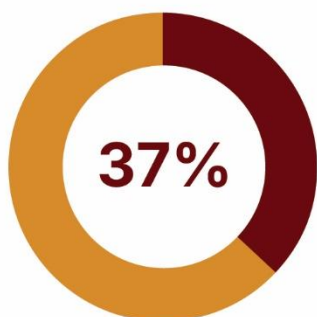


EENZAAMHEID IN VLAANDEREN

Enkele cijfers



Hoe eenzaam
voel jij je?



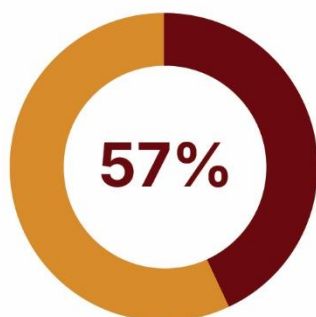
van de volwassenen
voelt zich soms tot vaak
eenzaam.

Waarbij 31% zich *soms* eenzaam
voelt en 6% zich *vaak* eenzaam
voelt.



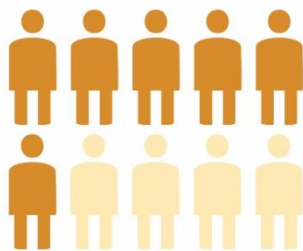
3 op 10 volwassenen
voelen zich eenzaam,
ondanks dat ze een
relatie hebben.

Eenzaamheid raakt zowel jong
als oud. Jongvolwassenen
voelen zich het eenzaamst.



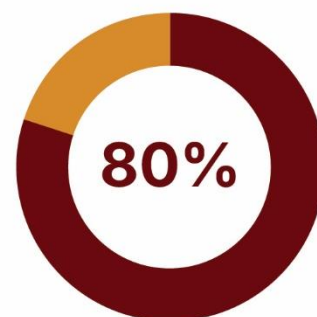
van de jongvolwassenen
voelt zich soms tot vaak
eenzaam.

Waarbij 10% zich *vaak* eenzaam
voelt.



6 op 10 volwassenen
begroeten dagelijks of
meerdere malen per
week hun buren.

Je eenzaam voelen
is normaal.



van de eenzaamheids-
gevoelens duren
maximaal enkele dagen.

En in 75% van de gevallen zijn ze
licht tot matig qua intensiteit.



7 op 10 volwassenen zijn
tevreden over hun
sociaal leven.

Een samenwerking tussen

Gesubsidieerd door



Deel 1. Ruimte maken voor verbondenheid

Jasper De Witte, Leen Heylen, Wouter Schepers, Dorien Gryp, Freya Häussermann, Liesbeth De Donder, Tine Van Regenmortel

Blikvangers

- **37% van de volwassenen voelt zich soms tot vaak eenzaam** in Vlaanderen (waarbij 31% zich *soms* eenzaam voelt en 6% zich *vaak* eenzaam voelt).
- Eenzaamheid raakt zowel oud als jong, en is zeker niet iets “van de oude leeftijd”. **Jongvolwassenen voelen zich het eenzaamst**: 57% van de jongvolwassenen (18-24 jaar) voelt zich soms tot vaak eenzaam in Vlaanderen (waarbij 10% zich vaak eenzaam voelt).
- Eenzaamheid mag niet per definitie geproblematiseerd worden: **zich soms eenzaam voelen is normaal**. Iedereen voelt zich wel eens eenzaam. Eenzaamheidsgevoelens gaan in de meeste gevallen dan ook snel over en zijn licht qua intensiteit: in 80% van de gevallen duren eenzaamheidsgevoelens maximaal enkele dagen, en in 75% van de gevallen zijn eenzaamheidsgevoelens licht tot matig qua intensiteit.
- **De kans op eenzaamheid is ongelijk verdeeld onder de bevolking**. Sommige groepen hebben meer kans om zich eenzaam te voelen, wat verbonden is aan de werksituatie (o.a. werkzoekenden, arbeidsongeschikten), relatiestatus (alleenstaanden) en huishoudsituatie (alleenwonenden).
- **3 op 10 volwassenen voelen zich eenzaam, ondanks het feit dat ze een relatie hebben**.
- **Praten, afleiding en wandelen worden als het meest helpend ervaren tegen eenzaamheid**.
- **7 op 10** volwassenen zijn **tevreden over hun sociaal leven**.
- **6 op 10** volwassenen **begroeten** dagelijks of meerdere malen per week hun **buren**.
- Personen die **positief staan ten opzichte van hun buurt** voelen zich in **mindere mate eenzaam**.
- Eenzaamheid ligt lager wanneer er meer **sociale cohesie** en vertrouwen is in een buurt.





Inleiding

37% van de volwassenen in Vlaanderen voelt zich eenzaam in 2024, waarbij 31% zich *soms* eenzaam voelt en 6% zich *vaak* eenzaam voelt. Dit blijkt uit een **grootschalige survey** die met steun van het Fonds voor Wetenschappelijk Onderzoek werd afgenomen door HIVA (KU Leuven), Expertisecentrum Zorg & Welzijn (Thomas More) en SARLab (VUB), in het kader van het **Strategisch Basisonderzoek “Eenzaamheid en de buurt”**. Deze survey staat volledig in het teken van eenzaamheid, en legt telkens de link met allerhande mogelijke determinanten van eenzaamheid zoals de kenmerken van de woonomgeving en de buurt, de gezinssituatie, de opleiding-, werk- en woonsituatie, mobiliteit en verplaatsingen, de gezondheid, het sociaal netwerk, sociale participatie, en maatschappelijke uitsluiting.

In “Ruimte maken voor verbondenheid”, deel 1 van de reeks “Eenzaamheid in Vlaanderen”, geven we een blik op de eerste resultaten van deze survey. We beschrijven de prevalentie van **eenzaamheid** bij volwassenen in Vlaanderen, verkennen hun **sociale relaties** en gaan dieper in op de **relatie tussen eenzaamheid en verbondenheid in de nabije woonomgeving**.¹

Dit laatste is belangrijk omdat eenzaamheid vaak te eenzijdig wordt herleid tot een puur individueel, subjectief gevoel, terwijl eenzaamheid net sterk beïnvloed wordt door bredere, structurele en maatschappelijke factoren zoals kenmerken van de woonomgeving (Schepers et al., 2024; De Witte et al., 2023). Bovendien is er al heel wat kennis over de individuele risicofactoren van eenzaamheid (o.a. gezondheid, gender, levensloopgebeurtenissen), maar is de impact van de woonomgeving op eenzaamheid in Vlaanderen nauwelijks onderzocht. Met dit onderzoek willen we hiervoor antwoorden aanreiken. Door kennis te verwerven over of en hoe de woonomgeving samenhangt met eenzaamheid kunnen we ook beleidsmatig vanuit dit perspectief inzetten op de aanpak en preventie van eenzaamheid: wat is er nodig in de nabije woonomgeving opdat wie er woont zich minder eenzaam zou voelen?

Eenzaamheid: een persoonlijke zaak van algemeen belang

Eenzaamheid is “**een gevoel dat optreedt wanneer iemands netwerk van sociale relaties op een belangrijke manier tekortschiet, hetzij kwantitatief hetzij kwalitatief**” (Peplau & Perlman, 1982). Het verwijst naar een onaangenaam gevoel dat ontstaat door het verschil tussen de relaties die men heeft en de relaties die men zou willen hebben. Volgens de evolutietheorie kan eenzaamheid vergeleken worden met een overlevingsinstinct (zoals honger, dorst): het is een signaal van het lichaam dat dient als impuls om heraansluiting met andere mensen te zoeken.

