

Plaats maken voor eenzaamheid



Wouter Schepers
HIVA-KU Leuven

Inhoud

- SBO-project 'A Lonely Planet'
- Wat is eenzaamheid?
 - Algemene cijfers
 - Evoluties sinds covid-19
- Waarom is de aanpak van eenzaamheid belangrijk?
- De aanpak: kom je al in de buurt?
 - Buurtdetectietool
 - Buurtcasestudies
- Lessen uit covid-19



Onderzoeksproject “A Lonely Planet”

- SBO-project
- Periode: 2022 –2026
- Onderzoeksteam: HIVA (KU Leuven), Expertisecentrum Zorg & Welzijn (Thomas More) & SARLab (VUB)
- 3 doctoraatstrajecten waarbij ik focus op de kwantitatieve analyses



Onderzoeksopzet

Globale doelstelling: relatie tussen **buurtkenmerken** en **eenzaamheid** bij **volwassenen** in Vlaanderen en Brussel onderzoeken

Centrale onderzoeksvragen:

- 1) Welke buurtkenmerken beïnvloeden eenzaamheid,
- 2) hoe beïnvloeden ze elkaar;
- 3) en welke interventies op buurniveau kunnen eenzaamheid aanpakken?





Methodes

- 1) Literatuurstudie & interviews met experts
- 2) Survey bij 18-plussers, gekoppeld aan objectieve data over de buurt
- 3) Buurt-casestudies: walk along interviews & focusgroepen



Wat is eenzaamheid?



Wat is eenzaamheid?

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

(de Jong-Gierveld, 1984)



Eenzaamheid ≠ sociaal isolement

De man op de foto is Ludo.

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

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



Eenzaam

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

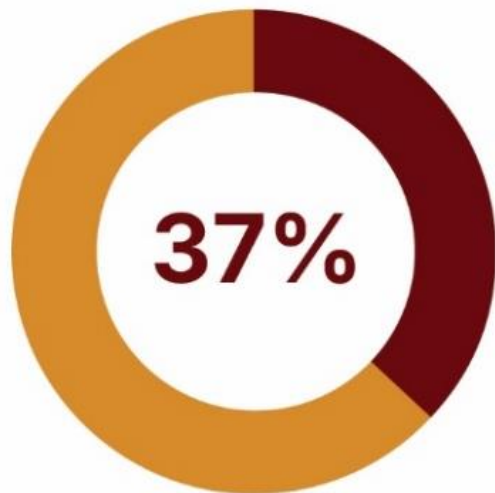


Sociaal geïsoleerd

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



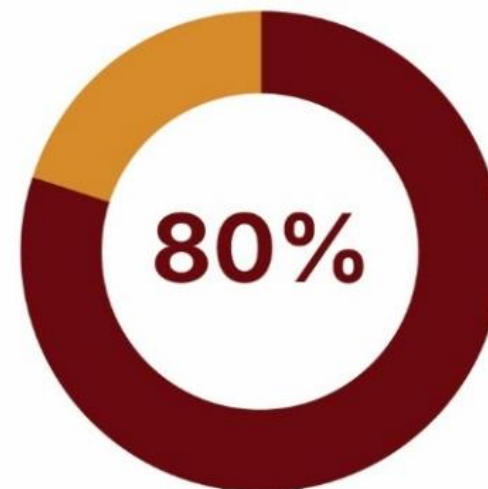
Hoe eenzaam voel jij je?



van de volwassenen
voelt zich soms tot vaak
eenzaam.

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

Je eenzaam voelen is normaal.



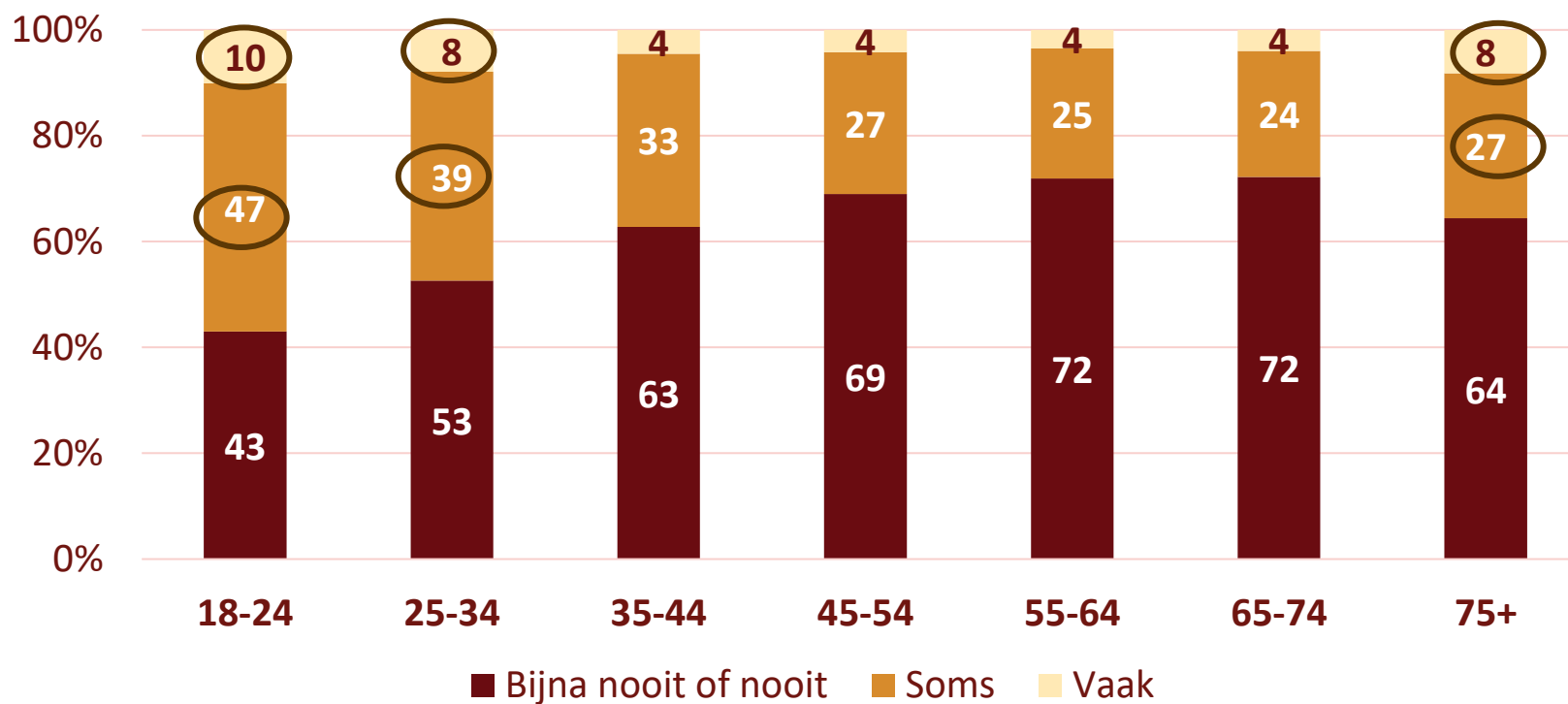
van de eenzaamheids-
gevoelens duren
maximaal enkele dagen.

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



Eenzaamheid naar leeftijd

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



Bron: Strategisch Basisonderzoek Eenzaamheid en de buurt, 2024.
chi²-test: p<0.01.

