

WAT WETEN WE OVER EENZAAMHEID IN VLAANDEREN?

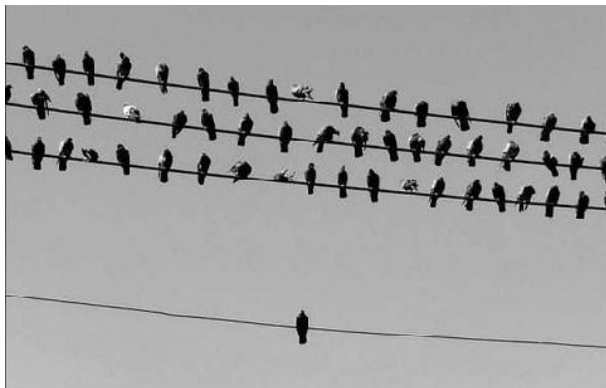
Leen Heylen

OVERZICHT

- Definitie eenzaamheid
- Cijfers eenzaamheid in Vlaanderen
- Risicofactoren eenzaamheid
- Aanpak & preventie

DEFINITIE EENZAAMHEID

- *“Eenzaamheid is het subjectief ervaren van een onplezierig of ontoelaatbaar gemis van (kwaliteit van) bepaalde sociale relaties”*



(de Jong-Gierveld, 1984)

DE RELATIES DIE JE HEBT
JE NETWERK

NEEN? DUS
**GEEN GEVOEL VAN
EENZAAMHEID**



VOEL JE EEN
ONPRETTIG VERSCHIL?
**JE PERSOONLIJKE
INTERPRETATIE**



DE RELATIES DIE JE WIL
HEBBEN
**JE WENSEN EN
VERWACHTINGEN**

JA?
**GEVOEL VAN
EENZAAMHEID**

DEFINITIE EENZAAMHEID

De man op de foto is Ludo.

Ludo woont alleen en gaat elke dag naar het park. Hij wandelt er rustig langs het water en rust uit op een bankje.

Behalve de verpleging die hem elke dag komt helpen, heeft hij geen sociale contacten.



Eenzaam

Ludo zou graag samen met iemand naar het park gaan. Hij zou ook graag thuis meer bezoek krijgen. Soms huilt hij omdat hij zich slecht voelt.



Sociaal geïsoleerd

Voor Ludo is meer contact niet nodig, hij vindt het fijn om alleen te zijn.

DEFINITIE

Sociale eenzaamheid



Emotionele eenzaamheid



EENZAAMHEID = ONZICHTBAAR

- Eenzaamheid
 - Stigma
 - “mislukt, zielig, er niet bij horen, ...”
 - Taboe
 - Twee op drie 65-plussers die zich eenzaam voelen, vinden het moeilijk om hierover te praten



DUUR EENZAAMHEID

- Duur
 - Voorbijgaande eenzaamheid
 - Situationele eenzaamheid
 - Chronische eenzaamheid