Eenzaamheid, een subjectief en persoonlijk gevoel, heeft wel een grote **maatschappelijke impact** (De Witte & Van Regenmortel, 2020). Onderzoek toont aan dat eenzaamheid een van de beste indicatoren is voor welzijn, en een negatief effect heeft op sociale relaties, en de psychische en fysieke gezondheid. Zo hangt eenzaamheid samen met tal van fysieke gezondheidsproblemen zoals een verhoogd risico op hart- en vaatziekten, dementie, slaapproblemen en sterfte (Holt-Lunstad et al., 2015). Uit een economische analyse blijkt bovendien dat eenzaamheid in België jaarlijks resulteert in 3,2 miljard euro directe kosten voor medische zorgen (Pacolet et al., 2023). Eenzaamheid hangt verder ook samen met een lager vertrouwen in anderen en een lagere politieke participatie (Colagrossi et al., 2024). Als samenleving hebben we er dus op verschillende fronten baat bij om in te zetten op het verminderen en voorkomen van eenzaamheid.

Eenzaamheid bij volwassenen in Vlaanderen

Eenzaamheid wordt dikwijls verbonden aan de oudere leeftijd. Echter, niets is minder waar. **Eenzaamheid is van alle leeftijden**. Figuur 1 toont bovendien aan dat de jongste leeftijdsgroep zich het meest eenzaam voelt van alle volwassenen in Vlaanderen: **57% van de 18-24-jarigen voelt zich**

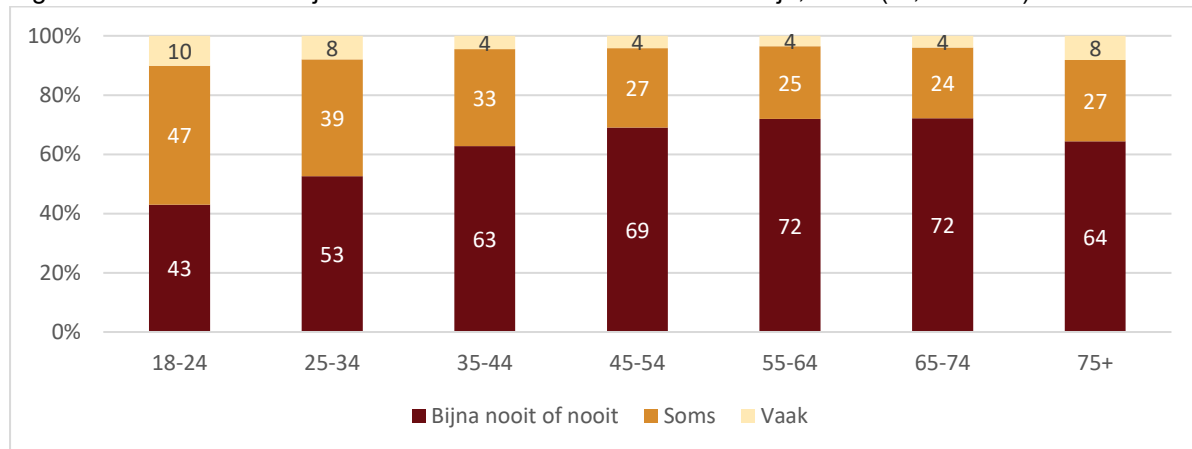
¹ Indien de cijfers in de tabellen en grafieken in deze reeks afwijken van de totaalscore 100, wordt dit verklaard door het afronden tot gehele getallen (omwille van de leesbaarheid).





soms tot vaak eenzaam, ten opzichte van 35% bij de 75-plussers. Opvallend hierbij is dat de groep 55-74-jarigen zich het minst eenzaam voelt van alle volwassenen in Vlaanderen.

Figuur 1. Eenzaamheid bij volwassenen in Vlaanderen naar leeftijd, 2024 (%; N=3745).



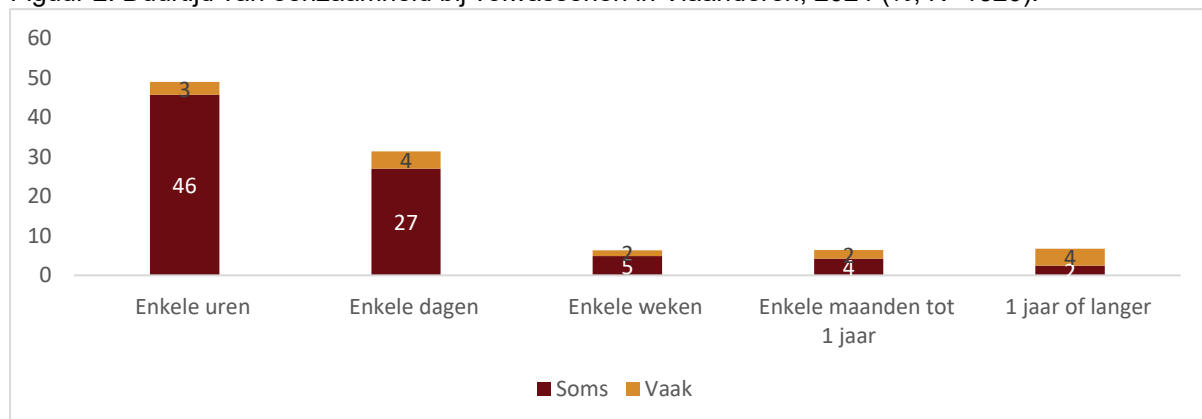
Bron: Strategisch Basisonderzoek Eenzaamheid en de buurt, 2024.

χ^2 -test: $p < 0.01$.

Eenzaamheid komt en gaat

Hoewel eenzaamheid een grote maatschappelijke impact heeft, is het belangrijk om **eenzaamheidsgevoelens niet per definitie te problematiseren**. Zich eenzaam voelen is normaal: iedereen - van jong tot oud - voelt zich wel eens eenzaam. Het is dan ook cruciaal om eenzaamheid meer bespreekbaar te maken, om zo gevoelens van schaamte en het stigma hierrond tegen te gaan. Figuur 2 en figuur 3 tonen aan dat **eenzaamheidsgevoelens in de meeste gevallen snel overgaan en niet erg intens** zijn. In 80% van de gevallen duren eenzaamheidsgevoelens maximaal enkele dagen, en in 75% van de gevallen zijn eenzaamheidsgevoelens licht tot matig qua intensiteit. Eenzaamheid wordt pas **problematisch wanneer die gevoelens lang duren en intens zijn**.

Figuur 2. Duurtijd van eenzaamheid bij volwassenen in Vlaanderen, 2024 (%; N=1320).