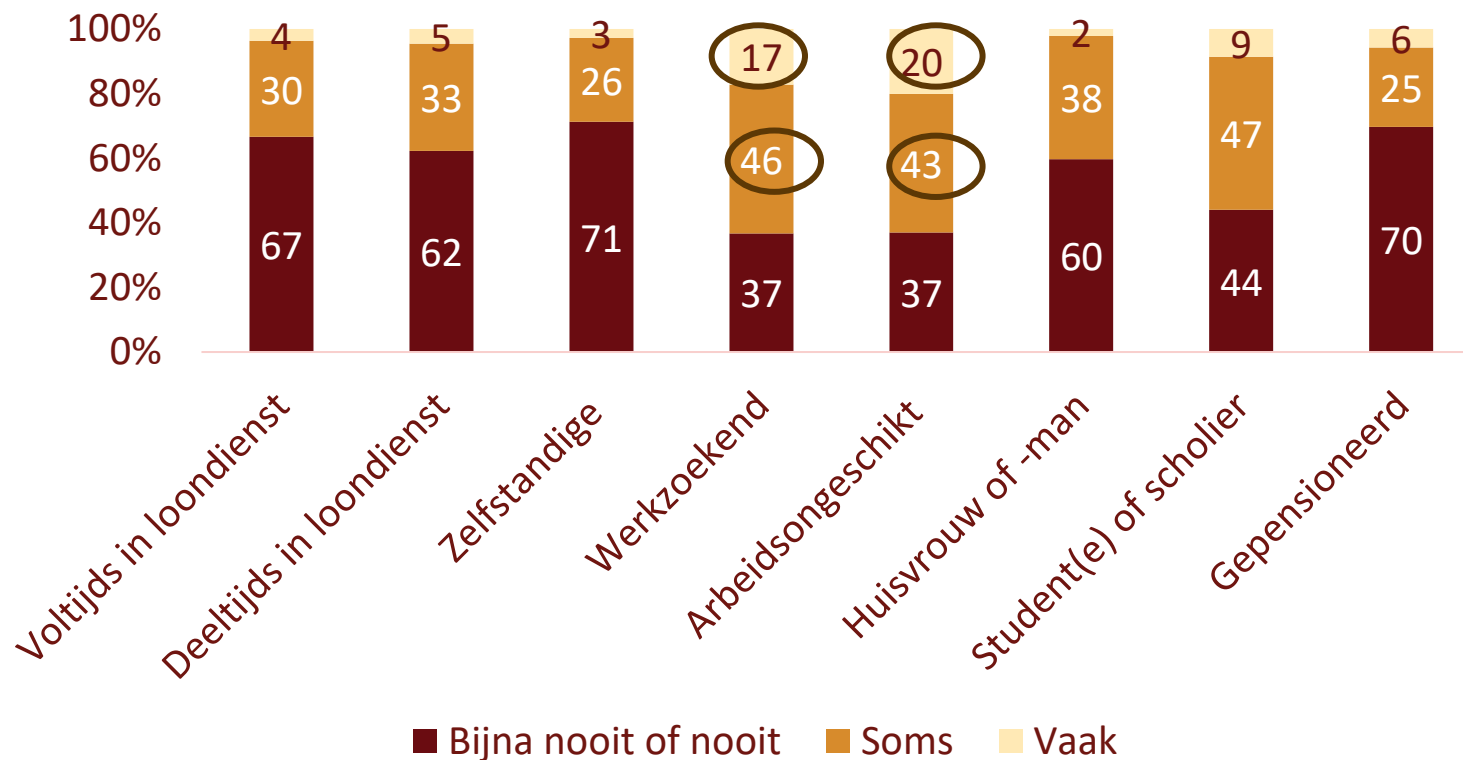
Eenzaamheid naar inkomen

- Van de huishoudens met de 20% **hoogste** inkomens voelde **25%** zich 'altijd, meestal of soms' eenzaam (in de 4 weken voor de bevraging)
- Van de 20% **armste** huishoudens voelde **45%** zich 'altijd, meestal of soms' eenzaam (in de 4 weken voor de bevraging)



Eenzaamheid naar werkstatus

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



Bron: Strategisch Basisonderzoek Eenzaamheid en de buurt, 2024.
c²-test: p<0.01.

Eenzaamheidstypes



Emotionele eenzaamheid

Het missen van een hechte band met één of enkele personen, zoals een partner of een beste vriend(in)



Sociale eenzaamheid

Het missen van bredere kring van vrienden, kennissen



Existentiële eenzaamheid

Het gevoel fundamenteel alleen te staan in het leven, vaak gepaard met gevoelens van leegte, zinloosheid of verlies



Collectieve eenzaamheid

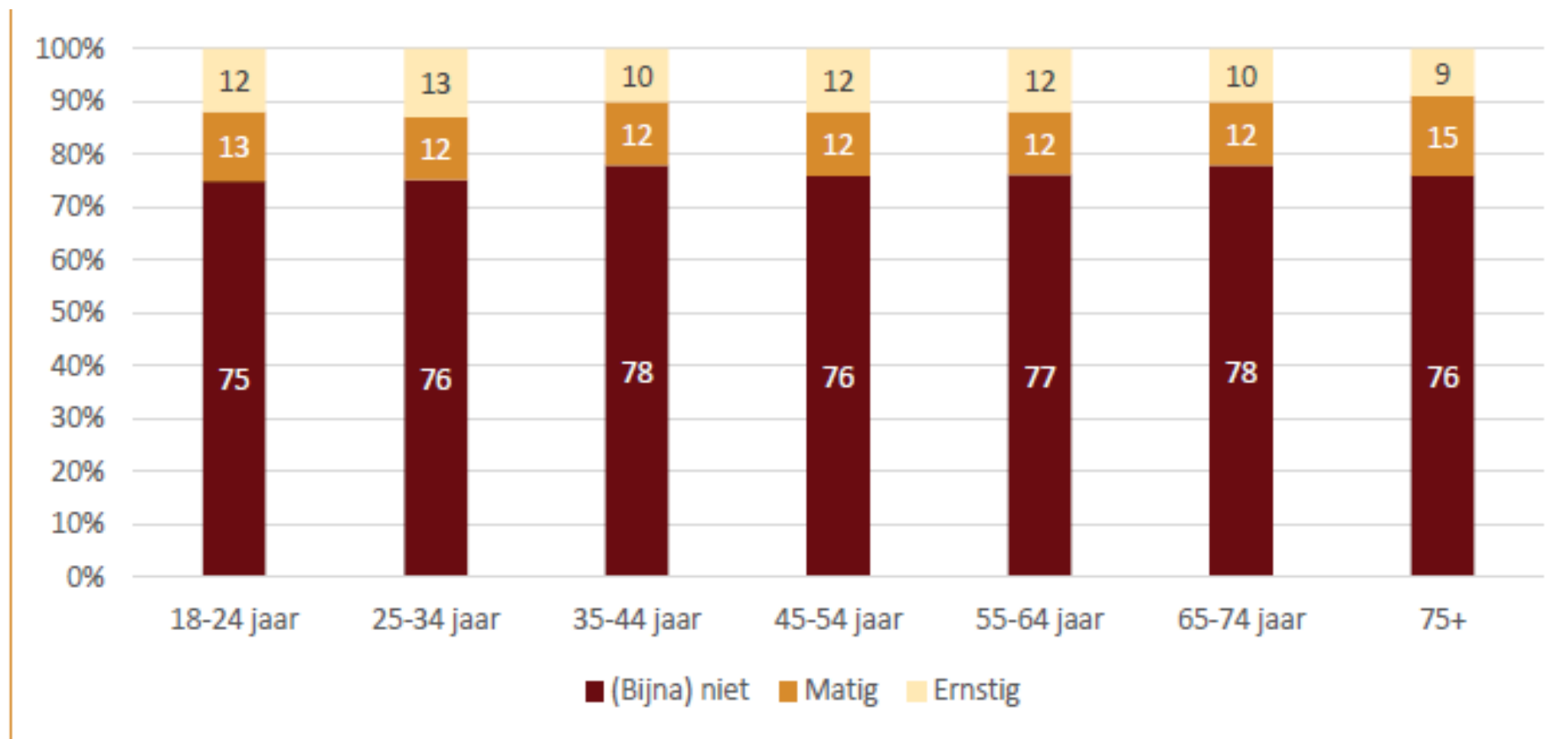
Het missen van verbinding met een bredere groep of gemeenschap