CIJFERS

CIJFERS EENZAAMHEID

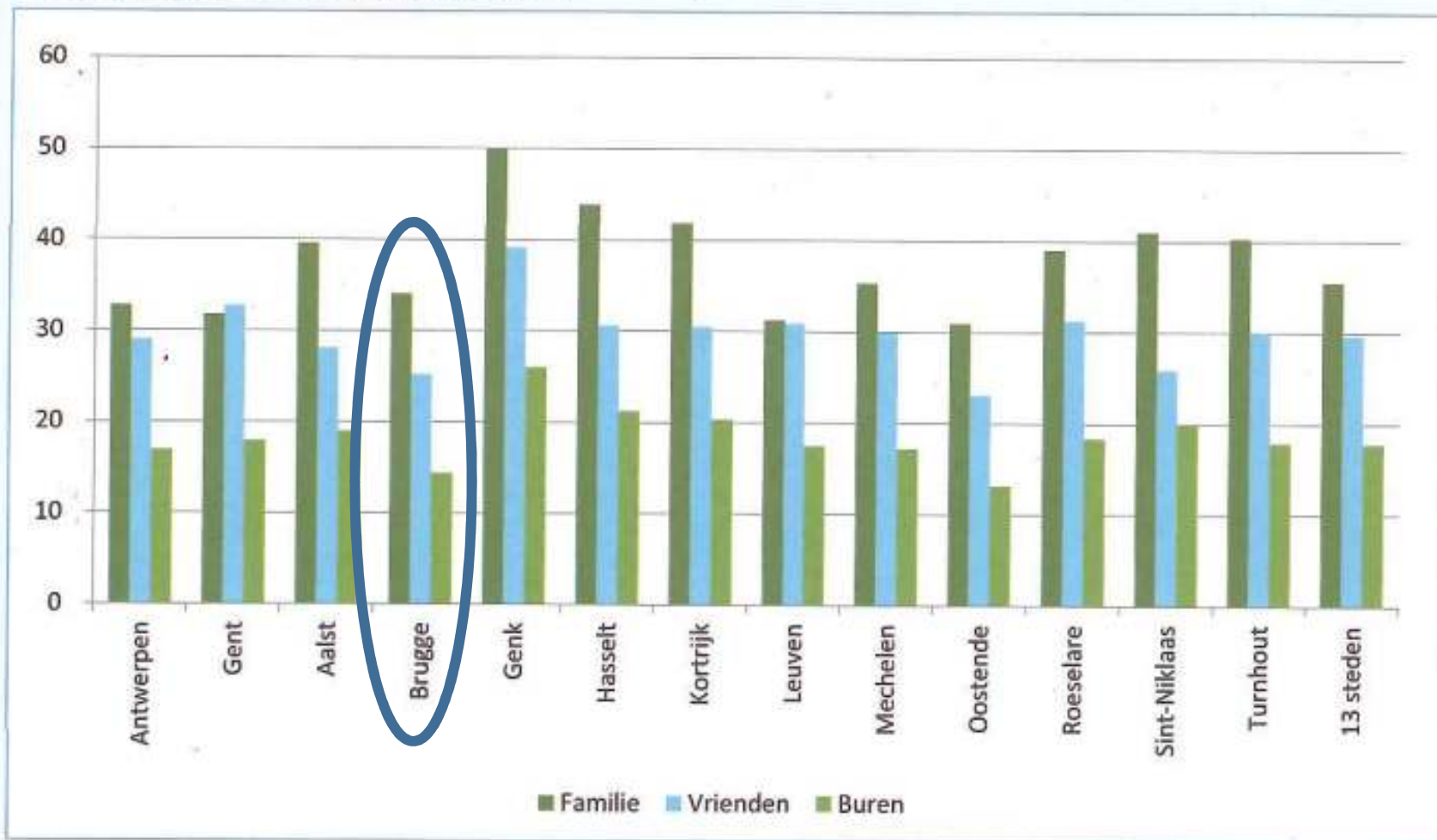
Tabel: "Hoe vaak voelde je je afgelopen week eenzaam?"

	18+		50+
Nooit of bijna nooit	74%	Nooit of bijna nooit	74%
Soms	19%	Soms	19%
Meestal	4%	Meestal	4%
Altijd of bijna altijd	3%	Altijd of bijna altijd	3%

Bron: ESS, 2014, België

CIJFERS SOCIAAL ISOLEMENT

Intensiteit van contacten per soort contact: minstens wekelijks contact met niet-inwonende familie, vrienden/kennissen of buren, in 2014, in %.



Bron: survey Stadsmonitor 2014.



