



Vlaams  
Parlement

ingediend op **1559** (2017-2018) – Nr. 2  
17 oktober 2018 (2018-2019)

## **Verslag van de hoorzittingen**

namens de Commissie voor Welzijn, Volksgezondheid en Gezin  
uitgebracht door Katrien Schryvers en Elke Van den Brandt

over de conceptnota voor nieuwe regelgeving

van Lorin Parys, Peter Persyn, Tine van der Vloet,  
Elke Sleurs, Danielle Godderis-T'Jonck en Björn Anseeuw

betreffende de aanpak van eenzaamheid in Vlaanderen

---

*Samenstelling van de Commissie voor Welzijn, Volksgezondheid en Gezin:*

*Voorzitter:* Bart Van Malderen.

*Vaste leden:*

Ingeborg De Meulemeester, Danielle Godderis-T'Jonck, Lorin Parys, Peter Persyn, Elke Sleurs,  
Tine van der Vloet;

Griet Coppé, Cindy Franssen, Vera Jans, Katrien Schryvers;

Freya Saeys, Martine Taelman;

Freya Van den Bossche, Bart Van Malderen;

Elke Van den Brandt.

*Plaatsvervangers:*

Björn Anseeuw, Vera Celis, Cathy Coudyser, Koen Daniëls, Lies Jans, Manuela Van Werde;

Sonja Claes, Dirk de Kort, Kathleen Helsen, Tinne Rombouts;

Jo De Ro, Emmily Talpe;

Jan Bertels, Bert Moyaers;

Elisabeth Meuleman.

*Toegevoegde leden:*

Ortwin Depoortere.

Documenten in het dossier:

**1559** (2017-2018) – Nr. 1: Conceptnota voor nieuwe regelgeving

## INHOUD

1.	Uiteenzetting door Anja Declercq, LUCAS, KU Leuven.....	5
1.1.	Algemeen.....	5
1.2.	Monitoren van eenzaamheid .....	5
1.3.	Argumenten Belgische Gezondheidsenquête .....	5
1.4.	Oplossingen op drie niveaus .....	5
1.5.	Sociale gezondheid.....	6
1.6.	Acties om mensen minder eenzaam te maken .....	6
1.7.	Allesomvattende oplossing .....	6
1.8.	Sociale-impactobligaties.....	6
2.	Uiteenzetting door Marion Wasserbauer, beleidsmedewerker Çavaria .....	7
2.1.	Situatieschets .....	7
2.2.	Vlaamse holebitranspersonen .....	7
2.3.	Eenzaam? .....	7
2.4.	Ervaring Holebifoon .....	7
2.5.	Jongeren.....	8
2.6.	Ouderen.....	8
2.7.	Datingcultuur en seksuele beleving.....	8
2.8.	Intersectionaliteit .....	9
2.9.	Aanbevelingen .....	9
3.	Vragen van de leden .....	9
4.	Uiteenzetting door Leen Heylen, onderzoeksleider Vonk3 en docent banaba Ouderencoaching, Thomas More.....	13
4.1.	Belang van de conceptnota.....	13
4.2.	Lokaal en regionaal .....	13
4.3.	Vlaamse ondersteuning.....	14
4.4.	Ter illustratie .....	14
4.5.	Breed beleidsthema .....	14
4.6.	Interventiedatabank .....	14
4.7.	Sociale-impactobligaties.....	15
4.8.	Campagne.....	15
5.	Uiteenzetting door Dany Dewulf, stafmedewerker Inclusie en vermaatschappelijking van zorg, VVSG.....	15
5.1.	Wat is eenzaamheid?.....	15
5.2.	Proces van vereenzamen.....	16
5.3.	Copingstrategieën van lokale besturen.....	16
5.4.	Iedereen in het bad .....	17

---

6.	Uiteenzetting door Elke Valgaeren, dienstchef studiedienst, Gezinsbond ....	18
6.1.	Visie .....	18
6.2.	Algemene evaluatie van de conceptnota .....	18
6.3.	Enkele ontbrekende elementen .....	18
6.4.	Enkele bedenkingen .....	18
6.5.	Leeftijds- en doelgroepoverschrijdend.....	19
6.6.	Leeftijds- en doelgroepspecifieke adviezen .....	19
7.	Vragen van de leden .....	20
	Gebruikte afkortingen .....	23

Op 3 juli en 12 september 2018 hield de Commissie voor Welzijn, Volksgezondheid en Gezin hoorzittingen over de conceptnota voor nieuwe regelgeving betreffende de aanpak van eenzaamheid in Vlaanderen.

De commissie hoorde achtereenvolgens Anja Declercq, LUCAS, KU Leuven; Marion Wasserbauer, beleidsmedewerker Çavaria; Leen Heylen, onderzoeksleider Vonk3 en docent banaba Ouderencoaching, Thomas More; Dany Dewulf, stafmedewerker Inclusie en vermaatschappelijking van zorg, VVSG; en Elke Valgaeren, studiedienst, Gezinsbond.

## **1. Uiteenzetting door Anja Declercq, LUCAS, KU Leuven**

### 1.1. Algemeen

*Anja Declercq* heeft niets toe te voegen aan het eerste deel van de conceptnota. Het is een goede samenvatting van de wetenschappelijke literatuur, en wijst op de noodzaak iets te doen aan het probleem. De conceptnota maakt een onderscheid, ook in aanpak, tussen sociale en emotionele eenzaamheid. Er is de U-curve met pieken van eenzaamheid onder de vijftientig en boven de vijftenzestig jaar. De redenen en bijgevolg ook de oplossingen voor de eenzaamheid van die twee groepen die prioritaire aandacht verdienen, zijn anders. Ook in de andere leeftijdscategorieën is eenzaamheid soms een probleem, met risicofactoren als echtscheiding.

### 1.2. Monitoren van eenzaamheid

De conceptnota geeft ook oplossingen. Vooreerst is er het monitoren van eenzaamheid, wat een goed idee lijkt omdat er weliswaar cijfers zijn maar dan vooral over specifieke doelgroepen. De Koning Boudewijnstichting heeft voor haar onderzoek een representatief staal van ouderen genomen. Het doctoraatsonderzoek van Leen Heylen gaat niet uitsluitend maar toch vooral over ouderen. Er zijn geen cijfers en vooral geen longitudinale cijfers van een representatief staal van de bevolking.

Elke vier tot vijf jaar organiseert België de Belgische Gezondheidsenquête bij een representatief staal van de bevolking. Eenzaamheid is geen medisch probleem maar de gevolgen ervan vaak wel. Een regio kan vragen om een extra module toe te voegen. Anja Declercq stelt voor één keer een uitgebreidere module over eenzaamheid toe te voegen en systematisch twee vragen over sociale en emotionele eenzaamheid. Dat kost geen geld omdat de enquête al afgenomen wordt, op een methodologisch juiste manier en representatief. Dat zou nog geen lokale cijfers over het effect van bepaalde initiatieven opleveren, maar wel een goed begin zijn.

### 1.3. Argumenten Belgische Gezondheidsenquête

Anja Declercq waarschuwt ervoor eenzaamheid niet te medicaliseren. Hoewel eenzaamheid een grote impact heeft op de gezondheid, is het geen medisch probleem. In *The Journal of American Medical Directors Association* wordt aangetoond dat eenzaamheid bij ouderen een grotere impact heeft op mortaliteit dan fysieke kwetsbaarheid of cognitieve problemen. Andere literatuur toont dat eenzaamheid dezelfde impact heeft als vijftien sigaretten per dag of als obesitas.

### 1.4. Oplossingen op drie niveaus

Voorts vindt Anja Declercq opvolging, naast evaluatie van oplossingen en strategie belangrijk. Niet alles werkt, daarover zijn er al wat studies, en interventies die effectief zijn, zijn dat niet noodzakelijk bij alle groepen. Ze ziet

drie niveaus van interventie: op Vlaams niveau preventief met bewustmaking. Het concept 'sociale gezondheid' is daarvoor relevant: het belang van levenslang nieuwe contacten leggen. Sociale eenzaamheid valt aan te pakken door mensen uit hun huis te halen of door hen te bezoeken. Emotionele eenzaamheid is niet zo gemakkelijk op te lossen. Een innige vriendschap groeit niet op enkele maanden tijd. Het is een goede zaak dat mensen zich ervan bewust zijn dat een groot netwerk belangrijk is, zonder dat er evenwel gestigmatiseerd of geculpabiliseerd wordt. Dat kan ook door initiatieven die niet specifiek focussen op eenzaamheid maar die sociale contacten en cohesie bevorderen, zowel op Vlaams als op lokaal niveau, en zowel preventief als curatief. Tot slot zijn er ook initiatieven nodig die gericht zijn op bepaalde populaties die sociale en/of emotionele eenzaamheid ervaren. Dat zal allicht eerder lokaal gebeuren.

#### 1.5. Sociale gezondheid

Groot-Brittannië heeft een minister van Eenzaamheid. Een ongelukkige en stigmatiserende titel, maar het is goed dat het thema aandacht krijgt. Het maakt dat de volledige bevolking, ook wie zich niet eenzaam voelt, over de zaak nadenkt. Er is ook een 'Campaign to End Loneliness', op zich een utopie, waarbij meer dan tweeduizendvijfhonderd organisaties het bewustzijn over eenzaamheid vergroten en activiteiten opzetten. Anja Declercq weet niet of dat nodig is in Vlaanderen, maar allicht kan een eenzaamheidstoets bij de talrijke initiatieven ervoor zorgen dat er wat aandacht naar toe gaat.

