

# SAMEN TEGEN EENZAAMHEID

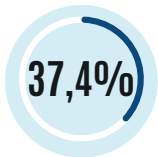
## DE IMPACT VAN SAMANA IN CIJFERS

Resultaten over de aanpak en preventie van eenzaamheid binnen de werking van Samana uitgevoerd door de onderzoekslijn Zorgzame Samenleving (Vonk3) aan de Thomas More Hogeschool in de loop van 2025 naar aanleiding van 75 jaar Samana.

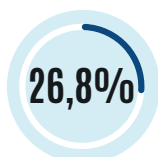
Onderzoek bij 343 leden en 638 vrijwilligers (2025)

- Emotionele eenzaamheid = gemis aan een hechte band, intimiteit en nabijheid
- Sociale eenzaamheid = gemis aan een breder netwerk, vriendenkring en contacten

### Eenzaamheid bij leden (mensen met een chronische ziekte en mantelzorgers)



37.4% voelt emotionele eenzaamheid

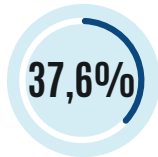


26.8% voelt sociale eenzaamheid

### Eenzaamheid bij vrijwilligers



20.7% voelt emotionele eenzaamheid



37.6% voelt sociale eenzaamheid

### Vlaamse gemiddelden



30% voelt emotionele eenzaamheid



23% voelt sociale eenzaamheid

### Kwetsbaarheden van Samana-leden én vrijwilligers die een aanwijsbaar effect hebben op eenzaamheid

1. Financiële kwetsbaarheden (27% van de leden en 18% van de vrijwilligers heeft moeilijkheden om financieel rond te komen, 40,2% van de leden heeft een VT-statuuut (20% is Vlaams gemiddelde).
2. Veel leden en vrijwilligers nemen een dubbele rol op. Ze kampen zelf met een chronische ziekte én zijn daarnaast ook mantelzorger of zijn vrijwilliger én ook mantelzorger...
3. Leden en vrijwilligers hebben vaak te maken (gehad) met disruptieve gebeurtenissen of verlieservaringen: verlies van werk, gezondheid...
4. Psychologische kwetsbaarheid: maatschappelijke en politieke beeldvorming tast zelfbeeld en zelfvertrouwen van mensen met een chronische ziekte aan.

### WAT IS DE IMPACT VAN SAMANA OP EENZAAMHEID?

#### BIJ LEDEN:

Meer verbondenheid	70%
Meer sociaal contact	66%
Meer ontmoetingen	63%
Minder eenzaamheid	54%
Meer doel in het leven	53%

#### BIJ VRIJWILLIGERS:

Meer verbondenheid	89%
Meer sociaal contact	86%
Meer ontmoetingen	86%
Minder eenzaamheid	48%
Meer doel in het leven	76%

## WAT WERKT?

Presentie en nabijheid, vrijwilligers die écht tijd maken

Huisbezoek & lokale activiteiten

Informele babbels & warme sfeer

Lotgenoten-contact

Vrijwilligerswerk als buffer tegen eenzaamheid

## WAT ZIJN DE BIJZONDERE UITDAGINGEN?

ER OOK ZIJN OP DE MOMENTEN DAT ONZE LEDEN HET MEEST EENZAAM ZIJN: KERSTPERIODE, VAKANTIEPERIODES, STERFDATUM PARTNER, VERJAARDAGEN...

AANBIEDEN VAN VERADEMINGSKANSEN ZODAT MANTELZORGERS OP VERHAAL KUNNEN KOMEN BIJ LOTGENOTEN

NOG MEER DIEPGAANDE VERBINDINGEN OPZETTEN OM EMOTIONELE EENZAAMHEID TERUG TE DRINGEN.

MAATWERK: NODEN EN VERWACHTINGEN ZIJN HEEL DIVERS.

BEREIKEN VAN NIEUWE DOELGROEPEN, IN HET BIJZONDER JONGEREN EN PERSONEN MET EEN MIGRATIE-ACHTERGROND.