EENZAAMHEID
EN DE BUURT

Sociale eenzaamheid volgens leeftijd

Figuur. Sociale eenzaamheid naar leeftijd bij volwassenen in Vlaanderen, 2024 (%; N=3716).

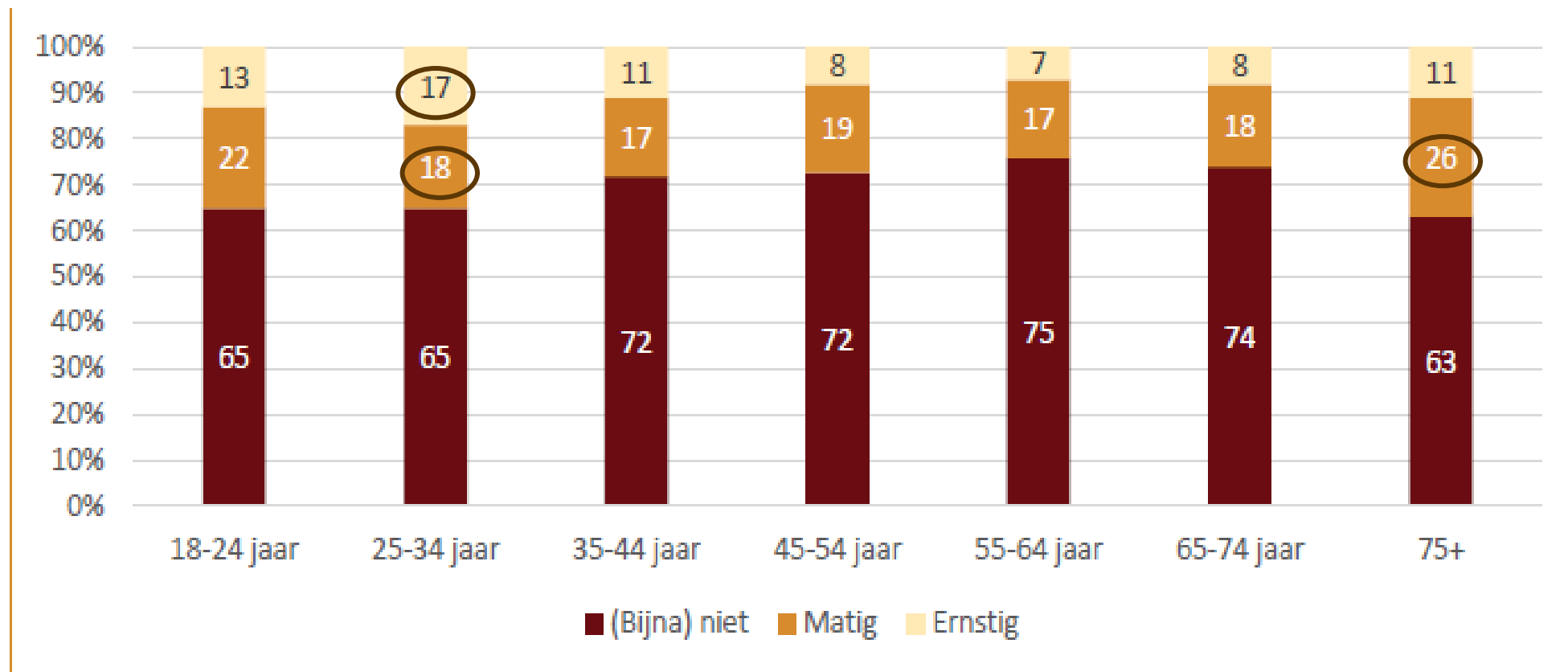


Bron: Strategisch Basisonderzoek Eenzaamheid en de buurt, 2024.



Emotionele eenzaamheid volgens leeftijd

Figuur. Emotionele eenzaamheid naar leeftijd bij volwassenen in Vlaanderen, 2024 (%; N=3720).



Bron: Strategisch Basisonderzoek Eenzaamheid en de buurt, 2024.





Risicogroepen voor eenzaamheid

- Ouderen én jongvolwassenen
- Lage socio-economische status
 - Een laag inkomen
 - Moeilijkheden om rond te komen
 - Niet beroepsactief zijn
- Verlies partner
 - Door verweduwing of scheiding
- Gezondheidsproblemen of beperkingen
- Alleenwonend