#### 1.6. Acties om mensen minder eenzaam te maken

Systematische reviews tonen aan dat acties om mensen minder eenzaam te maken zoals bezoekjes brengen, ze les geven of vrijwilligerswerk laten uitvoeren, tot een lichte verbetering in depressie- en angstscores leiden maar geen langetermijneffect op eenzaamheid, welzijn en zelfwaarde hebben. Daaruit kan worden afgeleid dat dergelijke acties werken tegen sociale maar niet tegen emotionele eenzaamheid. Voor een structurele oplossing is meer nodig. Wat wel aantoonbare effecten lijkt te hebben, zijn cognitieve gedragstherapie sessies om mensen te leren omgaan met emotionele eenzaamheid. Onder meer LISTEN (Laurie Theeke, West Virginia University) toonde dat aan. De vraag is of dat haalbaar is voor iedereen.

#### 1.7. Allesomvattende oplossing

Anja Declercq acht de voorgestelde databank van interventies nodig, alsook studies zoals Movisie, het landelijk kennisinstituut voor het sociaal domein, in Nederland uitvoert. Een omvattende oplossing is immers utopisch. Een evaluatie van de interventies, die zelden identiek zijn aan het protocol dat in de databank staat, is belangrijk. Bovendien dient te worden nagegaan bij wie het (niet) effectief is, zodat het op een goede manier kan worden uitgerold bij de juiste groep. In de conceptnota is ook sprake van kostenefficiëntie, maar die is moeilijk te bepalen. De effecten zijn immers vooral longitudinaal. Als de geëvalueerde parameters op korte termijn spelen, kan al te snel geconcludeerd worden dat de zaak niet effectief is.

#### 1.8. Sociale-impactobligaties

Anja Declercq denkt dat sociale-impactobligaties kunnen werken voor initiatieven die hun nut al bewezen hebben. Daarnaast moet er ook ruimte zijn voor risicovolle nieuwe interventies. Naast evidencebased moet ook 'practicebased' een factor zijn. Sommige interventies zijn immers in een labosituatie waar alle factoren constant gehouden worden effectief, maar in de praktijk spelen veel andere factoren. Die andere invloeden constant houden is niet zo eenvoudig bij

eenzaamheid. Bij kleine interventies op kleine lokaliteiten kan de schaal te klein zijn om effect te kunnen meten. Voorts pleit de spreker voor duidelijke afspraken over wanneer en onder welke voorwaarden projecten stopgezet, voortgezet of bijgestuurd worden. De uitrol of het gebrek eraan zorgt immers voor grote frustratie bij goed werkende projecten.

## **2. Uiteenzetting door Marion Wasserbauer, beleidsmedewerker Çavaria**

*Marion Wasserbauer* licht eenzaamheid in de LGBTQI-gemeenschap toe. Çavaria inspireert, stimuleert en ondersteunt verenigingen en individuen die opkomen voor een brede kijk op seksuele oriëntatie, genderexpressie en genderidentiteit. Ze streeft het welzijn na en komt op voor de rechten van homo's, lesbiennes, bi's en transgenders in alle aspecten van het dagelijkse leven. Çavaria is opgericht in 1977 als holebikoepel en komt sinds 2009 ook actief op voor de rechten van transgenders. Naast koepelvereniging is Çavaria ook expertisecentrum en gelijkekansenorganisatie.

### 2.1. Situatieschets

De wettelijke situatie en de sociale zichtbaarheid van holebitranspersonen in België is, in vergelijking met andere landen, Europese en wereldwijd, redelijk goed. België scoort hoog op de Rainbow Europe Map. In de afgelopen vijftien jaar heeft de beweging heel wat successen geboekt. Zo was België het tweede land ter wereld waar koppels van hetzelfde geslacht konden trouwen. In 2016 kwam er het automatische meemoederschap. Sinds begin 2018 kunnen transgenderpersonen hun genderregistratie wijzigen in een gemeentelijke administratieve procedure zonder medische voorwaarden. Desondanks blijven eenzaamheid en mentaal welbevinden een groot probleem.

### 2.2. Vlaamse holebitranspersonen

Vlaamse holebitranspersonen worden vaak afgebeeld als het feestende volk op prides en parades. Dat is zeker een facet van de gemeenschap en de holebitransidentiteit. Aan de UGent is onderzoek verricht naar de prevalentiecijfers met betrekking tot suïcidaliteit bij Vlaamse holebi's en transgenderpersonen. Het onderzoek focuste voornamelijk op de factoren die het risico verhogen op suïcidepogingen en de factoren die beschermend kunnen zijn. Uit de resultaten blijkt dat 26,5 percent van de deelnemers reeds een of meer suïcidepogingen ondernam. Bij transgenderpersonen registreerde het onderzoek 38,7 percent. Bij de holebirespondenten kwam dat neer op 22 percent. Deze cijfers bevestigen de hoge prevalentie gekend uit internationaal onderzoek. Dat verontrustend cijfer noopt tot dringende actie.

### 2.3. Eenzaam?

De conceptnota maakt een onderscheid tussen sociale en emotionele eenzaamheid. Bij de LGBTQI-gemeenschap speelt ook 'minority stress'. Dat is de stress die leden van een minderheidsgroep ervaren door dagelijkse discriminatie en door de eenzaamheid ten gevolge van hun identiteit. Internationaal en Vlaams onderzoek toont voorts een duidelijke band aan tussen eenzaamheid en mentaal welzijn. Eigenlijk werken beide factoren als in een vicieuze cirkel.

### 2.4. Ervaring Holebifoon

Çavaria heeft een afdeling voor individuele hulpverlening: de Holebifoon, die via chat, telefoon en mail informatie verstrekt maar ook een luisterend en begripvol oor aanbiedt. De medewerkers van de Holebifoon melden dat eenzaamheid een expliciet en impliciet thema is in gesprekken en even vaak voorkomt in de

volledige holebi- en transpopulatie. Vaak duren gesprekken daarover lang, tot meer dan een uur. Sommige bellers kennen geen andere holebi's of kunnen er geen contact mee leggen. Zij lijden aan sociale eenzaamheid. Voorts spelen angst om alleen te blijven of om geen lief te vinden, teleurstelling in daten, een relatiebreuk, een problematische coming-out, teleurstelling in hulpverlening en ervaring met discriminatie.

### 2.5. Jongeren

De holebi- en transgemeenschap omvat een diverse populatie. Uit een onderzoek over holebi's en transpersonen en muziek leest de spreker een quote voor van de 27-jarige Anna waaruit blijkt dat ze zich in haar tienerjaren alleen op de wereld voelde, uniek in haar soort, onbegrijpbaar voor wie dan ook. Tien jaar geleden dacht ze dat ze de enige lesbische vrouw te wereld was, en dat in Vlaanderen. Holebi- en transjongeren zijn doorgaans eenzaam omdat ze denken dat ze er alleen voor staan eens ze erachter gekomen zijn dat ze anders zijn. Nederlands onderzoek wijst uit dat ze zich gemiddeld eenzamer voelen dan andere jongvolwassenen ondanks het feit dat ze evenveel vrienden en even vaak een relatie hebben als heterojongeren. Dat is intrinsiek aan hun genderidentiteit en seksuele identiteit. Een Amerikaanse studie stelt dat drie vijfde van de holebi- en transjongeren te weinig of geen steun krijgen van hun familie. Uit dezelfde studie blijkt dat personen die weinig steun ervaren door familie en vrienden een aanzienlijk hoger risico hebben op depressie of angst. Dat bewijst dat het gevoel alleen gelaten te zijn en eenzaamheid een directe band hebben met het mentale welzijn.

### 2.6. Ouderen

Een tweede bijzonder kwetsbare groep in de holebi- en transgemeenschap zijn de ouderen. Ook onder de ouderen nemen zij een bijzondere plaats in. Ouderen met een niet-normatieve seksualiteit zijn bijzonder kwetsbaar omdat ze meervoudige minderheden zijn. Naar schatting zijn er ruim tweehonderdduizend roze ouderen in Vlaanderen. Hun situatie is specifiek omdat ze in een maatschappij opgroeiden die heel wat minder tolerant was. Heel wat onder hen zijn getrouwd met een partner van het andere geslacht, hebben kinderen en zijn daarna pas uit de kast komen. Ze hebben het gevoel dat als ze zich zouden outen, ze gediscrimineerd zouden worden, bijvoorbeeld in woonzorgcentra. Ze gaan zelfs terug in de kast als ze een beroep moeten doen op structurele zorg. Daarnaast is er in de structurele zorg geen tijd om daarop in te gaan omdat de nadruk ligt op praktische zorg. Çavaria en KliQ vzw hebben in samenwerking met het Vlaams Agentschap Zorg en Gezondheid het project Tachtig Tinten uitgewerkt. In het voorjaar van 2018 was er een studiedag over LGBTQI-ouderen. Ook het Nederlandse Movisie buigt zich over dit kruispunt van identiteiten.