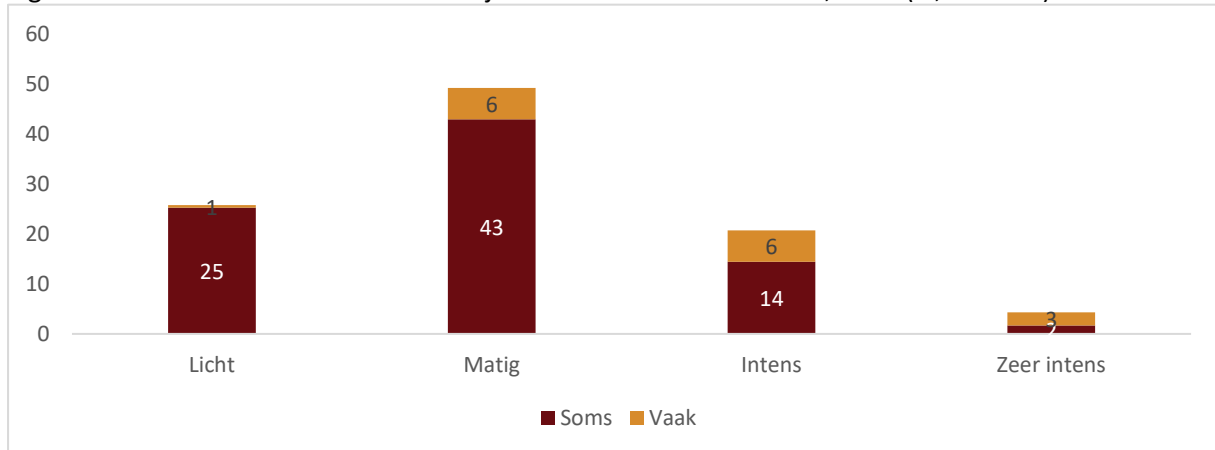
Bron: Strategisch Basisonderzoek Eenzaamheid en de buurt, 2024.

χ^2 -test: $p < 0.01$.





Figuur 3. Intensiteit van eenzaamheid bij volwassenen in Vlaanderen, 2024 (%; N=1319).



Bron: Strategisch Basisonderzoek Eenzaamheid en de buurt, 2024.

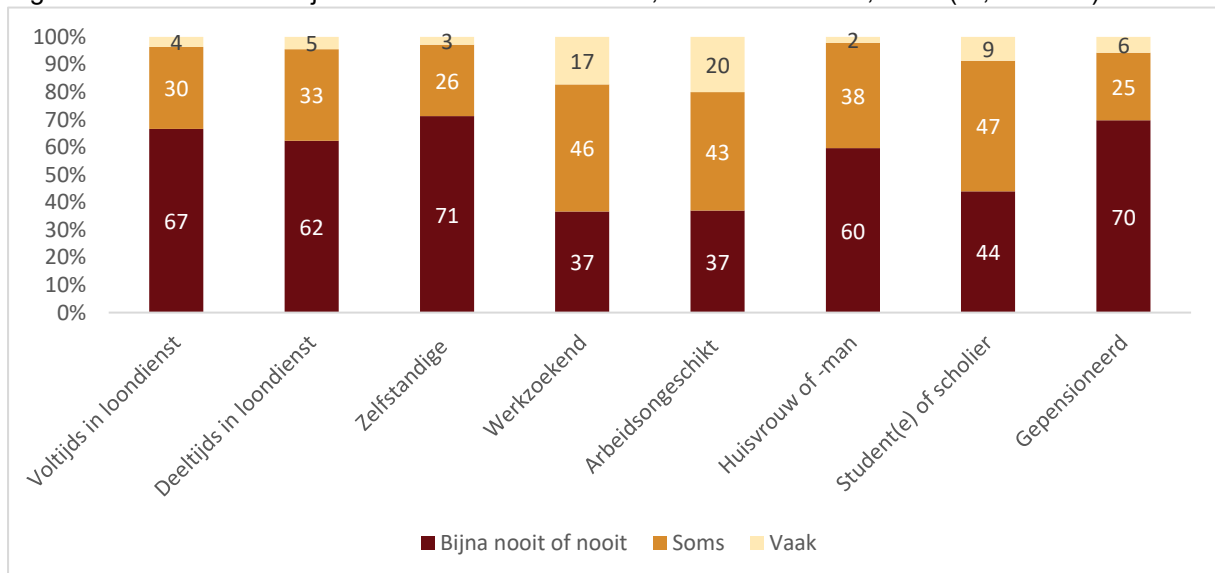
χ^2 -test: $p < 0.01$.

Eenzaamheid is ongelijk verdeeld

Eenzaamheid is een universeel gevoel, dat inherent deel uitmaakt van het leven. De kans op eenzaamheid is echter ongelijk verdeeld onder de bevolking en hangt samen met tal van risicofactoren, verbonden aan de werksituatie, de relatiestatus en de huishoudsituatie.

Zo toont figuur 4 aan dat **werkzoekenden** en **arbeidsongeschikten** zich **het vaakst eenzaam** voelen (beide 63%), gevolgd door studenten/scholieren (56%) en huisvrouwen of -mannen (40%). Bovendien hangt eenzaamheid ook sterk samen met de relatiestatus (figuur 5): terwijl 59% van de **alleenstaande** volwassenen in Vlaanderen zich soms tot vaak eenzaam voelt, bedraagt dat 29% bij personen die een relatie hebben. Opvallend is wel dat drie op tien volwassenen zich eenzaam voelen, ondanks het feit dat ze een relatie hebben. In lijn hiermee blijkt uit figuur 6 dat volwassenen die **alleen wonen** heel wat eenzamer zijn (58%) dan personen die samenwonen met één of meerdere personen (33%).

Figuur 4. Eenzaamheid bij volwassenen in Vlaanderen, naar werksituatie, 2024 (%; N=3647).



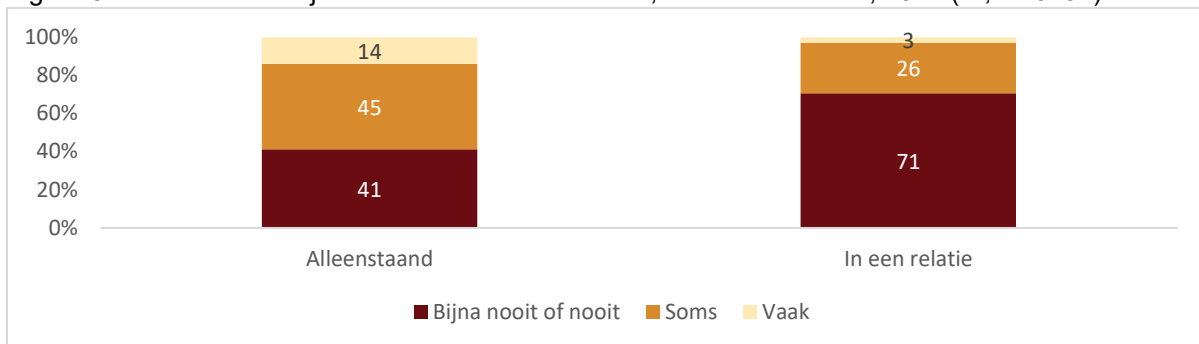
Bron: Strategisch Basisonderzoek Eenzaamheid en de buurt, 2024.

χ^2 -test: $p < 0.01$.