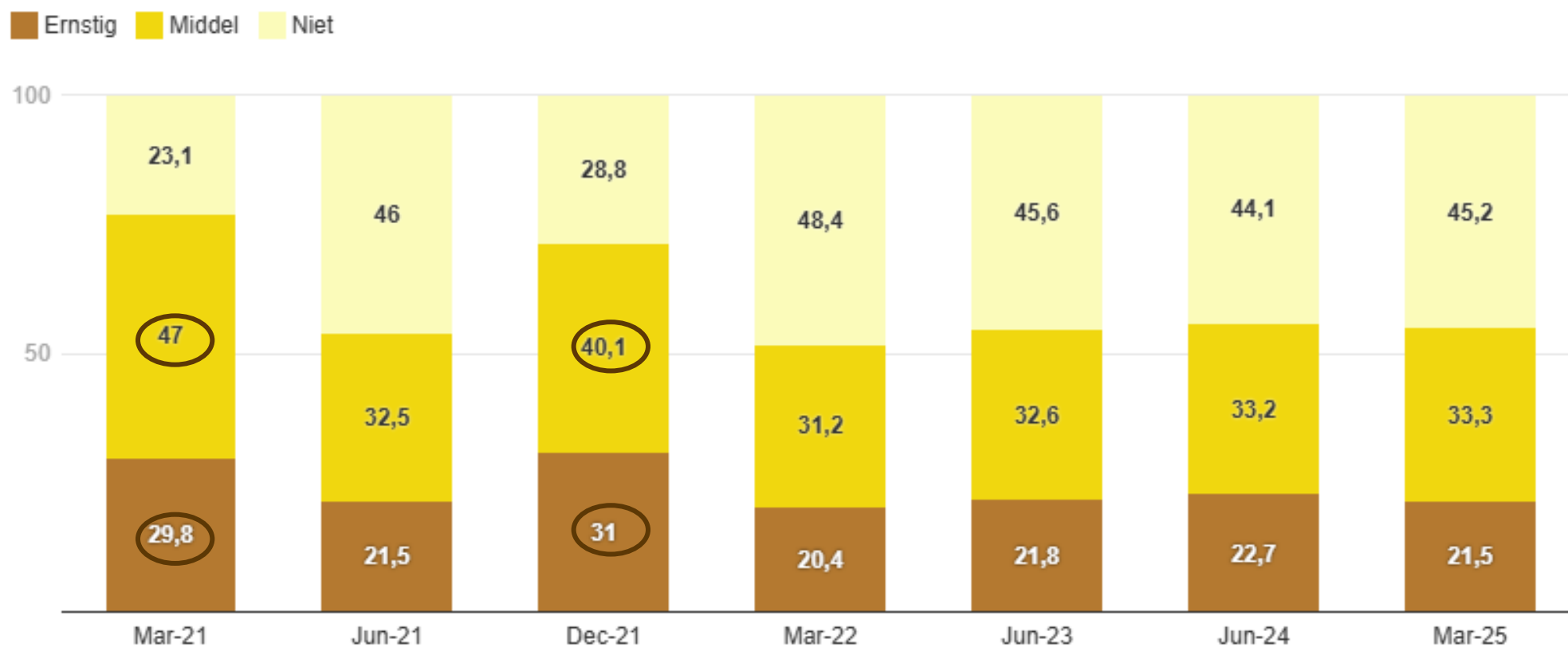


Eenzaamheid en covid-19



Eenzaamheid tijdens en na covid-19

Figuur. **Evolutie** van eenzaamheid in Vlaanderen, 2021-2025 (%).



Grafiek: DKBUZA • Bron: Sciensano



EENZAAMHEID
EN DE BUURT



Dossier COVID-19

Vlaamse burgemeesters zien eenzaamheid pieken door corona: "Mensen kwijnen weg, maar we staan machteloos"

Vlaanderen gaat gebukt onder eenzaamheid: meer dan 9 op de 10 burgemeesters zeggen dat de eenzaamheid bij hun inwoners is toegenomen door corona. Dat blijkt uit de rondvraag van Radio 2 en de UGent. Bijna alle gemeenten proberen er iets aan te doen. Er wordt massaal rondgebeld, vrijwilligers brengen stoepbezoekjes en veel gemeenten delen kaartjes uit. "Zien dat mensen wegkwijnen in eenzaamheid en daar zo weinig kunnen aan doen, doet pijn." Motivatiepsycholoog Maarten Vansteenkiste pleit voor extra overheidsmaatregelen.