### 2.7. Datingcultuur en seksuele beleving

De datingcultuur en de manier waarop seksualiteit in het holebi- en transmilieu beleefd wordt, is aan het verschuiven. Door datingapps wordt het gemakkelijker andere holebi's en transpersonen te bereiken, maar de contacten blijven vaak oppervlakkig. In de populaire media verschenen ook verschillende artikelen over de epidemie van gayloneliness die viraal gingen. Een gevaarlijke trend is chemseks: seksfeestjes op chemische harddrugs. Seksuoloog Tom Platteau van het Instituut voor Tropische Geneeskunde in Antwerpen leidt uit gesprekken af dat het een manier is om intens contact te beleven, maar dat de terugval nadien groot is. Het maakt dat meer en meer vooral homomannen niet meer kunnen functioneren in het dagelijkse leven. Een studie op Grindr, een gaydatingapp, toont aan dat duizend van de vierduizend deelnemers aan de enquête geregeld chemseks hebben. Indirect zorgt het voor meer eenzaamheid in het gaymilieu.



## 2.8. Intersectionaliteit

Personen afkomstig uit een etnisch-culturele minderheid die ook homo, lesbisch of transgender zijn, vormen een andere bijzonder kwetsbare groep. Ze kunnen immers op onbegrip stoten bij de twee groepen waartoe ze behoren. Een laatste kwetsbare groep zijn LGBTQI-mensen met een verstandelijke of lichamelijke beperking. Ook dat blijkt uit cijfers van de Holebifoon. Marion Wasserbauer concludeert dat alle holebi's en transpersonen een groot risico op eenzaamheid lopen.

## 2.9. Aanbevelingen

Çavaria ziet graag structureel en longitudinaal onderzoek, kwantitatief en kwalitatief. Marion Wasserbauer vraagt in dat onderzoek specifieke aandacht voor de LGBTQI-gemeenschap, en wil het onderzoeksontwerp zo inclusief mogelijk maken door bijvoorbeeld de geënquêteerden met verschillende voornaamwoorden aan te spreken. De kans bestaat dat LGBTQI-mensen anders afhaken. Ze zou het waarderen als de LGBTQI als aparte doelgroep bevraagd wordt.

In het algemeen dringt Çavaria aan op meer aandacht voor het welzijn van LGBTQI. Universeel door bijvoorbeeld CAW's ervoor te sensibiliseren en specifiek door steun aan bijvoorbeeld de Holebifoon en het Transgenderinfopunt. Tot slot dringt ze aan op meer ondersteuning voor kwetsbare groepen. De Holebifoon krijgt 40.000 euro structurele middelen van het beleidsdomein Gelijke Kansen, ongeveer de helft van zijn budget. Van Welzijn krijgt de Holebifoon middelen als vrijwilligersvereniging, niet als zorgverlener. Dat kleine budget is nuttig om de vrijwilligers op te leiden en in te zetten voor de permanenties, maar het volstaat niet. Daarom pleit Çavaria voor structurele welzijnssubsidies voor de Holebifoon. Hetzelfde pleidooi wil ze houden voor structurele suicidepreventie. In de tweede versie van het Suicidepreventieplan staan holebi's en transpersonen gelukkig vermeld. Çavaria heeft een kortlopend project voor suicidepreventie met website en toolkit, maar vreest dat het, zoals vele andere mooie projecten, een stille dood zal sterven bij gebrek aan structurele middelen. Çavaria heeft ook andere toolkits en thematische instrumenten uitgewerkt in samenwerking met KliQ vzw, bijvoorbeeld Tachtig Tinten voor holebi- en transouderen. Ook dat soort projecten verdient structurele steun.

## 3. Vragen van de leden

*Lorin Parys* denkt dat aandacht besteden aan en reflecteren over dit thema de eerste stap is naar een oplossing. Er is uiteraard actie nodig, maar het is voor iedereen duidelijk dat mensen niet zomaar verlost kunnen worden van eenzaamheid. De suggesties over de Belgische Gezondheidsenquête zijn nader onderzoek waard. Piet De Bruyn suggereerde vroeger al na te gaan wat mogelijk is in de survey Sociaal-Culturele Verschuivingen in Vlaanderen omdat daarin ook naar psychisch welzijn en eenzaamheid gepeild wordt.

De drietrapsaanpak, bewustmaking, initiatieven ter bevordering van sociale contacten en cohesie, en specifieke initiatieven is interessant. Maar hoe baken je de populaties voor specifieke initiatieven af? Hoe ver moet een overheid gaan in het doelgroepenbeleid versus algemeen beleid? Kan het één zonder het ander? Voor elk van de letters in LGBTQI een andere aanpak opzetten, is een grote uitdaging.

Hij vraagt voorts uitleg bij LISTEN en de precieze inhoud van die cognitieve training. Hoe bepalen wat op lange termijn werkt? Kent Anja Declercq nog andere goede interventies dan LISTEN? Hij beaamt dat bij het nemen van nieuwe initiatieven mislukken mogelijk moet zijn. Hij heeft de opmerking over afspraken

over een uitrol na evaluatie ook begrepen. Hoe eenzaamheid trouwens beter detecteren? Het Verenigd Koninkrijk werkt met 'heatmaps' om te bepalen of er op bepaalde plaatsen een groter risico is. Op basis van welke criteria wordt zo'n 'heatmap' samengesteld zodat lokale overheden weten waar ze op moeten inzetten maar ook om te vermijden dat elke kwetsbare buurt als meer kans hebbend op eenzaamheid weggezet wordt. Dat is een hokje waarin eenzaamheid niet helemaal thuishoort.

*Katrien Schryvers* acht het algemeen bekend dat vergrijzing, individualisering en vereenzaming samenhangen. Meer en meer wordt duidelijk dat eenzaamheid zich in verschillende leeftijdsgroepen voordoet. Eenzaamheid is een gevoel dat moeilijk tastbaar te maken is. Dat de minister van Eenzaamheid een slechte titel is, beaamt ze, maar het is een goede zaak dat het thema prominent is in een beleid. Ze vraagt welke invloed sociale media spelen. Enerzijds zijn die een uithangbord waarop mensen alleen leuke zaken delen, maar anderzijds bieden ze contactmogelijkheden. Hoe de negatieve kanten bijvijlen en de positieve mogelijkheden aanwenden?

Eenzaamheid bestrijden vergt een divers pakket aan maatregelen op individueel vlak, gezinsniveau en buurtvlak. Er zijn al heel wat Vlaamse initiatieven waar mensen met vragen terecht kunnen. Voorts zijn er maatregelen om het sociale weefsel te versterken. Mogelijk biedt het decreet van 9 februari 2018 betreffende het lokaal sociaal beleid daarvoor aanknopingspunten. Het geïntegreerd breed onthaal heeft immers de opdracht proactief te werken. De vermaatschappelijking van de zorg kan ook bijdragen aan het versterken van de sociale relaties. Lokaal zijn er al goede initiatieven, het is zaak de impact ervan te meten. In Zoersel loopt voor de tweede keer een enquête van Bclose over de contacten van tachtigplussers. Daarbij wordt er gevraagd naar de frequentie van contacten allerhande, de intensiteit van de contacten en de behoefte aan contact. Uit vorige edities bleek dat objectieve parameters moeilijk zijn: het is niet zo dat wie weinig contacten heeft, behoefte heeft aan meer of omgekeerd. Voorts verwijst Katrien Schryvers naar lokale initiatieven zoals Vierkant tegen Eenzaamheid in Brugge. Ze herinnert ook aan de resolutie betreffende de ontwikkeling van buurtgerichte ondersteuning van zorgafhankelijke mensen (*Parl.St.* VI.Parl. 2013-14, nr. 2347/3). Een conceptnota gaat over nieuwe Vlaamse regelgeving. Ze vraagt wat volgens de sprekers daaraan moet veranderen.

*Freya Saeys* herinnert aan het wijdverbreid zijn van eenzaamheid. Een recente enquête wees uit dat eenzaamheid bij jongeren enorm toegenomen is. Acht op de tien jongeren voelt zich in zekere mate eenzaam en 21 percent vaak tot altijd. De hoge druk en grote verwachtingen van de maatschappij spelen daar zeker een rol in. Ze acht het een goede zaak dat de lokale overheid de beleidsmotor wordt, die heeft immers best voeling met de populatie. Vlaanderen moet niet te veel opleggen maar vooral bewegingsruimte geven, want de aanpak zal anders zijn naargelang de context, bijvoorbeeld stedelijk versus landelijk. Vlaanderen moet vooral faciliteren maar toch het overzicht behouden, en kennis en goede praktijken, aangepast aan de doelgroep, verspreiden.

Heel wat ouderen voelen zich, ondanks een groot sociaal netwerk, eenzaam. Welke strategie werkt voor die groep? In Vlaanderen zijn er al heel wat initiatieven. Ze informeert of Anja Declercq over een lijst van strategieën en initiatieven beschikt die de eenzaamheid verminderen. Van het programma Eenzaamheid onder Ouderen van het Fonds Sluyterman van Loo, dat liep van 2001 tot 2005, bleken uiteindelijk maar twee initiatieven effectief tegen eenzaamheid. Een van de redenen daarvoor was de grote variabiliteit in mate, oorzaak en vorm van eenzaamheid. Elke vorm vergt een specifieke aanpak. Is al duidelijk hoe elke doelgroep en vorm best aangepakt wordt? Is preventie mogelijk?

Aan Çavaria vraagt ze of er in woonzorgcentra al meer openheid en aandacht voor ouderen met een andere geaardheid is. Heeft de vereniging goede contacten met lokale besturen?