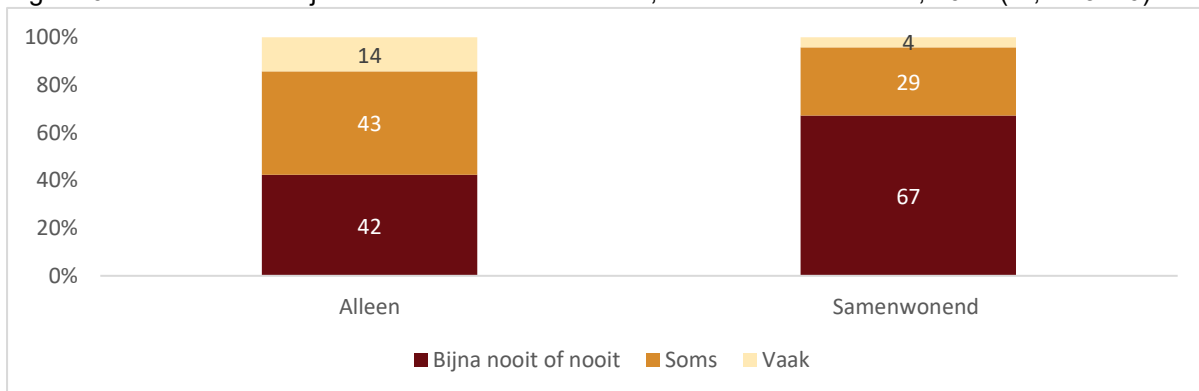
Figuur 5. Eenzaamheid bij volwassenen in Vlaanderen, naar relatiestatus, 2024 (%; N=3732).



Bron: Strategisch Basisonderzoek Eenzaamheid en de buurt, 2024.

χ^2 -test: $p < 0.01$.

Figuur 6. Eenzaamheid bij volwassenen in Vlaanderen, naar huishoudsituatie, 2024 (%; N=3740).



Bron: Strategisch Basisonderzoek Eenzaamheid en de buurt, 2024.

χ^2 -test: $p < 0.01$.

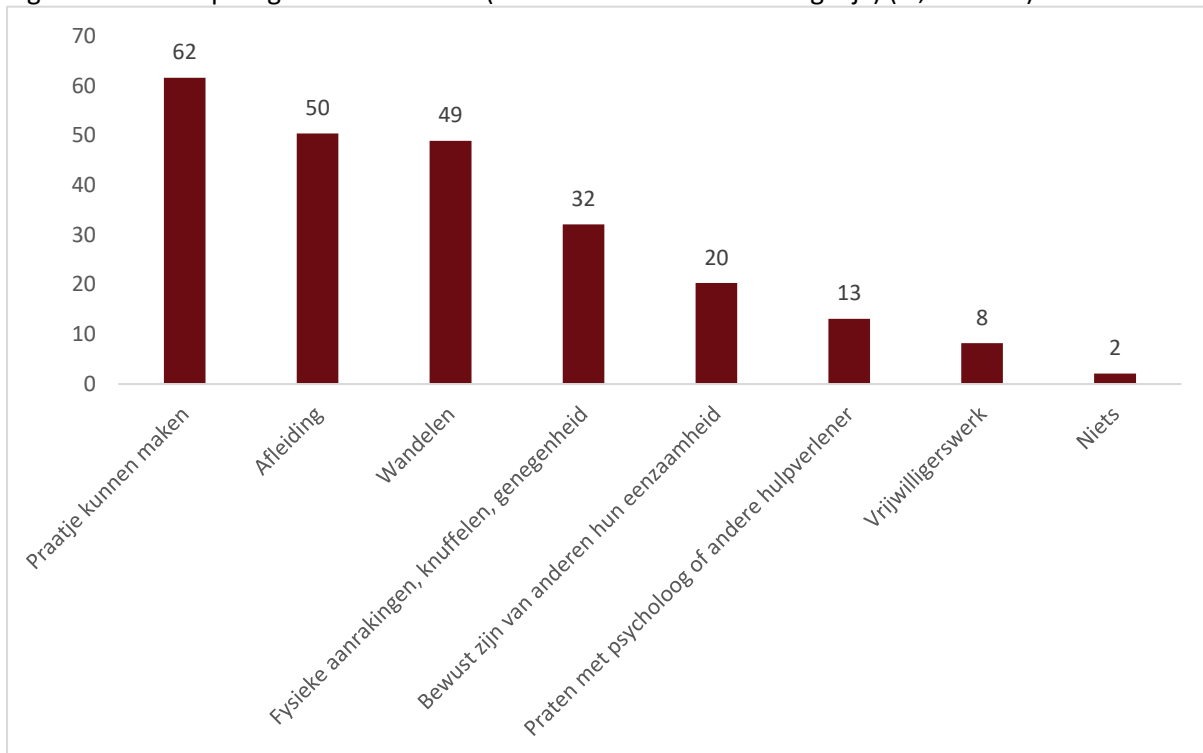
Wat helpt tegen eenzaamheid?

Uit figuur 7 blijkt dat van de respondenten die zich eenzaam voelen, 62% aangeeft dat een praatje maken helpt tegen hun eenzaamheidsgevoelens, gevolgd door afleiding (50%), wandelen (49%), fysieke aanrakingen (32%), en zich bewust zijn dat andere personen zich ook eenzaam voelen (20%). Slechts 13% geeft aan dat praten met een psycholoog hen helpt om hun eenzaamheidsgevoelens tegen te gaan.





Figuur 7. Wat helpt tegen eenzaamheid (meerdere antwoorden mogelijk) (%; N=1330).



Bron: Strategisch Basisonderzoek Eenzaamheid en de buurt, 2024.

Sociale relaties: een buffer tegen eenzaamheid

Onze sociale relaties vormen een belangrijke buffer tegen eenzaamheid. Verschillende types relaties binnen ons sociaal netwerk zijn, elk op hun manier, belangrijk voor ons sociale welbevinden. Niet alleen hechte banden met anderen doen ertoe. Ook het bredere sociale netwerk, zoals contacten met familie, vrienden en kennissen, alledaagse contacten op straat, bij de lokale handelaar en algemene betrokkenheid in de gemeenschap maken een verschil (Huxhold & Fiori, 2024; Klinenberg & Leigh, 2023).

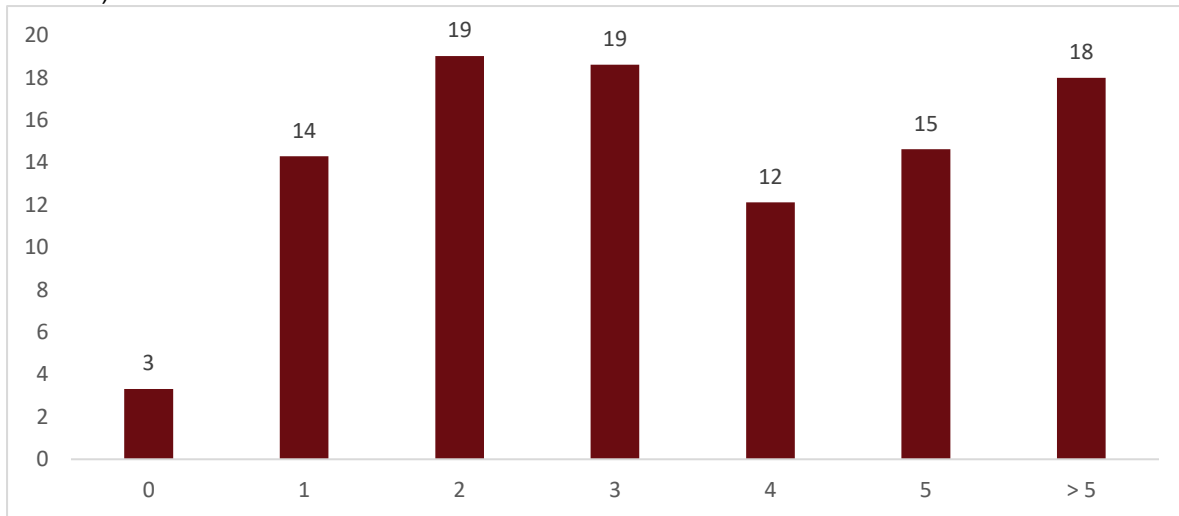
Hechte banden

Wat de hechte banden betreft, zien we dat 3% van de Vlaamse volwassenen niemand heeft **om intieme en persoonlijke zaken** mee te bespreken, en 14% heeft zo slechts één persoon. De grote meerderheid, ongeveer twee op drie, heeft met een twee- tot vijftal personen een hechte band. 18% heeft een groot netwerk van hechte banden, met meer dan vijf personen.