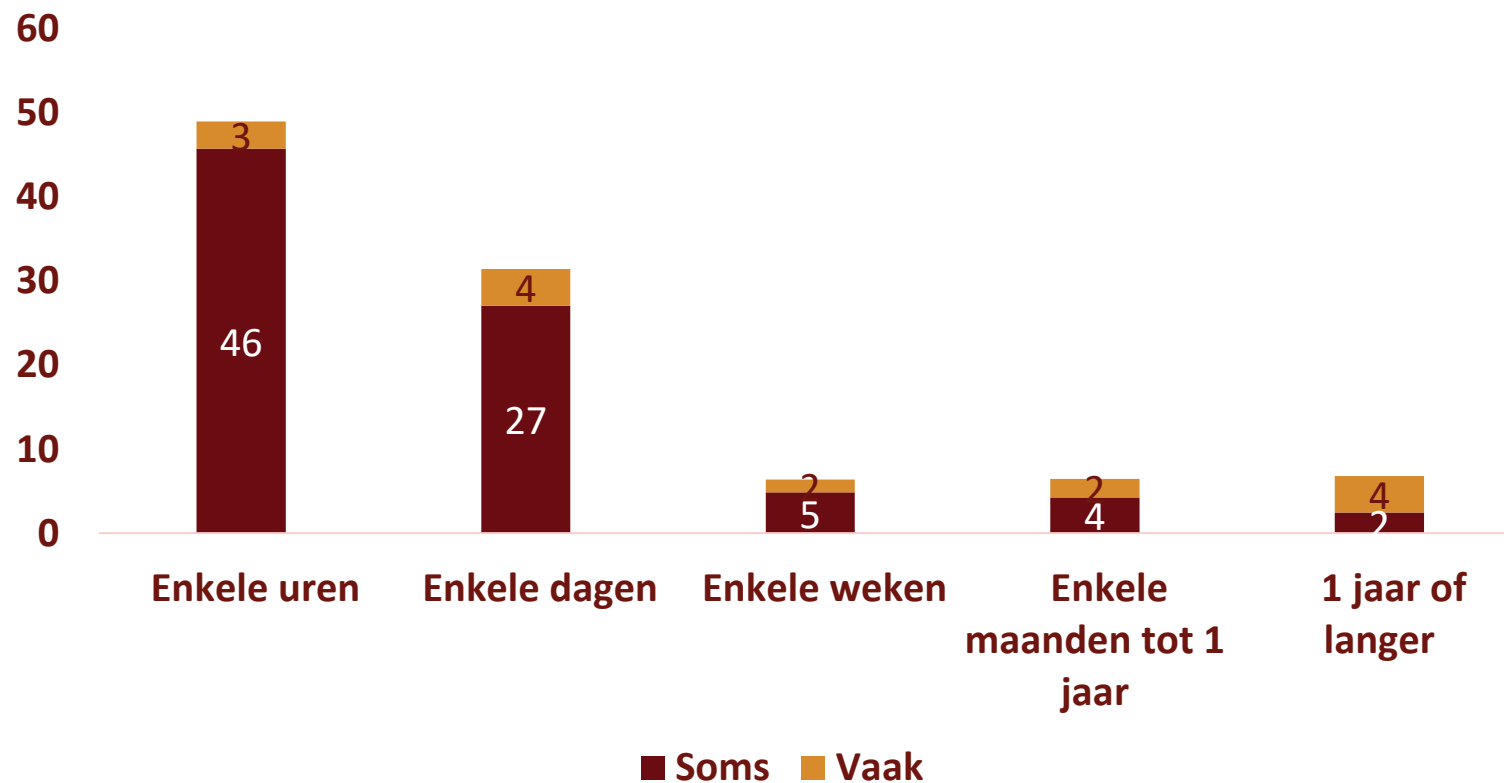


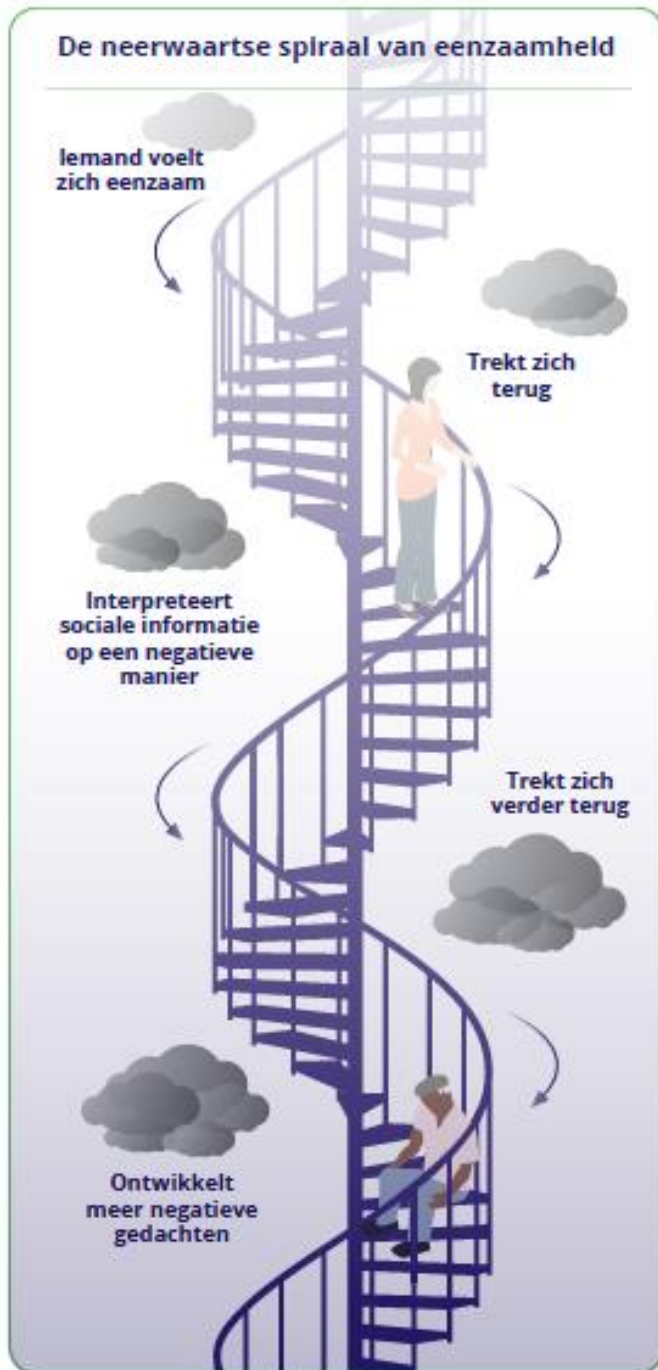
Waarom is de aanpak van eenzaamheid belangrijk?



Duurtijd eenzaamheid

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





De duur van de eenzaamheid is van belang

- Tijdelijke eenzaamheid
- Situationele eenzaamheid
- Chronische eenzaamheid



Negatieve gevolgen van eenzaamheid

- Eenzaamheid heeft een grote impact en kan leiden tot
 - mentale en fysieke gezondheidsrisico's
 - minder deelname aan de samenleving
 - minder geluk en lager welbevinden.



Wist je dat? Een chronisch gevoel van eenzaamheid is even ongezond als het roken van een pakje sigaretten per dag.

Impact samenleving

- Minder onderling vertrouwen in de samenleving
- Geschatte jaarlijkse kostprijs voor België
 - 3,2 miljard euro directe kosten (o.a. voor medische zorg door huisartsen, farmacologie)
 - tussen 2 en 10 miljard euro indirecte kosten (o.a. via de werkgelegenheidsgraad, levensstijlfactoren, mortaliteit)



Bron: Pacolet et al., 2023

De aanpak: kom je al in de buurt?



Eenzijdig, en nog te vaak een louter individuele bril...

Onderzoek, bestuderen van:

- eenzaamheid als **individuele** ervaring
- **individuele** risicokarakteristieken
- **individuele** levensgebeurtenissen die leiden tot eenzaamheid....

Oplossingen voor eenzaamheid wijzen vaak in dezelfde (**individuele**) richting:

- Eenzame mensen hun sociale vaardigheden versterken
- Eenzame mensen toeleiden naar sociale activiteiten
- Psychologische hulpverlening voor eenzame mensen
- ...



Aandacht voor de buurt

Welke buurtkenmerken hangen samen met
eenzaamheid,
hoe beïnvloeden ze elkaar,
en welke interventies op buurtniveau kunnen
eenzaamheid aanpakken?



Wat is 'de buurt'?

Tabel: wat beschouwt men het meest als hun buurt? (%)

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



Welke buurtkenmerken hangen samen met
eenzaamheid,

hoe beïnvloeden ze elkaar,

en welke interventies op buurtniveau kunnen
eenzaamheid aanpakken?



Fysieke buurtkenmerken

- Aanwezigheid van groen
- Afstand tot een winkel, bakker, bibliotheken,...
- Aanwezigheid van straatverlichting, lawaaihinder of verloedering,...
- Kwaliteit van voet- en fietspaden, bankjes, ...
- Oversteekplaatsen



Fysieke buurtkenmerken en het verband met eenzaamheid

- Meer verbondenheid door **groen** in de buurt met een sterker effect op mensen die alleen wonen
- **Mobiliteitsvriendelijke** buurten (op basis van index bewandelbaarheid, (verkeers)veiligheid, toegankelijkheid voorzieningen) leiden tot minder eenzaamheid
- Gebrek aan **zitbanken**, aanwezigheid van gevaarlijke **kruispunten** en zwerfvuil leidt tot meer eenzaamheid