*Jan Bertels* onderschrijft eenzaamheid als een maatschappelijk probleem. Hij heeft begrepen dat de lokale besturen een belangrijke rol spelen, maar dat er ook een ondersteuningskader vanuit een lokaal niveau nodig is, een interventie-databank met informatie over efficiëntie en effectiviteit, of zoals sp.a het noemt, een kenniscentrum preventie eenzaamheid. Dat er één oplossing is voor allen, is een utopie. Een aanpak op maat is nodig. Dan is er de kwestie van de afbakening van doelgroepen. Hoe een Vlaams ondersteuningskader op te zetten zonder te vervallen in doelgroepenbeleid? Anja Declercq waarschuwt tegen medicalisering van het probleem maar geeft met de cognitieve gedragstherapie een oplossing in de medische sfeer. Ziet Çavaria een evolutie in de zienswijze over andere geaardheid bij zowel ouderen als bij verzorgend personeel?

*Piet De Bruyn* is ook niet uit de tweespalt tussen generiek en doelgroepspecifiek beleid, hoewel hij beide nodig acht. Het heeft inderdaad wel wat voeten in de aarde gehad om concrete acties en budget voor holebi's en transpersonen in het Suïcidepreventieplan verwerkt te krijgen. Daarbij komt nog dat die middelen niet duurzaam zijn en de vraag dus rijst wat erna komt. Of de middelen uit Welzijn of Gelijke Kansen moeten komen of van beide, daar is hij nog niet uit. Hij onderschrijft wel de vraag naar structurele financiering uit het welzijnsbudget voor de Holebifoon.

*Anja Declercq* ziet generieke aspecten aan het bestrijden van eenzaamheid, zoals preventie en bewustwording, en specifieke aspecten. Iedereen loopt het risico op eenzaamheid, die tijdelijk kan zijn of permanent worden. Door cijfers te verzamelen zal duidelijk worden wie een groter risico loopt op eenzaamheid en wie er problemen door ondervindt. Een onderscheid tussen wie in een beginstadium zit en wie emotioneel eenzaam is, wat moeilijk terugdraaibaar is, maakt het mogelijk de acties aan te passen.

Het probleem is meerlagig. Het is geen zaak van één bevoegdheid of één minister. Voor de spreker is de grens tussen Welzijn en Gezondheid trouwens voorbijgestreefd. Het heeft zeker ook met Gelijke Kansen te maken, maar ook met Armoede. Het onderzoek van de Koning Boudewijnstichting toont een verhoogd risico aan bij armoede. Het is niet duidelijk wat de kip en wat het ei is. Ook Wonen speelt een rol. Een groep ouderen die eenzaam is en niet graag alleen woont, wil maar kan niet terecht in een woonzorgcentrum omdat ze geen grote cognitieve of fysieke zorgvragen hebben. Een assistentiewoning of serviceflat is geen oplossing. Een dienstencentrum of dagcentrum is dat slechts gedeeltelijk want om vijf uur 's avonds zitten de ouderen alleen thuis. In de private en sociale woningbouw moet er gedacht worden aan woonvormen waar mensen bepaalde ruimtes delen. Abbeyfield start een eerste vestiging in Leuven. Dat is niet voor iedereen, maar wel voor sommigen een oplossing. Dat soort ideeën, voor verschillende leeftijden en doelgroepen, kan een deel van de oplossing worden. Een steunpunt en databank van initiatieven die al dan niet effect hebben, is broodnodig. Samen met de andere medewerkers aan het onderzoek van de Koning Boudewijnstichting in 2013 was Anja Declercq verbaasd over hoe weinig onderzoek er is naar de effectiviteit van de interventies en hoe veel naar de omvang van het probleem. Sindsdien zijn er wel meer reviews over interventies. De literatuur mikt vooral op de gevolgen en niet op preventie. Ook op dat vlak is er kennisgroei nodig.

Eenzaamheid neemt niet toe want de cijfers zijn sinds de jaren tachtig relatief stabiel. Wel is het zo dat het bewustzijn en het terecht problematiseren ervan toegenomen zijn, maar ook dat de oplossingen elders moeten worden gezocht.

De sociale media spelen een positieve en negatieve rol. Wie minder mobiel is, kan contact houden met Skype en meeleven op Facebook. Anderzijds kan het hen bewustmaken van wat ze niet hebben. Heidi Vandebosch van de Universiteit Antwerpen en Steven Eggermont aan de KU Leuven hebben daar studiewerk naar verricht wat een divers en genuanceerd beeld oplevert.

Sociale eenzaamheid vergt geen medische interventies en is net iets eenvoudiger op te lossen. Ernstige emotionele eenzaamheid waarbij de persoon het gevoel heeft voor niemand van grote betekenis te zijn en bij niemand zijn persoonlijke problemen kwijt te kunnen, is moeilijker aan te pakken.

LISTEN biedt gedurende vijf weken sessies van twee uur per week aan, waarin mensen aan de hand van vijf thema's op een andere manier leren omgaan met eenzaamheid zodat ze er minder negatieve gevolgen van ondervinden. Dat neemt eenzaamheid niet weg en eigenlijk komt het eropaan te vermijden dat het zo ver komt dat LISTEN nodig is. Voor de groep die ernstig vereenzaamd is, is cognitieve en andere therapie nodig, maar eigenlijk moet er vooral gemikt worden op interventies die voorkomen dat het zover komt.

Vlaanderen kan zorgen voor databank en 'heatmap'. Voor specifieke groepen zijn er wel wat cijfers die nog niet samengebracht zijn. De Belgian Ageing Study van de Vrije Universiteit Brussel, die al in heel wat steden en gemeenten afgenomen is, peilt ook naar eenzaamheid. Allicht brengt het CLB de eenzaamheid bij jongeren in kaart. Ook Awel houdt misschien bij hoe vaak de gesprekken gaan over eenzaamheid.

De survey Sociaal-Culturele Verschuivingen in Vlaanderen is een kleinere, niet zo representatieve bevraging die allicht toch ook wel wat gegevens oplevert. Voorheen konden provincies een extra module vragen bij de Belgische Gezondheidsenquête. Limburg vroeg ooit een extra module over ouderen. Vlaanderen kan dat even goed doen. Het voordeel van die enquête is dat er meer dan twaalfduizend mensen ondervraagd worden, een representatief staal van mensen van vijftien jaar en ouder. Voorts is het mogelijk de resultaten te linken aan andere informatie zoals inkomen en opleidingsniveau. Omdat de gegevens elke vier tot vijf jaar op dezelfde manier onderzocht worden, kan er ook nagegaan worden of de interventies helpen.

*Marion Wasserbauer* zegt dat Çavaria een combinatie van algemeen beleid en doelgroepenbeleid vraagt. Het algemeen beleid moet dan zo inclusief mogelijk zijn en gelden voor alle genderidentiteiten en seksuele belevingen. Anderzijds hebben doelgroepen een specifieke aanpak nodig. Daarvoor acht ze een expertisecentrum nodig.

Sociale media zijn voor holebi's en transpersonen een zegen omdat ze door het internet gemakkelijker contacten kunnen leggen, informatie opzoeken of elkaar steunen. Anderzijds kunnen de hoeraverhalen waarbij niemand negatieve aspecten van zichzelf laat zien, ook deprimerend werken. Ook dating wordt gemakkelijker, maar anderzijds leidt dat niet vaak tot duurzame relaties.

Het Tachtig Tintenproject voor holebi- en transouderen in woonzorgcentra is een te volgen voorbeeld. Zes woonzorgcentra hebben eraan deelgenomen. Ze werden begeleid door KliQ vzw, het vormings- en expertisecentrum van Çavaria. Uit dat project is een informatiepakket voortgekomen. KliQ vzw biedt ook vormingen voor woonzorgcentra. Terwijl het proefproject gratis was, moeten de centra er thans voor betalen en roze ouderen horen allicht niet tot hun prioriteiten. Er is specifieke kennis en het zou goed zijn mocht er een manier zijn om die uit te dragen. Misschien kan het lokale niveau daaraan bijdragen. In de maatschappij zijn holebi's en transpersonen zichtbaarder en beter aanvaard. Of dat ook tot

uiting komt in de woonzorgcentra en bij de verzorging, kan de spreker alleen maar hopen.

Çavaria werkt vaker samen met het lokale niveau. Zo maakte het recent een vertaling van de duurzame ontwikkelingsdoelstellingen om ze algemeen geldend te maken, en dus ook voor holebi's en transpersonen.

*Anja Declercq* suggereert ook de lokale overheden en de middenveldorganisaties te vragen welke initiatieven tegen eenzaamheid ze al namen en wat daar de gevolgen van waren.

*Lorin Parys* acht het samenbrengen van cijfers en initiatieven een waardevolle suggestie. N-VA heeft de initiatieven van de gemeentebesturen waar ze zelf in de meerderheid zit geïnventariseerd. Aangezien de persoonsgebonden bevoegdheden van de provincies overgedragen zijn aan de Vlaamse overheid, kan die allicht wel suggesties doen voor de Belgische Gezondheidsenquête. Mogelijks is het bestrijden van eenzaamheid een nuttige variant in subsidiecriteria.

Eenzaamheid groeit niet. Eigenlijk is een beetje eenzaamheid prima. Het is enkel als iemand er last van heeft en niet meer weet hoe eruit te geraken, dat er iets moet gebeuren. Tot slot haalt de spreker Hoplr aan dat via de sociale media op heel praktische wijze een buurtnetwerk vormt.