Figuur 8. Het aantal mensen waarmee men intieme en persoonlijke zaken kan bespreken (%; N=3656).



Bron: Strategisch Basisonderzoek Eenzaamheid en de buurt, 2024.

Opvallend is dat bij de kleine groep die niemand heeft om intieme en persoonlijke zaken te bespreken (3%), de eenzaamheidsgevoelens erg hoog liggen (66%), waarbij 41% zich soms eenzaam voelt en 25% zich vaak eenzaam voelt. Het percentage eenzaamheid ligt het laagst bij diegenen met een groot netwerk van hechte relaties.

Onder de mensen: een 'hallo' of 'goeiendag'

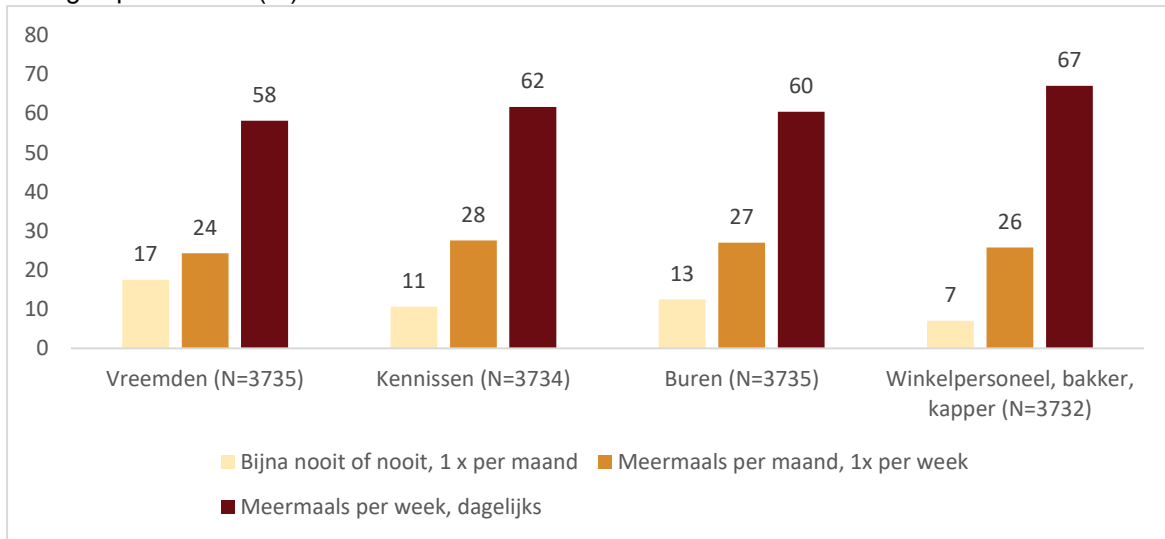
Ook **alledaagse contacten met personen die we niet of minder goed kennen**, kunnen positief samenhangen met ons sociaal welbevinden. Spontane, vaak meer anonieme, interacties op straat, bij de lokale handelaar, in cafés of koffiebars, onder burens, ... kunnen gevoelens van verbondenheid versterken (Klinenberg & Leigh, 2023; Lim et al., 2024).

Deze alledaagse contacten maken voor een grote groep van de Vlaamse volwassenen deel uit van hun sociale leven (figuur 9). Zo begroet 58% van de volwassenen dagelijks tot meermaals per week vreemden. Een vergelijkbaar percentage zien we bij het begroeten van kennissen (62%) en burens (60%), en van winkelpersoneel, bakker, kapper, ... (67%). Zij vormen dus een wezenlijk deel van het sociale netwerk van volwassenen. Bovendien liggen eenzaamheidsgevoelens lager bij personen die anderen vaak begroeten (figuur 10).



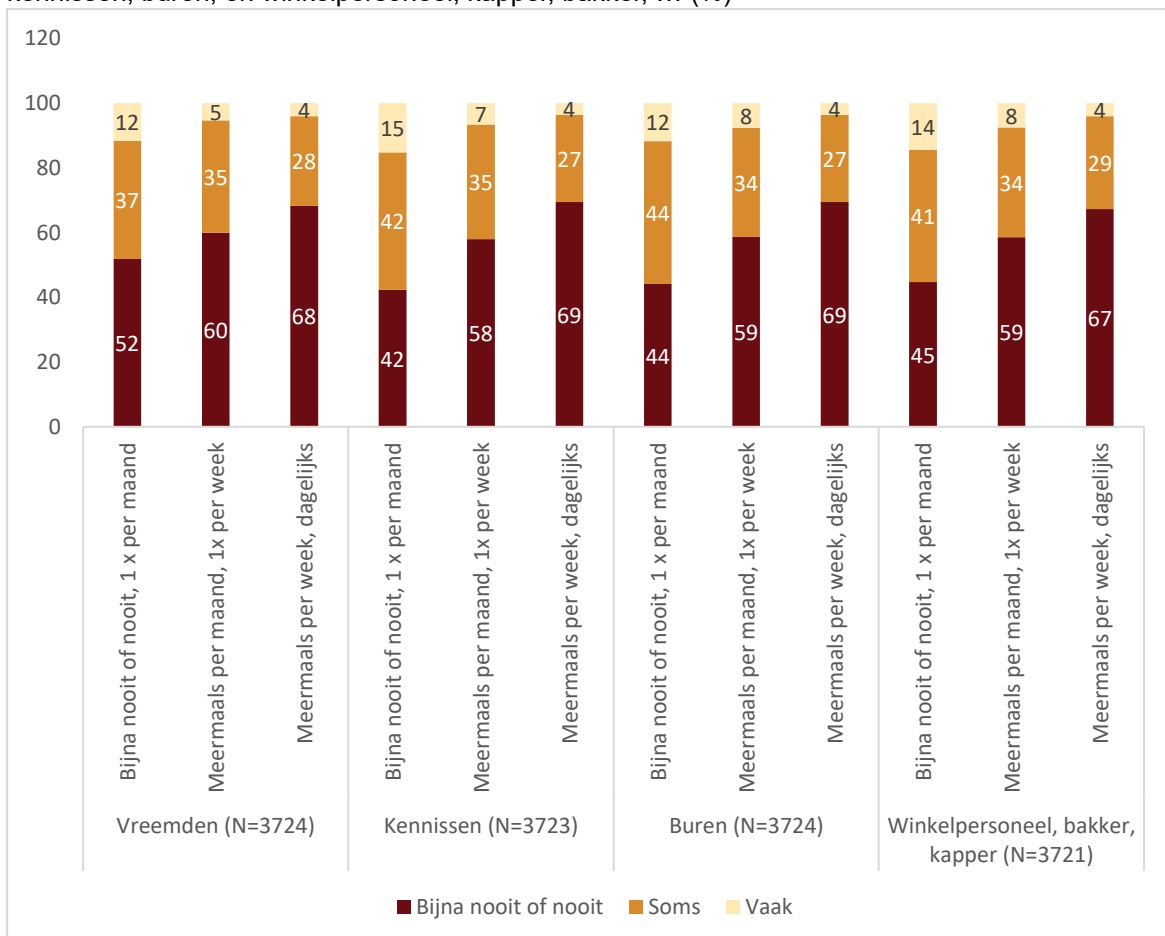


Figuur 9. Frequentie begroeten van vreemden, kennissen, buren, winkelpersoneel, bakker, kapper in de afgelopen maand (%).