RISICOFACTOREN

RISICOFACTOREN

- Gezondheidsproblemen of beperkingen



RISICOFACTOREN

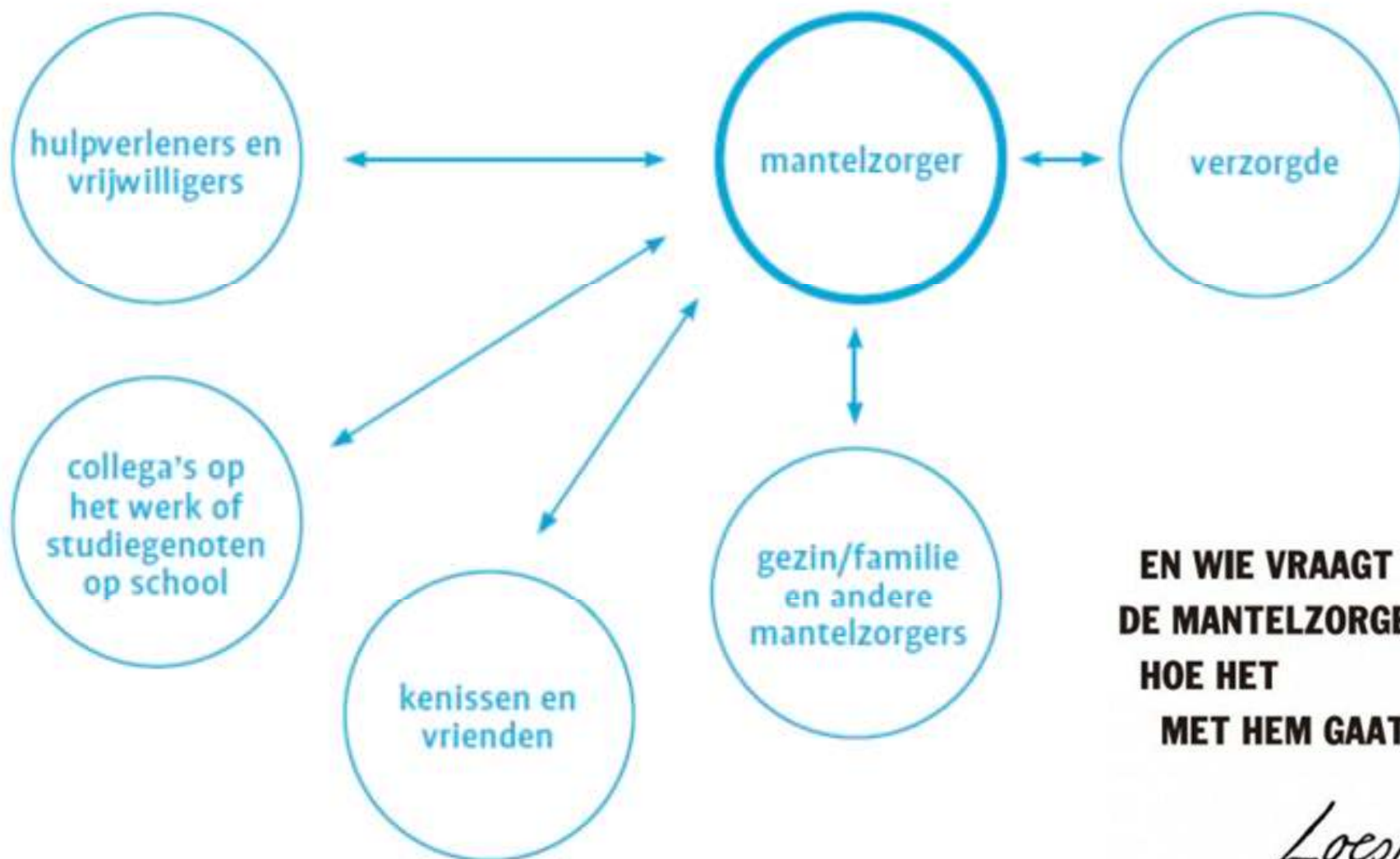
- Verlies partner



RISICOFACTOREN

- Financiële beperkingen





**EN WIE VRAAGT
DE MANTELZORGER
HOE HET
MET HEM GAAT**

Loesje

RISICOFACTOREN

- Maar ook je persoonlijkheid

“Ik kan ook wel babbelen, maar dan ben ik altijd bang dat ik de mensen verveel. Dat zit in mijn hoofd, ik weet het goed genoeg. Maar als je er dan bij komt zitten en je zit er dan bij en je durft niets zeggen, dan zullen ze ook denken van “zeg, wat komt die naar hier, die hoeft hier niet te zijn”, ... dat zijn mijn gedachten allemaal...”

- Samenleving: uitsluiting kwetsbare groepen

DOOR DE MYTHER: GEVOLGEN

- Gevolgen stereotype beeldvorming “oud = eenzaam = geen sociale contacten”
 - “Vals positieven”
 - Gevaar van ‘verborgen’ risicogroepen uit het oog te verliezen
 - Oplossingen vaak te simplistisch

DE AANPAK



BELANG AANPAK & PREVENTIE

- Eenzaamheid
 - Gaat samen met mentale en fysieke gezondheidsproblemen
 - Hangt samen met een lagere levensverwachting



DE AANPAK



BELANG SAMENWERKING





**DANKJEWEL VOOR JULLIE
AANDACHT!**



THOMAS
MORE

MEER WETEN

Contact: leen.heylen@thomasmore.be

Gids: www.oudeneenzaam.be

www.vonk3.be



VONK3
@THOMAS MORE

LID VAN
ASSOCIATIE
KU LEUVEN