*Anja Declercq* zegt dat ook Ruimtelijke Ordening een rol speelt. Zitbanken op de juiste plaats kunnen een preventief en zelfs curatief effect hebben.

#### **4. Uiteenzetting door Leen Heylen, onderzoeksleider Vonk3 en docent banaba Ouderencoaching, Thomas More**

##### 4.1. Belang van de conceptnota

*Leen Heylen* benadrukt het belang van de conceptnota. Eenzaamheid is een subjectief en pijnlijk gevoel. De cijfers bewijzen dat het een omvangrijk fenomeen is waardoor het thema het individuele overstijgt. Chronische eenzaamheid leidt tot mentale en fysieke gezondheidsproblemen. Het is bewezen dat eenzaamheid leidt tot lagere levensverwachting met een effect dat gelijk is aan dat van roken en alcohol en zelfs groter dan dat van een hoge BMI. Omdat het subjectief is, blijft eenzaamheid als factor van een lagere levensverwachting al te vaak onder de radar. Ze is het eens met de stelling van de conceptnota, en gaat vooral in op de methodieken en strategieën die voorgesteld worden.

##### 4.2. Lokaal en regionaal

Het lokale niveau kan een belangrijke rol spelen in preventie en aanpak. Professor De Jong-Gierveld, een Nederlands expert, pleit meer en meer voor preventie, onder meer door het versterken van netwerken. In Vlaanderen zijn er daarvoor al heel wat aanknopingspunten op lokaal vlak, zoals de hervorming van de eerste lijn en de nota over de zorgzame buurt. Ook wil de nota over een nieuw woonzorgdecreet burenhulp tot een expliciete opdracht van het lokale dienstencentrum maken. Recente studies bewijzen de link tussen hoe een buurt georganiseerd is en het risico op eenzaamheid. Het Vlaamse niveau speelt daarin een ondersteunende en faciliterende rol. Er moet worden gewaarschuwd voor een mattheüseffect: er moet over gewaakt worden dat er geen (grote of kleine) gemeenten achterophinken.

#### 4.3. Vlaamse ondersteuning

Voorts onderschrijft Leen Heylen het belang van goede en recente cijfers. De huidige Vlaamse cijfers zijn gefragmenteerd, met enkel gegevens over bepaalde leeftijdscategorieën, zoals jongeren en vijftigplussers, of over specifieke doelgroepen, zoals gescheiden mensen. Er zijn weinig tot geen longitudinale data. Nochtans zouden die inzage geven in de mechanismen die spelen bij chronische eenzaamheid. Daarbij komt nog dat de manier van enquêteren verschilt. Er wordt bijvoorbeeld niet altijd een onderscheid gemaakt tussen sociale en emotionele eenzaamheid, wat vergelijken bemoeilijkt. Bovendien blijft het vaak beperkt tot een extra module bij een algemene vragenlijst. Tot slot ontbreekt het aan voldoende cijfers over doelgroepen waar het risico op eenzaamheid verwacht wordt groter te zijn, bijvoorbeeld mantelzorgers.

De spreekster sluit zich ook aan bij het pleidooi van de indieners voor meer onderzoek. Zelfs de data die beschikbaar zijn worden niet tot weinig in de diepte onderzocht, zoals die van de Survey of Health Ageing and Retirement in Europe of de European Social Survey. Er is kennis nodig voor interventies op maat voor dit complexe en subjectieve fenomeen met een individuele mix van oorzaken. Onderzoek maakt immers duidelijk dat er geen one-size-fits-alloppinging is.

#### 4.4. Ter illustratie

De spreker heeft cliënten van een OCMW-thuiszorgorganisatie kunnen ondervragen over eenzaamheid. De steekproef is niet representatief wegens regionaal en omdat enkel geënquêteerden met een specifiek profiel zijn ondervraagd. Bijna vier op tien van de respondenten jonger dan vijftig jaar zegt zich zeer sterk eenzaam te voelen. Met de leeftijd neemt het aantal respondenten dat zegt dat gevoel te hebben af, wat Leen Heylen als contra-intuïtief omschrijft. In de enquête is de respondenten gevraagd wat ze van enkele acties tegen eenzaamheid vinden. Bij de mogelijkheid 'praten met een psycholoog' blijkt hetzelfde leeftijdsverband: hoe jonger de respondenten, hoe meer ze openstaan voor die optie. Wetende dat cognitieve gedragstherapie effectief is en dat ze al klant zijn bij een thuiszorgorganisatie, ligt daar een mogelijkheid open voor een gerichte interventie bij deze kwetsbare doelgroep. Hiermee wil ze illustreren hoe onderzoek in de diepte kan leiden tot oplossingen op maat.

#### 4.5. Breed beleidsthema

Heel wat recente onderzoeken focussen op landniveau en zoeken naar de contextuele factoren die het risico op eenzaamheid vergroten. Aan de hand van de European Social Survey toont Elsjkov aan dat hoe groter de democratische gelijkheid en vrijheid van een land en hoe groter de regionale welvaart, hoe lager eenzaamheid op de oude dag. Ook is aangetoond dat in regio's met voldoende voorzieningen mantelzorgers een lager risico op eenzaamheid lopen. De verklaring is dat die terugvalbasis de angst voor en het risico op eenzaamheid terugdringt. Eenzaamheid is een breed beleidsthema dat raakt aan thema's als armoede en ongelijkheid, en behoeft daarom ook een Vlaamse aanpak. De suggestie van een eenzaamheidstoets is de spreker zeker genegen.

#### 4.6. Interventiedatabank

De Thomas Morehogeschool krijgt geregeld vragen van gemeenten en OCMW's over wat ze kunnen doen om eenzaamheid aan te pakken. Ze denken daarbij vooral aan de groep van de oudste ouderen en willen hun contacten aanbieden of hen naar activiteiten buitenshuis krijgen. Dat getuigt van een stereotiep beeld over eenzaamheid, doelgroep en aanpak, terwijl meer nodig is. Dat er behoefte is aan informatie bewijst ook de vraag om lezingen en vormingen te geven. Daarom

is een interventiedatabank een goed idee. Leen Heylen vraagt die laagdrempelig te houden en op maat te werken van welzijnsprofessionals, maar ook van het onderwijs zowel op bachelor- als op masterniveau. Zowel de sociaal werker als de huisarts moet zich bewust zijn van het probleem en de doorverwijsmogelijkheden kennen. Zij heeft veel aan de Nederlandse interventiedatabank Movisie die een goede inspiratiebron kan zijn voor een Vlaamse versie, hoewel een vertaling naar de Vlaamse context en organisatiewijze nodig is.

#### 4.7. Sociale-impactobligaties

Sociale-impactobligaties kunnen een stimulans zijn om initiatieven te starten. De complexiteit van eenzaamheid maakt dat het effect van maatregelen moeilijk te beoordelen is. De cijfers zijn daarenboven allicht een onderschatting omdat het nog steeds een taboe is. Ze vraagt aandacht voor de meetbaarheid van eenzaamheid maar ook een brede blik bij het beoordelen van de effectiviteit van interventies. Niet enkel kwantitatieve gegevens als een eenzaamheidsschaal zijn van belang maar ook kwalitatief onderzoek of ervaringskennis van deelnemers en professionals. Leen Heylen illustreert dat pleidooi met het onderzoek van de Nederlandse professor Machielse. Daaruit blijkt dat sommige interventies sociaal isolement of eenzaamheid niet terugdringen, maar mensen wel het gevoel geven dat ze op iemand kunnen terugvallen waardoor de zaak niet verergert.

#### 4.8. Campagne

Ook een volgend punt van de conceptnota kan ze bijtreden: het bijsturen van de beeldvorming over eenzaamheid, onder meer door de mythe te doorbreken dat eenzaamheid alleen voorkomt bij ouderen. Een studie heeft aangetoond dat wie denkt dat eenzaamheid iets voor de oude dag is, zich vaker eenzaam voelt. Die selffulfilling prophecy staat los van andere individuenmerken. Daarbij komt nog dat door het cliché heel wat verborgen risicogroepen uit het oog verloren worden. Door het taboe te doorbreken, wordt eenzaamheid ook op individueel vlak bespreekbaar, wat het kan verkleinen.

Samenvattend zegt Leen Heylen dat eenzaamheid een belangrijk beleidsthema is. Het treft een grote groep in de samenleving en leidt tot ziekte en lagere levensverwachting. Het regionale niveau moet meer doen dan louter het lokale niveau ondersteunen en faciliteren, en ook breed en beleidsdomeinoverschrijdend optreden. Meer en diepgaander onderzoek is noodzakelijk voor gerichte interventies op maat van specifieke doelgroepen, die vervolgens in de interventiedatabank ruimer bekend kunnen worden gemaakt.