Bron: Strategisch Basisonderzoek Eenzaamheid en de buurt, 2024.

Figuur 10. Eenzaamheid bij volwassenen in Vlaanderen, naar het begroeten van vreemden, kennissen, buren, en winkelpersoneel, kapper, bakker, ... (%)



Bron: Strategisch Basisonderzoek Eenzaamheid en de buurt, 2024.

χ^2 -test: $p < 0.01$.

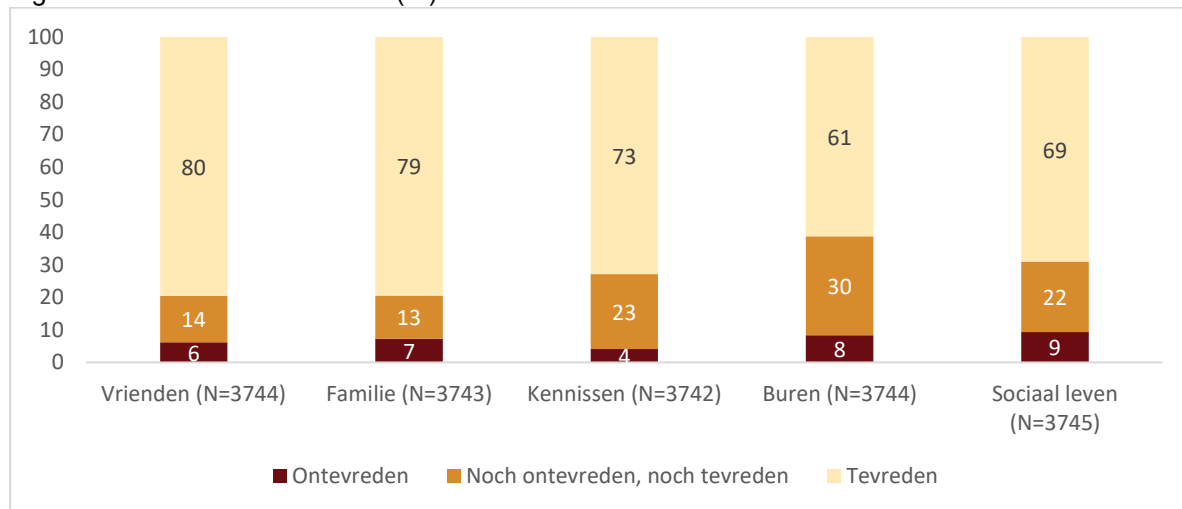




Algemene tevredenheid

Tot slot, wanneer we naar **de algemene tevredenheid met sociale relaties** kijken, een indicator van de kwaliteit van relaties, valt op dat een grote meerderheid van de volwassenen in Vlaanderen aangeeft tevreden te zijn met zijn of haar sociaal leven (69%). De tevredenheid ligt het hoogste met betrekking tot de relatie met vrienden (80%) en familie (79%), gevolgd door kennissen (73%). De tevredenheid ligt, relatief, het laagst bij de relatie met burens: 61% is tevreden, 30% eerder neutraal (noch tevreden, noch ontevreden).

Figuur 11. Tevredenheid relaties (%).



Bron: Strategisch Basisonderzoek Eenzaamheid en de buurt, 2024.

χ^2 -test: $p < 0.01$.

De woonomgeving als buffer tegen eenzaamheid

Niet enkel sociale relaties vormen een buffer tegen eenzaamheid. Ook kenmerken van de woonomgeving kunnen beschermen tegen eenzaamheid, of eenzaamheid net aanwakkeren. Zo wijst recent internationaal onderzoek op de samenhang tussen verschillende fysieke en sociale omgevingskenmerken en eenzaamheid (Barreto et al., 2024). Fysieke omgevingskenmerken hebben betrekking op zaken zoals de afstand tot en aanwezigheid van winkels, parken, groen, ontmoetingsplaatsen (pleintjes, bibliotheken, ...). Het gaat ook over de toegankelijkheid (vb. goede voetpaden, openbaar vervoer) en de aantrekkelijkheid van plaatsen (straatverlichting, verloedering, ...). Sociale omgevingskenmerken verwijzen naar de sociale cohesie in de buurt, de contacten tussen burens, gevoelens van veiligheid, activiteiten in de buurt, sociale diensten, ... (Scheepers et al., 2024).

Deze kenmerken van de woonomgeving kunnen op verschillende manieren samenhangen met gevoelens van eenzaamheid. Ze kunnen eenzaamheid helpen voorkomen of verminderen doordat ze sociale interactie bevorderen. Ook kunnen ze bijdragen tot een algemeen gevoel van verbondenheid en sociale cohesie. De woonomgeving kan eveneens helpend zijn in het omgaan met gevoelens van eenzaamheid (van den Berg & Kemperman, 2024). Zijn er bijvoorbeeld plekken in de buurt waar men even kan ontsnappen aan eenzaamheid of tot rust komen (Heu & Brennecke, 2023)? Omgekeerd zijn er kenmerken van de woonomgeving die direct of indirect het risico op eenzaamheid kunnen verhogen zoals gevaarlijk verkeer, zwerfvuil, onaantrekkelijke plaatsen, onveiligheid, ...

Eenzaamheid en de waardering van de buurt

De eerste resultaten uit de survey bevestigen internationaal onderzoek en wijzen ook bij Vlaamse volwassenen op een samenhang tussen kenmerken van de nabije woonomgeving en eenzaamheid.





Wat een buurt voor iemand inhoudt, is subjectief en verschilt van persoon tot persoon (zie tabel 1). Voor sommigen gaat het slechts over een deel van de straat. Voor anderen valt de buurt dan weer samen met een deelgemeente of de volledige gemeente of stad.