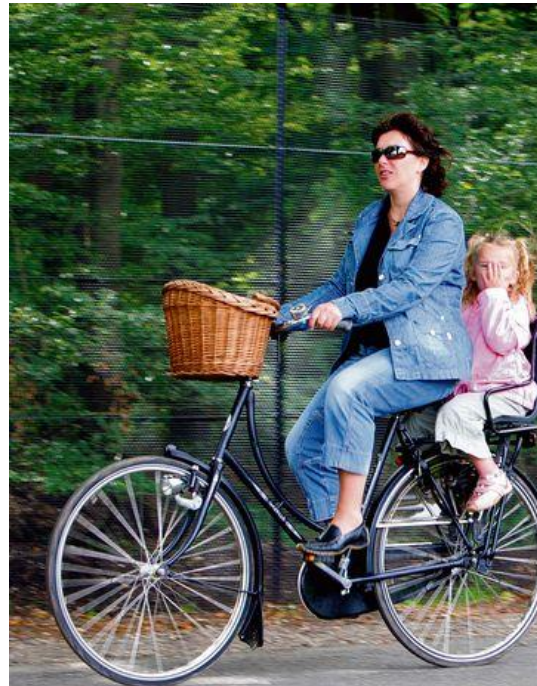


Sociale buurtkenmerken

Buren



Passanten



Mensen die er werken





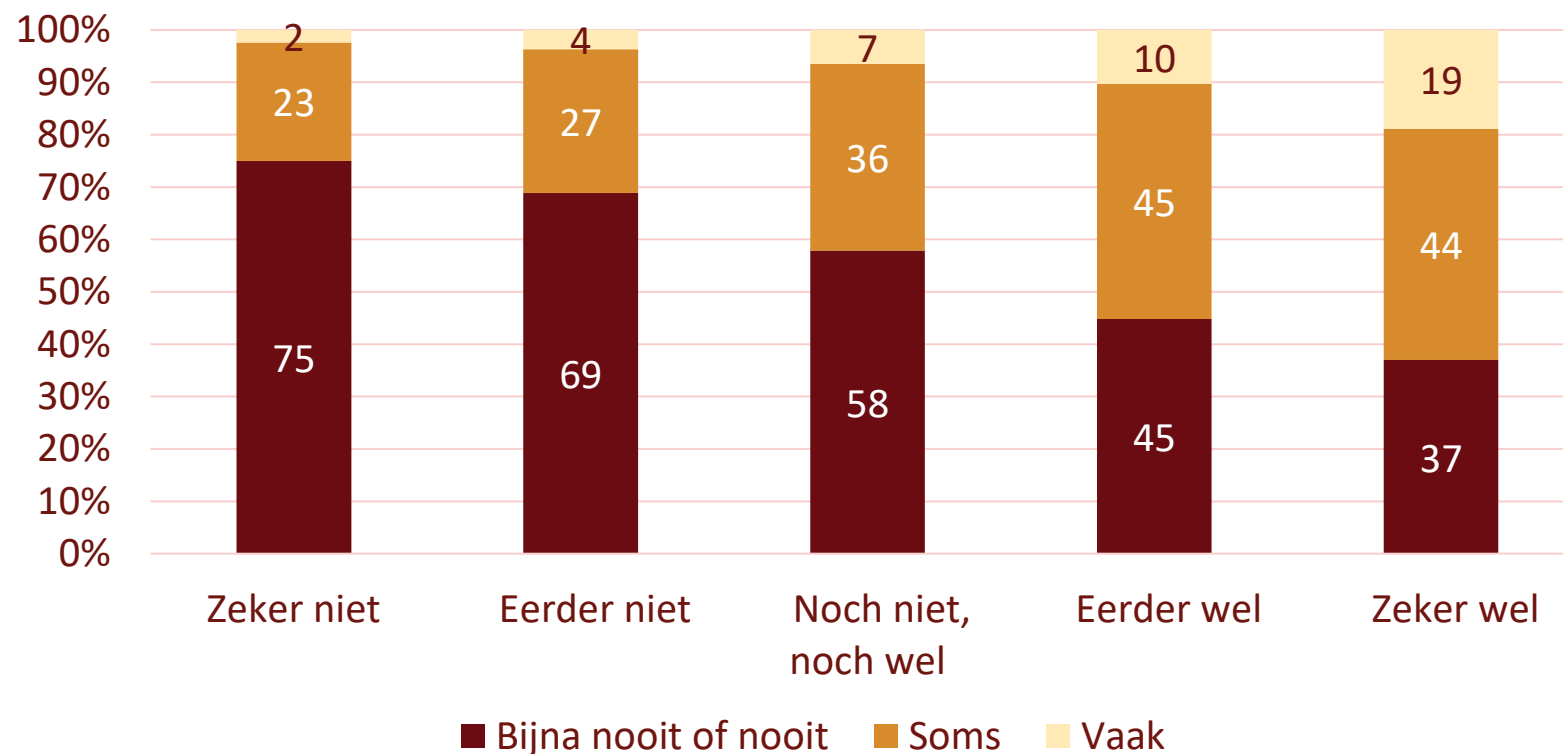
Sociale buurtkenmerken en het verband met eenzaamheid

- Beter een goede buur dan een verre vriend: **contact met buren** als buffer tegen eenzaamheid (zeker bij ouderen)
- Zich **deel voelen uitmaken van de buurt** vermindert het risico op eenzaamheid
- In een buurt wonen waar veel **armoede** is, verhoogt het risico op eenzaamheid
- Zowel het subjectief gevoel van **veiligheid** als het objectief gemeten **geweld** in de buurt hebben een belangrijke impact op gevoelens van eenzaamheid



Verband verhuiscwens en eenzaamheid

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



Buurttypes en detectietool



Insteek van de buurtdetectietool

Instrument dat lokale overheden, organisaties, ... in staat moet stellen om **buurten te detecteren met een verhoogd risico op eenzaamheid** in Vlaanderen

Een eerste stap om binnen een gemeente of regio, op basis van breed beschikbare buurtgegevens, een zicht te krijgen op mogelijke **aandachtsbuurten met een verhoogd risico op eenzaamheid**



Wat doet de buurtdetectietool?

1. Brengt buurten in Vlaanderen in kaart op basis van objectieve buurtkenmerken
2. Groepeert buurten met gelijkaardige kenmerken in **buurttypes**
3. Bekijkt hoe de bewoners in die verschillende buurttypes van elkaar verschillen op vlak van **eenzaamheid**
4. Laat zo toe om mogelijke **aandachtsbuurten voor eenzaamheid** te identificeren



Vijf buurttypes in Vlaanderen

Op basis van 17 buurtkenmerken die samenhangen met eenzaamheid hebben we alle Vlaamse buurten kunnen opdelen in volgende buurttypes:

1. Dichtbebouwde, grijze buurten met een hoge kwetsbaarheid en veel verhuisbewegingen
2. Dunner bebouwde, grijze buurten met weinig voorzieningen en gemiddelde kwetsbaarheid
3. Zeer groene buurten met een lage kwetsbaarheid
4. Buurten met een zeer hoge kwetsbaarheid met veel groen en eerder veel verhuisbewegingen
5. Buurten met weinig verhuisbewegingen en lage kwetsbaarheid, dichter bebouwd en eerder groen

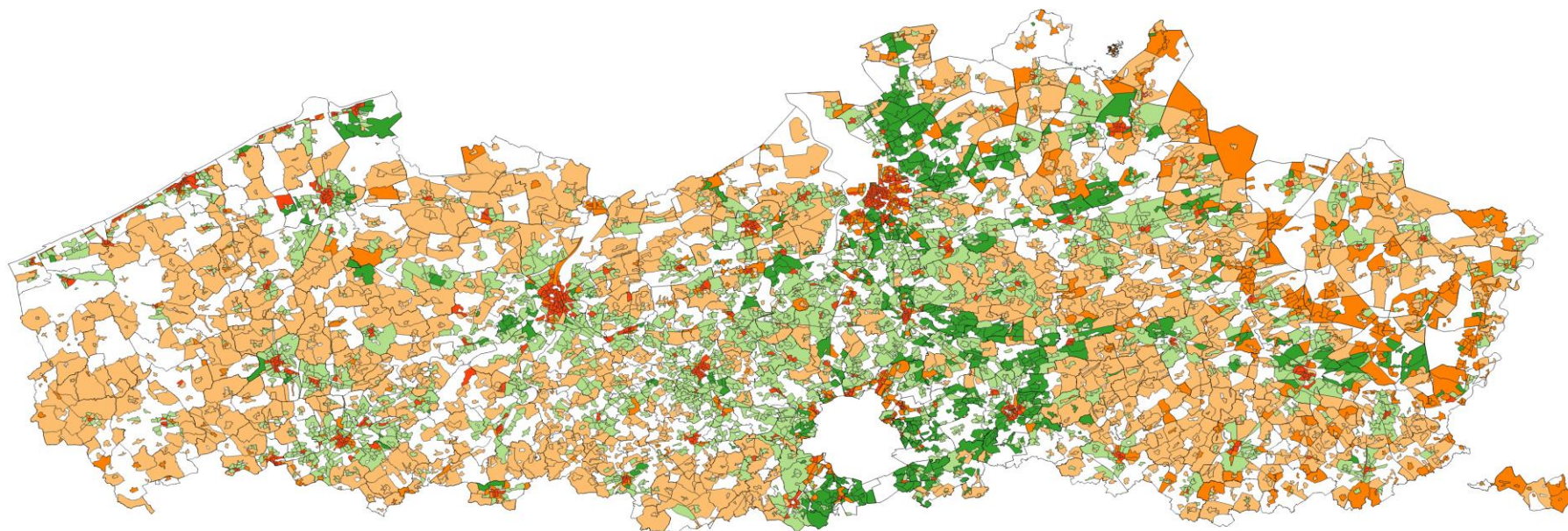


Buurttypes en eenzaamheidstypes (2)