### **5. Uiteenzetting door Dany Dewulf, stafmedewerker Inclusie en vermaatschappelijking van zorg, VVSG**

#### 5.1. Wat is eenzaamheid?

*Dany Dewulf* zal belichten wat de lokale besturen (kunnen) doen bij het bestrijden van eenzaamheid en hoe het Vlaamse beleid hen daarbij kan steunen. Zijn bijdrage is gebaseerd op de praktijk waarmee zijn vereniging in nauw contact staat dankzij leernetwerken, regionaal overleg en talrijke werkbezoeken. Maatschappelijk werkers, lokale dienstencentra en hulpverleners zien vooral sociale eenzaamheid: mensen die met niemand in contact komen. Ze trachten daar iets aan te doen, onder meer met buurtgerichte zorg. Sociaal isolement kan een bewuste keuze zijn, maar ook oorzaken hebben als autisme of psychische problemen. Meestal is het alleen zijn het gevolg van een sociaal netwerk dat inkrimpt of volledig wegvalt zonder dat er nieuwe contacten voor in de plaats komen. Sociaal isolement kan ook het gevolg zijn van uitsluiting uit een

gemeenschap, bijvoorbeeld wegens een handicap, of gedrags- of emotionele problemen. Wat ook de oorzaak is, het doet zich voor bij jong en oud.

Naast de sociale is er ook emotionele eenzaamheid, bijvoorbeeld als mensen hun levenspartner verliezen. Er is de eenzaamheid van mensen met autisme, of van mensen die psychisch kwetsbaar zijn, hun plek niet vinden in de samenleving en het gevoel krijgen dat ze eerder een last zijn voor anderen dan een meerwaarde. Ook op dergelijke emotionele en existentiële eenzaamheid staat geen leeftijd.

## 5.2. Proces van vereenzamen

Terreinwerkers van de lokale besturen, die samenwerken met vrijwilligers en burens, trachten vooral in te grijpen in het proces van vereenzaming. Sociaal isolement over een langere periode doet mensen in een neerwaartse spiraal terechtkomen: iemand voelt zich als gevolg van sociaal isolement eenzaam, zit niet lekker in zijn vel en trekt zich terug. De persoon ontwikkelt negatieve gedachten, de eigenwaarde daalt en de persoon trekt zich nog meer terug. Het stressniveau stijgt en de persoon voelt zich afgesloten van zijn directe omgeving. Daardoor ontstaan gezondheidsklachten, gewichtstoename of middelengebruik. Door wat eigenlijk een sluipende verlamming is, neemt de zelfredzaamheid af. Gaandeweg hebben ze niet meer de kracht noch de competenties om in de samenleving mee te doen.

## 5.3. Copingstrategieën van lokale besturen

De VVSG heeft weet van een zestigtal lokale besturen die pogen inclusieve en zorgzame buurten tot stand te brengen. Door een buurtscan of buurtanalyse brengen gemeenten als Oostende, Brugge, Deerlijk of Zottegem de kwetsbaarheid van de buurt in beeld. In het nieuwe woonzorgdecreet zal dat een opdracht worden van alle lokale dienstencentra. Daarop wordt getracht de sociale netwerken te versterken, zowel van de persoon als van de buurt. Een mooi voorbeeld is Zorg-Samen-Straten, een burgerinitiatief in Antwerpen, opgezet met middelen van de burgerbegroting. Een ander voorbeeld is Londerzeel aan Zet! waar in de vier deelgemeenten buurtnetwerken opgericht worden. Ook hier spelen de dienstencentra een belangrijke rol.

Een andere mogelijkheid zijn vormingen zodat burens, vrijwilligers of hulpverleners alerter zijn voor de signalen van sociaal isolement. Als voorbeeld geeft Dany Dewulf Buurtgezellen, tien gemeenten in Limburg waar vrijwilligers door Samenlevingsopbouw worden opgeleid. Die lokale besturen engageren zich ertoe een goed detectiesysteem op te zetten. Een volgende stap is de gepaste hulpverlening organiseren, met professionele hulpverleners bijgestaan door burens en vrijwilligers. Mensen in de buurt worden ook gesensibiliseerd en krijgen informatie waar ze terechtkunnen als zij vereenzaamde mensen kennen. In Sleidingen sensibiliseert Peter Dierinck, een hulpverlener van het Psychiatrisch Centrum Sleidingen, met de methode Kwartiermaken de burens over de impact van en een goede omgang met psychische problemen.

Een andere mogelijkheid is sociaal gewaardeerde rollen creëren, waardoor mensen (opnieuw) het gevoel krijgen dat ze van betekenis zijn. In Hoogdele-Gits heeft de sociaal werker van het OCMW een persoon met een handicap die niemand kende en geen contacten had, laten aanstellen als conciërge van de pastorietaun. Bij de opening van de taun heeft hij de provinciegouverneur ontvangen en rondgeleid door de taun.

Voor al dergelijke initiatieven sluiten lokale besturen partnerschappen met diverse actoren, want het thema reikt verder dan de zorg. Ook woonconsulenten kunnen bijvoorbeeld eenzaamheid signaleren: in een verwaarloosde woning



woont vaak een verwaarloosde mens. Het bestuur neemt dan de regierol van een vrijwillig zorgnetwerk in handen, zoals het lokaal dienstencentrum 't Binnenhof in Laarne. Dat vergt twee vte.

Een tweede copingstrategie omvat specifieke actieplannen, zoals in Brugge en Aarschot. De actieplannen verdiepen en verfijnen de werking van alle betrokken beleidsdomeinen, zodat ze gevoeliger worden voor signalen van eenzaamheid of isolement. In Brugge was de aanleiding een overleden inwoner die pas ontdekt werd nadat de stank niet meer te harden was. Het actieplan is daar één jaar in voege en wordt in november 2018 geëvalueerd. Het actieplan bevat een buurtscan, de inzet van ervaringsdeskundigen, een centraal meldpunt dat ook de aangepaste interventie doet, het stimuleren van telefoonkettingen, de vorming van deurprofessionals als de wijkagent, een charter van alle partners (onder meer de lokale handelaars), cheques voor buurtzitbanken, campagnes, en het stimuleren van vrijwilligerswerking. Brugge en Knokke-Heist experimenteren overigens met een computer die aan de hand van de stem aan de telefoon kan bepalen of iemand eenzaam is.

De derde copingstrategie is het tegengaan van uitsluiting. Dat heeft een sociale en een structurele component. Uitsluiting bestrijden kan niet overgelaten worden aan vrijwilligers, maar vergt de interventie van een professional die in de publieke ruimte ontmoetingen stimuleert, maar ook voldoende en aangepaste zorg biedt. Dany Dewulf verwijst opnieuw naar de succesvolle praktijk in Sleidinge, waar een hulpverlener de buurt ontvankelijker maakt voor mensen met een psychische kwetsbaarheid door allerhande activiteiten. Er is meer nodig dan alleen contacten stimuleren, sensibiliseren en informeren, of basishulpverlening organiseren. Professionele hulp is vaak nodig om het isolement te doorbreken, maar ook omdat samenleven problemen geeft. Zo kunnen mensen met autisme of psychische problemen soms bot zijn of overlast veroorzaken. Ook daarvoor is een meldpunt belangrijk.

Een essentiële schakel is wat de spreker bij gebrek aan een betere term een informeel wijkteam noemt. Dat zijn geëngageerde burgers die zich bekommeren om de buurt. Zij overleggen enkele keren per jaar met elkaar en bespreken of iedereen zich thuis voelt, wat er misloopt, en wat er kan worden gedaan. Zij worden ondersteund door maatschappelijk werkers en andere hulpverleners. Dat is de structurele component die even nodig is als de sociale component.

Vervoersarmoede is een component van eenzaamheid. Het is een uitdaging verkeersarmoede goed aan te pakken bij de hervorming van het mobiliteitsbeleid in de veertien vervoerregio's. In Bonheiden stimuleert het lokaal bestuur de verplaatsing per fiets en daardoor ook de lokale economie. Dat zorgt voor extra capaciteit in andere vervoersmodi. Daarenboven legt het gemeentebestuur samen met omliggende gemeenten buurtbussen voor de minder mobiele in. Een ander voorbeeld is de gemeenschapsmunt, gekoppeld aan de euro, in het Rabot in Gent die het mogelijk maakt mensen te belonen voor een bijdrage aan de buurt, waardoor hun zelfwaardergevoel toeneemt.

#### 5.4. Iedereen in het bad

De sociale-impactobligaties uit de conceptnota acht de VVSG belangrijk als instrument om de kracht van de ondernemers, vooral de sociaal geëngageerden onder hen, te mobiliseren. In de praktijk blijkt dat die holistisch te werk gaan en bijgevolg alle levens- en beleidsdomeinen bestrijken die relevant zijn in de strijd tegen eenzaamheid, op sociaal vlak en structureel. Omdat ze een deel van haar taken overnemen, lijkt het logisch dat ze ook door de overheid vergoed worden, het zogenaamde 'social impact investing'. De VVSG ziet het potentieel in van een complementaire aanpak van markt, overheid en burgergemeenschap. In

tegenstelling tot wat critici zeggen, vergt dat geen zwakkere maar net een sterke overheid om het leiderschap op te nemen. Oostende en Gent zoeken naar manieren om met de sociale-impactobligaties te werken. Mechelen doet dat al op het domein van de energie.