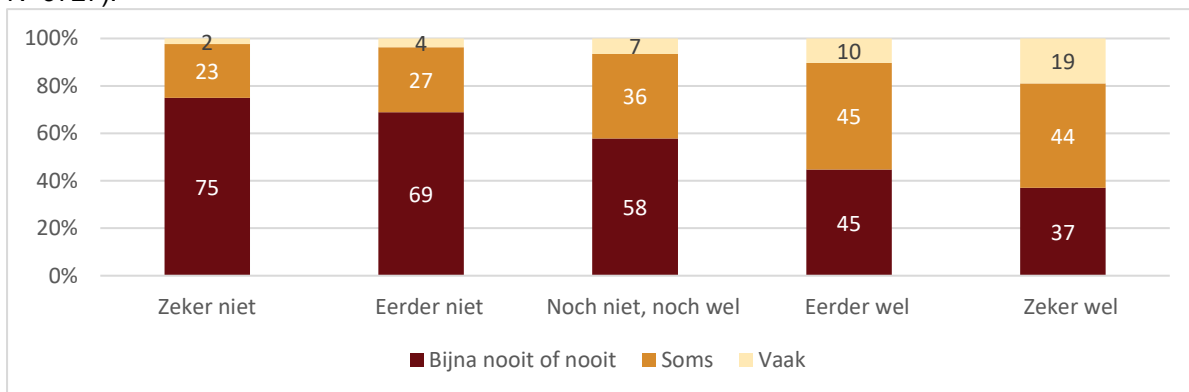
Tabel 1: Wat beschouwt men het meest als hun buurt (%; N=3724)

| | |
|---------------------------------------------------------|----|
| Een deel van de straat | 29 |
| De volledige straat | 13 |
| Meerdere straten die bij elkaar horen (zoals een wijk) | 36 |
| Een deelgemeente of groter deel van de gemeente of stad | 13 |
| De volledige gemeente of stad | 9 |

Bron: Strategisch Basisonderzoek Eenzaamheid en de buurt, 2024.

Hoe die buurt ervaren wordt, hangt sterk samen met gevoelens van eenzaamheid. Zo voelt ongeveer een vierde van de personen die aangeven dat ze *zeker niet* naar een andere buurt zouden verhuizen zich (soms tot vaak) eenzaam. Dit loopt op tot 63% bij personen die aangeven dat ze *zeker wel* naar een andere buurt zouden verhuizen (figuur 12).

Figuur 12. Eenzaamheid, naar de mate waarin men naar een andere buurt zou verhuizen, 2024 (%; N=3727).



Bron: Strategisch Basisonderzoek Eenzaamheid en de buurt, 2024.

χ^2 -test: $p < 0.01$.

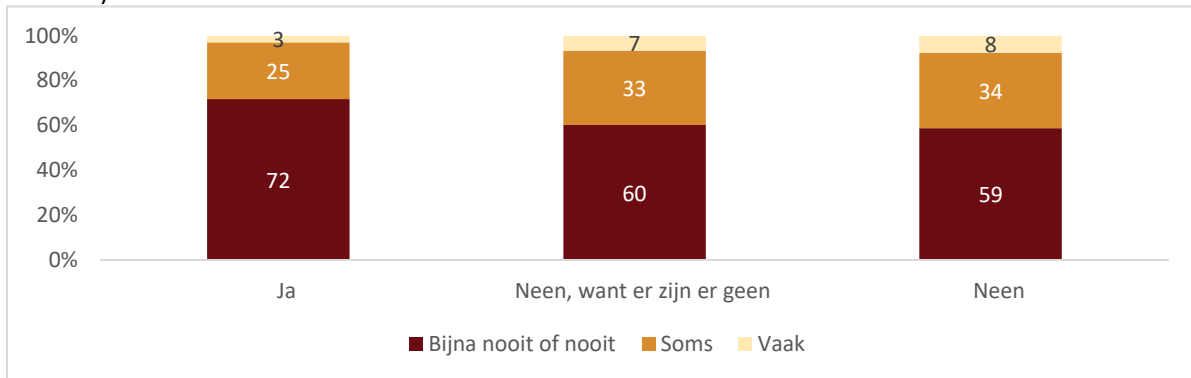
Eenzaamheid en burenactiviteiten

Eenzaamheid is ook lager (29%) bij wie contacten met buren inschat als “goed”. Bij de groep die contacten met buren als “slecht” beoordeelt, is dit significant hoger: 53% voelt zich soms tot vaak eenzaam. In lijn hiermee toont figuur 13 dat personen die **deelnemen aan burenactiviteiten** significant minder eenzaam zijn dan personen die niet deelnemen aan burenactiviteiten.





Figuur 13. Eenzaamheid bij volwassenen in Vlaanderen, naar deelname aan burenaactiviteiten (%; N=3720).



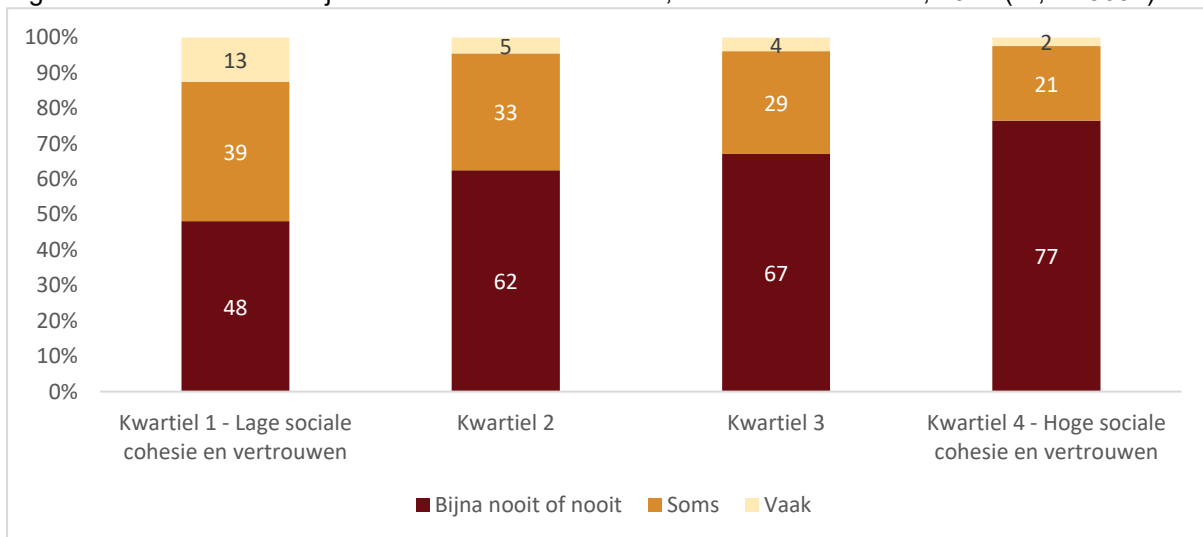
Bron: Strategisch Basisonderzoek Eenzaamheid en de buurt, 2024.

χ^2 -test: $p < 0.01$.

Eenzaamheid en sociale cohesie in de buurt

Ook de mate van **sociale cohesie en vertrouwen in een buurt** hangen samen met eenzaamheid (zie figuur 14). Bij de volwassenen die het minste sociale cohesie en vertrouwen in hun buurt ervaren, voelt 52% zich (soms tot vaak) eenzaam ten opzichte van slechts 23% bij de volwassenen die het meeste sociale cohesie en vertrouwen in hun buurt ervaren.

Figuur 14. Eenzaamheid bij volwassenen in Vlaanderen, naar sociale cohesie, 2024 (%; N=3694).²



Bron: Strategisch Basisonderzoek Eenzaamheid en de buurt, 2024.

χ^2 -test: $p < 0.01$.

² Indeling kwartielen: hierbij werd de volwassen populatie in Vlaanderen ingedeeld in vier gelijke delen wat betreft sociale cohesie en vertrouwen, van laag naar hoog. Kwartiel 1 omvat bijvoorbeeld de 25% volwassenen in Vlaanderen met de minste sociale cohesie en vertrouwen in hun buurt.