Buurtype	Omschrijving	Risico op eenzaamheid
Type 1	Dichtbebouwde, grijze buurten met hoge kwetsbaarheid en veel verhuisbewegingen	Hoogst
Type 2	Dunner bebouwde, grijze buurten met weinig voorzieningen en gemiddelde kwetsbaarheid	Gemiddeld
Type 3	Zeer groene buurten met lage kwetsbaarheid	Laagst
Type 4	Buurten met hoge kwetsbaarheid, veel groen en veel verhuisbewegingen	Hoger
Type 5	Buurten met weinig verhuisbewegingen en lage kwetsbaarheid, dichter bebouwd en eerder groen	Gemiddeld



Detectiekaart Vlaanderen



— Gemeenten

Detectietool

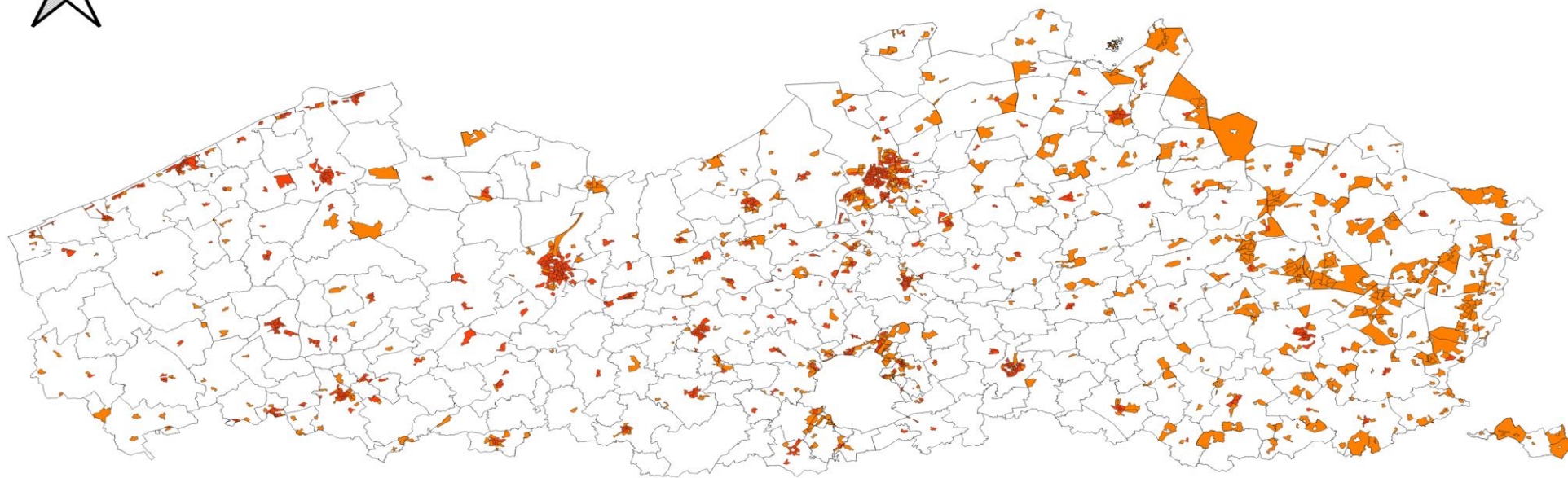
-  Dichtbebouwde, grijze buurten met hoge kwetsbaarheid en veel verhuisbewegingen
-  Dunner bebouwde, grijze buurten met weinig voorzieningen en gemiddelde kwetsbaarheid
-  Groene buurten met lage kwetsbaarheid
-  Buurten met hoge kwetsbaarheid, gekenmerkt door veel groen en veel verhuisbewegingen
-  Buurten met weinig verhuisbewegingen en lage kwetsbaarheid, dichter bebouwd en eerder groen

0 10 20 km



EENZAAMHEID
EN DE BUURT

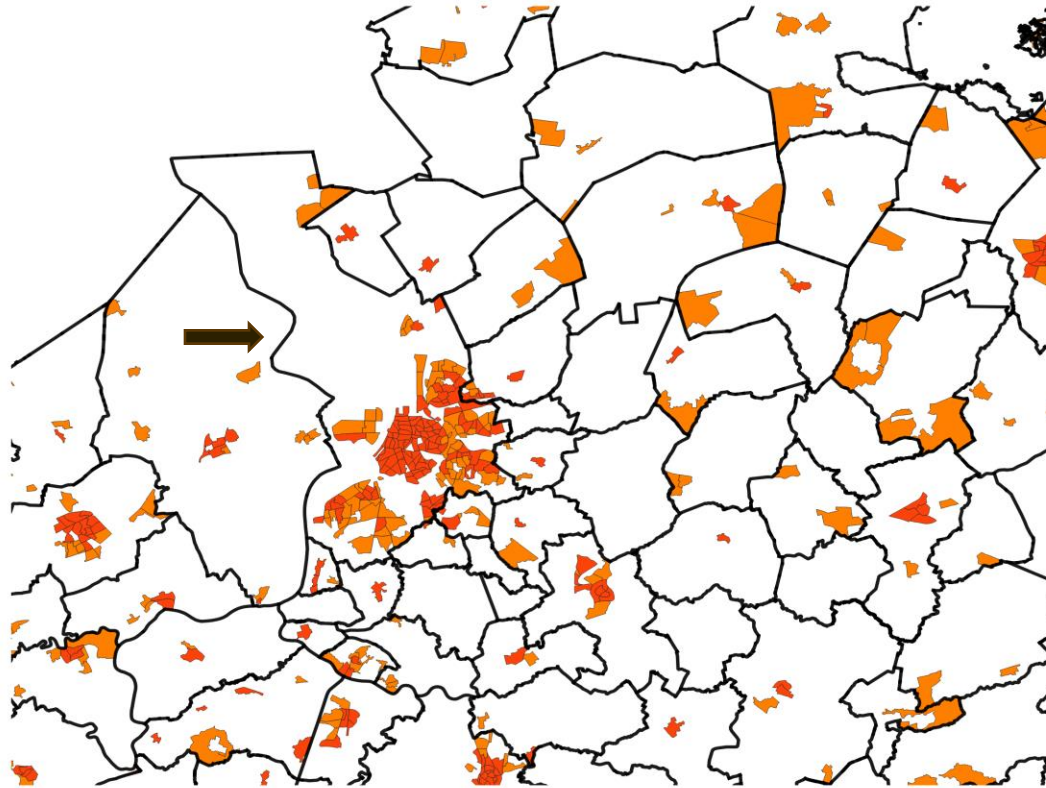
Detectiekaart Vlaanderen: hoger risico



0 10 20 km

Gemeenten
Detectietool
Dichtbebouwde, grijze buurten met hoge kwetsbaarheid en veel verhuisbewegingen
Buurten met hoge kwetsbaarheid, gekenmerkt door veel groen en veel verhuisbewegingen