## **6. Uiteenzetting door Elke Valgaeren, dienstchef studiedienst, Gezinsbond**

### 6.1. Visie

*Elke Valgaeren* zal niet vanuit wetenschappelijke maar wel vanuit praktijk invalshoek praten. De Gezinsbond streeft naar een sterke, solidaire samenleving die inzet op verbinding en niemand laat vallen. Een sterk sociaal weefsel is een buffer tegen eenzaamheid. Het beleid kan daar een rol in spelen, maar ook burgerinitiatieven, verenigingen en sociale bewegingen zoals de Gezinsbond. Als gezinsorganisatie vindt de Gezinsbond het belangrijk om de relaties in het gezin, bijvoorbeeld via opvoedingsondersteuning en de Huizen van het Kind, alsook de relaties tussen mens en samenleving te ondersteunen zodat iedereen zich verbonden voelt met de lokale gemeenschap en er mee verantwoordelijkheid voor wil dragen. Andere principes zijn het creëren van gelijke kansen en wisselwerking tussen verschillende generaties, waarbij niemand, noch een groep, noch een individu, uit de boot valt. De spreker benadrukt het belang van intergenerationele acties tegen eenzaamheid.

### 6.2. Algemene evaluatie van de conceptnota

Positief aan de conceptnota is dat er aandacht gaat naar het belangrijke probleem van eenzaamheid. Hoewel de oorzaken van eenzaamheid vaak bij het individu liggen, zoeken de indieners de oplossingen in de ruimere leefcirkels en in de gemeenschap.

### 6.3. Enkele ontbrekende elementen

De Gezinsbond is echter van mening dat ook de individuele oorzaken aangepakt kunnen worden door te werken aan het zelfvertrouwen en de partner- en gezinsrelaties. Voorts mist de Gezinsbond de rol van het onderwijs in de nota. Zo staat vermeld dat een gepest kind best niet naar dezelfde school teruggaat, terwijl de Gezinsbond vindt dat niet alleen het kind hulp nodig heeft maar ook de school weerbaarder moet worden gemaakt om pesten tegen te gaan.

### 6.4. Enkele bedenkingen

Wat de sociale-impactobligaties betreft, vindt de spreker een grote diversiteit aan ontmoetingskansen wel degelijk belangrijk, maar de praktijk van de Gezinsbond bewijst dat registratie en opvolging de drempel verhogen. Ook de meetbaarheid en kwantificeerbaarheid zijn valkuilen. Uit de opvoedingsondersteuning heeft de Gezinsbond geleerd dat niet alle ouders baat hebben bij dezelfde interventie en dat één aanpak verschillende effecten kan hebben. De Gezinsbond vraagt voldoende ruimte voor experiment en flexibiliteit in de projecten.

De acties van de conceptnota lijken te focussen op kwetsbare groepen zoals ouderen en mensen in armoede, terwijl preventie doelgroep overstijgend is. Chronische eenzaamheid bestrijden is belangrijk, maar dat is niet het enige gezicht van eenzaamheid. Daarom moet ook ingezet worden op sterke gezinnen met voldoende financiële draagkracht, laagdrempelige kansen tot ontmoeting, toegankelijke en betaalbare kinderopvang, inclusief onderwijs, financiële geletterdheid, mobiliteit enzovoort. Eigenlijk komt het erop neer dat een sterke samenleving een goede buffer is tegen eenzaamheid. Transitie momenten roepen existentiële vragen op en zorgen ervoor dat mensen vaker kwetsbaar zijn: ouder

worden, kinderen die op kot gaan, scheiding, ziekte of overlijden. Ook dan is het zaak hen te ondersteunen.

#### 6.5. Leeftijds- en doelgroepoverschrijdend

Vanuit zijn praktijkervaring geeft de Gezinsbond volgende adviezen. Vooreerst te blijven investeren in het sociaal-cultureel verenigingsleven, jeugdwerk en buurtinitiatieven. Om zo laagdrempelig mogelijk te zijn, is een brede en inclusieve werking nodig. Soms is het om redenen van veiligheid of bereik beter ook een doelgroepgerichte werking op te zetten. Het project Gezinsbond voor Iedereen tracht mensen in kwetsbare situaties te bereiken. Ook andere activiteiten worden zo opgezet dat het bereik zo ruim mogelijk is. Daarnaast kunnen overheid en voorzieningen de betrokkenheid bij de samenleving verbeteren door te investeren in een participatief klimaat in onder meer school, gemeente of werkplek, waarbij iedereen kan en mag verantwoordelijkheid dragen en waar iedereen terecht kan met vragen en problemen.

Taboes slechten kan helpen isolement te doorbreken. De spreker denkt aan taboes over verslaving, kansarmoede, (geestelijke) gezondheid, relatieproblemen, opvoedingsproblemen, intrafamiliaal geweld of seksuele geaardheid. Dat kan op verschillende plaatsen: school, Huizen van het Kind, jongerenorganisaties, de media enzovoort. Er zijn al goede campagnes, maar heel wat onderwerpen zoals gokken blijven onderbelicht.

Een andere aanbeveling is het behouden van de lokale dienstverlening en voorzieningen: buurtschool, brede scholen, wijkantennes van centrumvoorzieningen, ontmoetingscentra, buurtwinkels, of lokale post- en bankkantoren. Digitalisering biedt kansen, maar heeft ook nadelen. Zo is niet iedereen digitaal of mobiel. Een doordachte ruimtelijke planning kan het sociaal weefsel versterken. Uit een enquête van de Gezinsbond naar aanleiding van de gemeenteraadsverkiezingen kwamen heel veel voorstellen voor kleine ontmoetingskansen. Ruimtelijke ordening kan ontmoeting faciliteren: buurtbanken of kinderopvang geïntegreerd in een woonzorgcentrum.

#### 6.6. Leeftijds- en doelgroepspecifieke adviezen

Voor ouders zijn laagdrempelige ontmoetingsplaatsen belangrijk, zoals de uitwisselingsmomenten met andere ouders over opvoedingsvragen in de Huizen van het Kind. Door (h)erkenning van andere ouders voelen ze zich niet alleen met vragen en twijfels. Inzetten op het welbevinden van kinderen en jongeren in alle fasen van hun schoolcarrière is een ander belangrijk aspect. Daarbij is welzijn en presteren tegenover elkaar plaatsen een valse tegenstelling want beide kunnen samengaan. De Gezinsbond pleit voor een structureel antipestbeleid en lessen in mediawijsheid met aandacht voor de kansen en de valkuilen van de sociale media.

De Gezinsbond heeft zelf een grootouderwerking en in enkele regio's een gezelschapsdienst waarbij vrijwilligers in contact gebracht worden met ouderen die gezelschap nodig hebben. Jongvolwassenen, die heel wat druk en levensvragen te verwerken krijgen, worden vaak vergeten. Ook de Gezinsbond ervaart dat mantelzorgers meer risico lopen op vereenzaming en bijgevolg meer erkenning en ondersteuning nodig hebben. In regio's met voldoende professionele ondersteuning, hebben mantelzorgers het doorgaans gemakkelijker. Voor nieuwkomers en etnisch-culturele minderheden zijn dan weer inburgering en interculturele ontmoetingen nodig.

## 7. Vragen van de leden

*Lorin Parys* hoopt dat politieke partijen lokaal nadenken over maatregelen om eenzaamheid tegen te gaan zodat die ook in de nieuwe bestuursakkoorden aan bod komen. Eenzaamheid treft niet alleen mensen in armoede, ouderen of mensen met een beperking, maar het is gemakkelijk voor lokale bewindvoerders om het beleid daartoe te beperken. Een OCMW beschikt bijvoorbeeld over lijsten van alle tachtigplussers en kan die daardoor gemakkelijk bezoeken. Maar hoe identificeert een lokaal bestuur vereenzaamde mensen die niet tot een welomlijnde groep behoren? De buurtnetwerken kunnen daarin een rol spelen, maar zijn er nog andere manieren? De conceptnota stelt dat mensen tussen veertig en vierenzestig jaar het grootste risico op eenzaamheid lopen, wat heel anders is dan de gangbare ideeën daarover. Hoe kan het stereotiepe beeld bijgesteld worden zonder te stigmatiseren?

Op de website van de VVSG vindt hij maar een tiental acties terug. Kan de VVSG een overzicht geven van acties tegen eenzaamheid van de zestig gemeenten? Kan de spreker daar nog enkele goede voorbeelden uit aanhalen? Hoe denken de sprekers over een eenzaamheidstoets? Hij vraagt de Gezinsbond voorts zijn seniorenwerking uit te leggen die onder meer in Kortrijk georganiseerd wordt. Aan Leen Heylen vraagt hij welke maatregel volgens haar meest effect zou ressorteren tegen eenzaamheid in Vlaanderen, dus los van elke financiële beperking.

*Jan Bertels* erkent dat lokale besturen vaak geen algemeen beleid hebben maar soms wel een doelgroepgericht beleid. Dat geeft volgens hem meteen een antwoord op de laatste vraag van Lorin Parys: één mirakeloplossing bestaat niet, en omdat een integraal beleid evenmin een voldoende concept is, zijn concrete acties op allerlei beleidsdomeinen nodig. In de ruimtelijke ordening is de spreker voorstander van een grote openbare ruimte en minder grote private tuinen, hoewel dat op weerstand stuit.

Aan Leen Heylen vraagt hij of haar studie over de Kempen andere resultaten geeft in landelijke gemeenten dan in kleine centrumsteden. Hij informeert voorts wat Vlaanderen kan doen om gemeenten, wijken of dienstencentra te ondersteunen. Hij ziet een tweespalt tussen zorg op maat en de vraag om de verschillen in zorg tussen de gemeenten te beperken.