Eenzaamheid en de buurt

Met het vierjarig [Strategisch Basisonderzoek “Eenzaamheid en de buurt”](#) onderzoeken HIVA (KU Leuven), Expertisecentrum Zorg & Welzijn (Thomas More) en SARLab (VUB) de relatie tussen de woonomgeving en eenzaamheid. Dit is relevant omdat er tot op heden weinig bekend is over de impact van fysieke en sociale buurtkenmerken (zoals openbare parken, openbaar vervoer, toegang tot huisvesting) op eenzaamheid. Dit project is innovatief omdat het specifiek ingaat op de verschillende dimensies van eenzaamheid (emotioneel, sociaal en existentieel) en van de buurt (fysiek en sociaal) bij volwassenen van alle leeftijden. Dit project maakt gebruik van een mixed-method design waarbij we kwantitatieve en kwalitatieve onderzoeksmethoden combineren. Zo vullen we een uitgebreide literatuurstudie aan met go-along interviews, foto-interviews, focusgroepen, lerende netwerken, verdiepende buurt-casestudies en een grootschalige survey.

Dit project wordt mogelijk gemaakt door het [Fonds Wetenschappelijk Onderzoek](#).

Leesgids

De data die voor deze reeks “Eenzaamheid in Vlaanderen” worden gebruikt, komen van een grootschalige survey die werd afgenomen door [HIVA \(KU Leuven\)](#), [Expertisecentrum Zorg & Welzijn \(Thomas More\)](#) en [SARLab \(VUB\)](#), in het kader van het [Strategisch Basisonderzoek “Eenzaamheid en de buurt”](#). De survey staat volledig in het teken van eenzaamheid, en legt telkens de link met allerhande mogelijke determinanten van eenzaamheid zoals de kenmerken van de woonomgeving en de buurt, de opleiding-, werk- en woonsituatie, de gezinssituatie, mobiliteit en verplaatsingen, de gezondheid, het sociaal netwerk, sociale participatie, en maatschappelijke uitsluiting.

De survey werd afgenomen in de periode mei-juli 2024 bij een representatief staal volwassenen (18+) wonend in het Vlaams Gewest, en kon zowel online (via QR-code of website) als schriftelijk worden ingevuld. We hebben 15.000 inwoners van het Vlaamse Gewest aangeschreven, die - na goedkeuring door het Rijksregister - op willekeurige basis werden geselecteerd door Statbel. Vervolgens heeft ‘MAS Research’ die personen via een schriftelijke uitnodigingsbrief aangeschreven, en via twee herinneringsbrieven opnieuw aangespoord om deze enquête in te vullen. Na datacleaning weerhouden we 3756 vragenlijsten, die voor minstens 90% werden ingevuld, oftewel een reactiepercentage van 25,1%. In totaal werden 2700 vragenlijsten online ingevuld (71,9%) en 1056 schriftelijk (28,1%). De analyses maken gebruik van een weegfactor, die berekend werd om rekening te houden met over- en ondervertegenwoordiging van bepaalde groepen met betrekking tot leeftijd en gender.

Referenties

Barreto, M., Doyle, D. M., & Qualter, P. (2024). Changing the narrative: Loneliness as a social justice issue. *Political Psychology*, 45(Suppl 1), 157–181. <https://doi.org/10.1111/pops.12965>.

Colagrossi M., Mauri C., Stepanova E. (2024). Loneliness and social and civic behaviours. *Fairness Policy Brief 1/2024*. European Commission - Joint Research Centre, JRC.

De Witte, J. & Van Regenmortel, T. (2020). Silver Empowerment. A quantitative picture of loneliness among elderly in Belgium and Europe. HIVA KU Leuven, Leuven: <https://hiva.kuleuven.be/nl/nieuws/nieuwsitems/silver-empowerment-quantitative-picture-of-loneliness-among-elderly-in-belgium-and-europe>.

De Witte, J., Heylen, L., De Donder, L., Gryp, D., Schepers, W., Häussermann, F., & Van Regenmortel, T. (2023). Eenzaamheid gaat ook over de kwaliteit van je woonomgeving. *Sociaal.net*: <https://sociaal.net/achtergrond/eenzaamheid-gaat-ook-over-kwaliteit-woonomgeving>.

Heu, L. C., & Brennecke, T. (2023). By yourself, yet not alone: Making space for loneliness. *Urban Studies*, 60(16), 3187-3197. <https://doi.org/10.1177/00420980231169669>.





Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., Baker, M., Harris, T., & Stephenson, D. (2015). Loneliness and social isolation as risk factors for mortality: A meta-analytic review. *Perspectives on Psychological Science*, 10(2), 227–237. <https://doi.org/10.1177/1745691614568352>.

Huxhold, O., & Fiori, K. L. (2024). Understanding loneliness in late life. *Current opinion in psychology*, 57, 101801. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2024.101801>.

Klinenberg, E., & Leigh, J.K. (2024). On Our Own: Social Distance, Physical Loneliness, and Structural Isolation in the COVID-19 Pandemic. *Social Problems*, 71(4), 1216–1230, <https://doi.org/10.1093/socpro/spad003>.

Lim, M. H., Hennessey, A., Qualter, P., Smith, B. J., Thurston, L., Eres, R., & Holt-Lunstad, J. (2024). The KIND Challenge community intervention to reduce loneliness and social isolation, improve mental health, and neighbourhood relationships: an international randomized controlled trial. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 10.1007/s00127-024-02740-z. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s00127-024-02740-z>.

Pacolet, J., Rodriguez Cabrero, G., & Sosvilla-Rivero, S. (2023). The economic cost of the loneliness of older persons. In Silver Empowerment. Fostering Strengths and Connections for an Age-Friendly Society (De Witte, J. & Van Regenmortel, T., Eds), pp. 55-87, Leuven University Press: <https://lup.be/book/silver-empowerment/>.

Peplau, L.A., & Perlman, D. (1982). Perspectives on loneliness. In: Peplau LA, Perlman D (eds). Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy (pp. 1-18). New York: John Wiley.

Schepers, W., Häussermann, F., Gryp, D., Heylen, L., & De Witte, J. (2024). *Ruimte maken voor eenzaamheid*. In Recht op grijs. Bouwen aan ouderenbeleid (Verté, D., Vranken, J., De Decker, P., & Crivit, R. Eds.). Gompel&Svacina, Antwerpen.

van den Berg, P. E. W., & Kemperman, A. (2024). Eenzaamheid: niet alleen een kwestie van sociale contacten. *Sociale Vraagstukken*. <https://www.socialevraagstukken.nl/eenzaamheid-niet-alleen-een-kwestie-van-sociale-contacten/>.

Citeren

De Witte, J., Heylen, L., Schepers, W., Gryp, D., Häussermann, F., De Donder, L., Van Regenmortel, T. (2024). *Eenzaamheid in Vlaanderen. Deel 1. Ruimte maken voor verbondenheid*. HIVA KU Leuven, Leuven.

Contactinformatie

jasper.dewitte@kuleuven.be

<https://eenzaamheidendebuurt.be/contact/>

Een samenwerking tussen



Gesubsidieerd door



Fonds Wetenschappelijk Onderzoek
Vlaanderen
Opening new horizons