*Katrien Schryvers* herinnert aan de goede acties tegen eenzaamheid die in de vorige hoorzitting aan bod kwamen, zowel op doelgroepen gericht als algemeen om het sociaal weefsel te versterken. Het beleid en de acties of de ondersteuning moeten komen van verschillende beleidsdomeinen maar ook bestuursniveaus. Ze heeft de indruk dat de beleidsaandacht en dus ook de vele initiatieven recent zijn. Ze vraagt hoe kan worden gemeten of ze effectief zijn.

*Elke Valgaeren* legt uit dat de gezelschapsdienst voor ouderen bestaat in enkele regio's, voornamelijk in Limburg. Het principe is hetzelfde als de babysitdienst: vrijwilligers bieden gezelschap aan meestal oudere zorgbehoevenden. Dat de zorgbehoeften van wie er een beroep op doet steeds zwaarder worden, legt een hypotheek op de dienst daar de vrijwilliger in die gevallen zorgkundig onderlegd moet zijn. De initiële bedoeling is gezelschap bieden, een koffie drinken, een babbeltje slaan, en ook af en toe overnachten.

*Dany Dewulf* vindt ook dat de nieuwe bestuursakkoorden deze aspecten moeten bevatten. De buurtnetwerken houden het gevaar in dat de initiatieven tot de zorg beperkt blijven, terwijl ook op andere levensvlakken initiatieven mogelijk zijn om vereenzaming tegen te gaan. De VVSG heeft voor de lokale besturen een strategisch plan voor vermaatschappelijking opgesteld. Daarbij heeft de

vereniging de zaak niet verengd tot zorg, maar samen met de lokale besturen op basis van inspirerende voorbeelden suggesties gedaan voor wonen, onderwijs, vrije tijd, werk, economie, onderwijs, ruimtelijke planning, mobiliteit enzovoort. Die voorstellen worden voorgelegd aan de lokale besturen met de vraag om het in hun bestuursakkoorden in te schrijven.

Na de gemeenteraadsverkiezingen zal het strategische plan zowel door de administraties van de lokale besturen als door de VVSG aan de nieuwe mandatarissen voorgelegd worden. Het zal ook aan bod komen op de installatievergadering en in de vorming voor nieuwe mandatarissen. Zo tracht de vereniging ook de verantwoordelijken van niet voor de hand liggende beleidsdomeinen als Onderwijs en Ruimtelijke Ordening hun aandeel in het sociale beleid duidelijk te maken. Vlaanderen kan op dezelfde manier de lokale besturen stimuleren tot een breed horizontaal sociaal beleid.

Dany Dewulf wijst er ook op dat Vlaamse beleidslijnen zoals de verdichting van stads- en dorpskernen, bijdragen tot het detecteren en tegengaan van vereenzaming. Daarnaast pleit de vereniging ook voor enkele Vlaamse maatregelen zoals het stimuleren van innovatieve woonvormen die vaak in samenwerking met marktspelers georganiseerd worden. Als andere mogelijke terreinen geeft hij inclusief onderwijs, de aanpak van vervoersarmoede en basismobiliteit, waar in de proefregio's mooie innovatieve manieren ontwikkeld worden om ook sociale problemen aan te pakken.

Het zestigtal initiatieven waarover hij het had, zijn niet uitsluitend gericht op het bestrijden van de eenzaamheid maar wel op inclusieve en zorgzame buurten. Voor de buurtgerichte zorg heeft de vereniging acht functies of bouwstenen gedefinieerd die daar dan automatisch in uitmonden: een buurtanalyse, sociaal gewaardeerde rollen, ondersteuningsnetwerken, partnerschappen voor inclusieve buurtontwikkeling. Hij heeft het overzicht verzameld via het VVSG-leernetwerk Buurtgerichte Zorg en de regionale overlegplatformen voor de lokale dienstencentra. De VVSG stelt voor dat haar praktijkdatabank een onderdeel wordt van de nieuwe kennisdatabank.

Buurtontwikkeling past in het toekomstige woonzorgdecreet en het decreet van 9 februari 2018 betreffende het lokaal sociaal beleid. De VVSG heeft met minister Jo Vandeurzen afgesproken om begin 2019 initiatieven te nemen om het breed lokaal sociaal beleid onder de aandacht te brengen van de lokale besturen. De VVSG zal tegen het einde van 2018 een publicatie over buurtgerichte zorg klaar hebben. Daarnaast komt er ook een publicatie over vermaatschappelijking in de domeinen Wonen, vrije tijd enzovoort met methodieken om de sociale cohesie te versterken, en om existentiële en emotionele eenzaamheid aan te pakken op de verschillende levensdomeinen.

De initiatieven duiken inderdaad vooral op de laatste twee tot drie jaar, maar hoe de effectiviteit gemeten moet worden is nog embryonaal. De Sociale Innovatiefabriek heeft een methodiek ontwikkeld voor sociale-impactanalyse, dus om de sociale impact te kwantificeren maar ook kwalitatief te duiden. Daar experimenteert Samenlevingsopbouw mee in een viertal gemeenten die niet als proefgemeenten fungeren.

*Leen Heylen* pleit voor gerichte interventies. Het is immers aangetoond dat acties gericht op een bepaalde doelgroep het meeste effect hebben. Ze waarschuwt er wel voor om die niet te beperken tot stereotiepe acties voor clichédoelgroepen: bijvoorbeeld meer sociale contacten voor ouderen. Daarom moet de deskundigheid over dat thema vergroot worden bij iedereen in het werkveld die vereenzaming kan opmerken, maar ook bij lokale overheden en organisaties. Heel wat professionelen merken al eenzaamheid op, maar hebben niet het mandaat om er iets aan te doen.

In haar onderzoek maar ook in het 'grote geluksonderzoek' kwam de groep van de veertig- tot zestigjarigen als risicogroep naar voren. Ze pleit voor meer onderzoek om de onderliggende factoren bloot te leggen. Die informatie is nodig om deskundigheid te bevorderen en gerichte acties op te zetten. Als transitie-momenten inderdaad een risico zijn, dan kan een hogeschool bijvoorbeeld de eerstejaarsstudenten beter begeleiden. Professionals moeten leren hoe ze het probleem aanbrengen en aanpakken zonder te stigmatiseren of te culpabiliseren.

In Scandinavië is het risico op vereenzaming opvallend lager. Volgens studies is de doorslaggevende factor de sterkere welvaartstaat en sterkere sociale voorzieningen waardoor mensen niet te veel moeten rekenen op anderen voor sociale steun. Dat hier opzetten is haar droom op langere termijn. Op kortere termijn zou ze meer kennis willen verzamelen en die kennis vertalen naar de praktijk, bijvoorbeeld via de interventiedatabank. Ze verwijst daarvoor naar Nederland, een land met een grote onderzoekstraditie en heel wat meer acties tegen eenzaamheid. Voorts zou ze willen dat professionals niet alleen hun strikte taken mogen uitvoeren, maar ook tijd krijgen voor een babbel of een koffie.

Het Kempense onderzoek bevat geen data per gemeente. De dataset is immers niet opgesplitst per organisatie. Het ouderenbehoefteonderzoek van de Vrije Universiteit Brussel heeft wel eenzaamheid bij zestigplussers per gemeente in kaart gebracht en grote verschillen aangetoond. Ook daarvoor moet verder uitgespit worden welke invloeden spelen.

Een Vlaamse eenzaamheidstoets is aan te raden. Kennis verspreiden en die kennis doortrekken in haar beleid zijn ook opgaven voor de gemeenschapsoverheid. Voldoende personeel en middelen voor alle lokale dienstencentra als ook een gebiedsdekkende werking zijn andere factoren waar de Vlaamse Gemeenschap het verschil kan maken.

De ervaringen van sociale werkers en andere professionals moeten meetellen bij evaluaties. Een interventiedatabank biedt de mogelijkheid om gefundeerd acties aan te raden. Het is zaak in proefsettings te testen of acties effectief zijn, maar die informatie te blijven kruisen met ervaringskennis. Het werkveld moet het vertrouwen krijgen om dan zelf aan de slag te gaan met die kennis. Ze ziet een wankel evenwicht tussen onderbouwde interventies en ruimte voor professionele kwaliteiten.

*Lorin Parys* heeft begrepen dat iedereen voor een interventiedatabank is, die er bij voorkeur zo snel mogelijk komt en zo eenvoudig mogelijk is. Hij is het ermee eens dat er geen dubbel werk moet gebeuren en dat best nagegaan wordt hoe het bestaande te integreren in het nieuwe.

Bart VAN MALDEREN,  
voorzitter

Katrien SCHRYVERS  
Elke VAN DEN BRANDT,  
verslaggevers

**Gebruikte afkortingen**

Awel	telefonische en onlinehulplijn voor kinderen en jongeren
banaba	bachelor-na-bacheloropleiding
BMI	body mass index
CAW	centrum algemeen welzijnswerk
CLB	centrum voor leerlingenbegeleiding
LGBTQI	lesbian, gay, bisexual, transgender, questioning (of queer), intersex
LUCAS	Centrum voor Zorgonderzoek en Consultancy
KliQ	vormingsorganisatie met expertise in de domeinen seksuele diversiteit en genderdiversiteit
KU Leuven	Katholieke Universiteit Leuven
OCMW	Openbaar Centrum voor Maatschappelijk Welzijn
UGent	Universiteit Gent
vte	voltijdsequivalent / voltijdsequivalent
VVSG	Vereniging van Vlaamse Steden en Gemeenten
vzw	vereniging zonder winstoogmerk