Detectiekaart regio Antwerpen: hoger risico



0 5 10 km

— Gemeenten

Detectietool

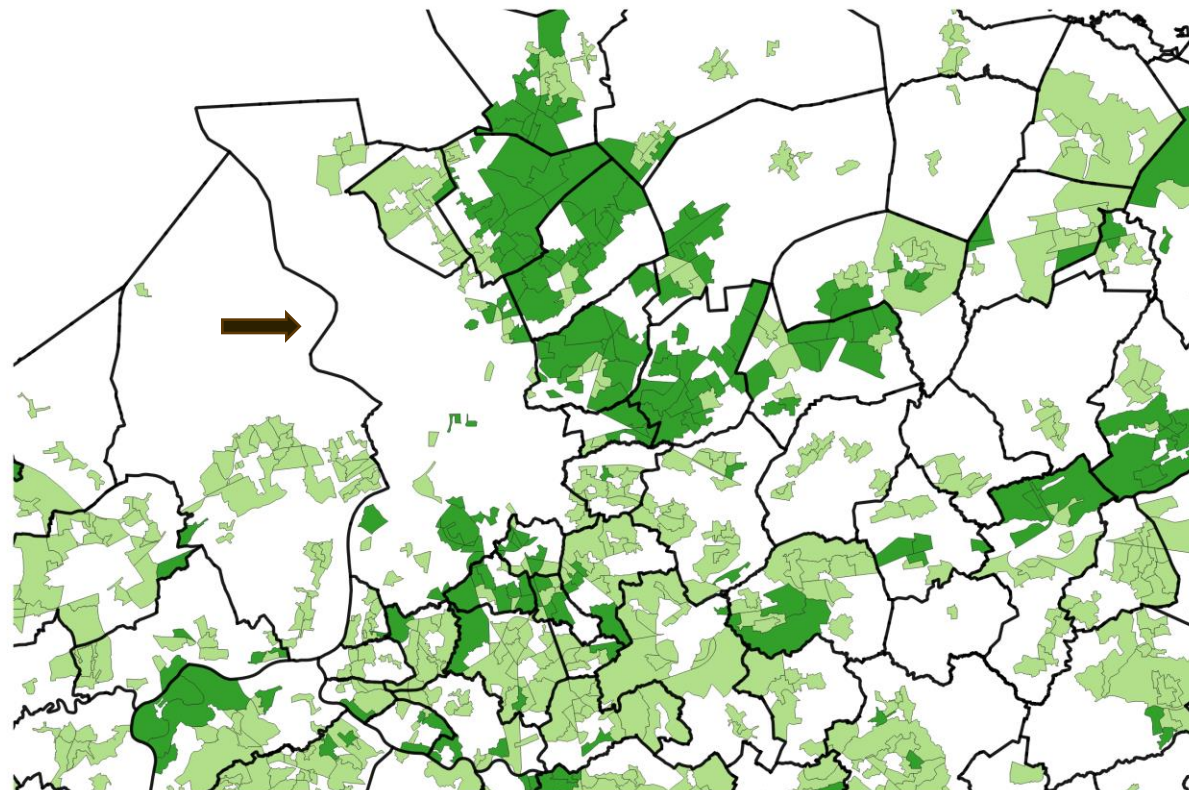
■ Dichtbebouwde, grijze buurten met hoge kwetsbaarheid en veel verhuisbewegingen

■ Buurten met hoge kwetsbaarheid, gekenmerkt door veel groen en veel verhuisbewegingen



EENZAAMHEID
EN DE BUURT

Detectiekaart regio Antwerpen: lager risico



Gemeenten

Detectietool

Groene buurten met lage kwetsbaarheid

Buurten met weinig verhuisbewegingen en lage kwetsbaarheid, dichter bebouwd en eerder groen



EENZAAMHEID
EN DE BUURT

Welke buurtkenmerken hangen samen met
eenzaamheid,
hoe beïnvloeden ze elkaar,
en welke interventies op buurtniveau kunnen
eenzaamheid aanpakken?





Buurtcase studies

Buurtcasestudies



Stavele, Alveringem



Anneessens, Brussel



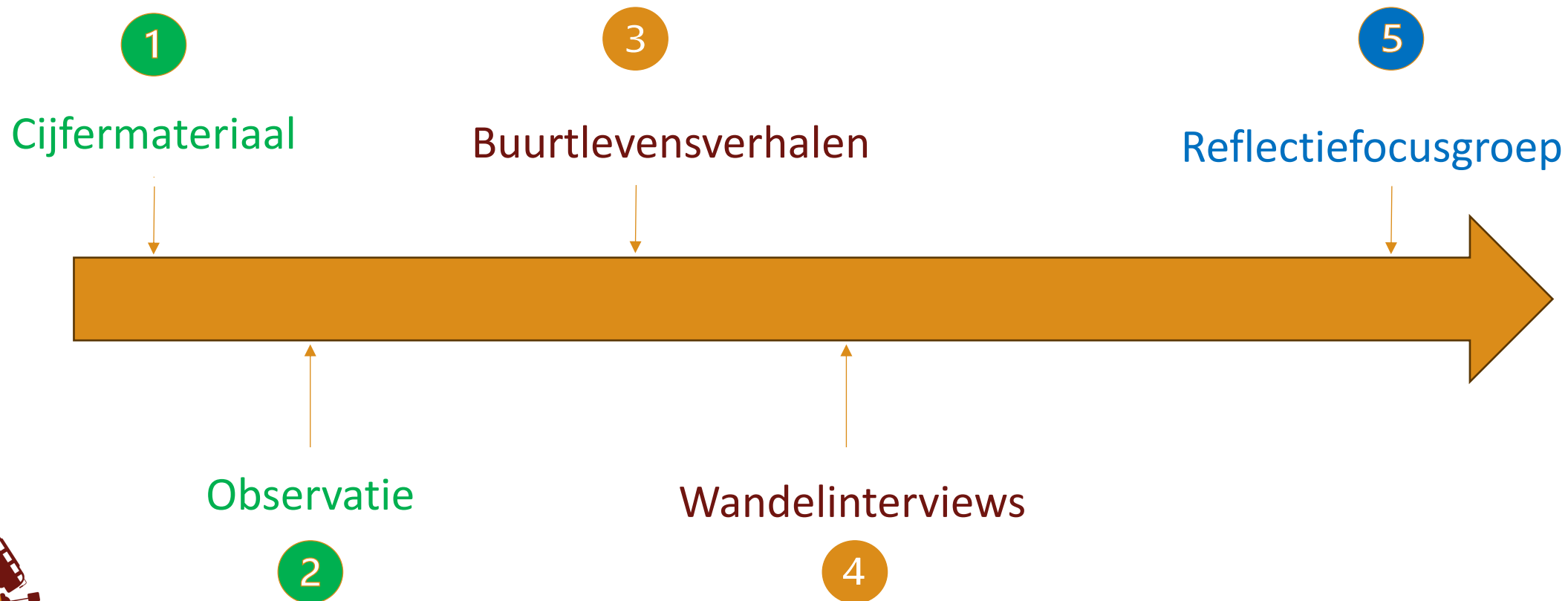
Rozekensbos, Aalst



Centrum Turnhout



Onderzoek: wat en hoe?



Deelnemers

Buurtlevensverhalen

- 3 focusgroepen per case met buurtbewoners en betrokkenen
- 51 deelnemers
- 19 mannen & 32 vrouwen
- Leeftijdsklasse 22 – 85, gemiddeld eerder ouder

Wandelinterviews

- 21 mannen & 22 vrouwen

Leeftijdverdeling	N
18-30 jaar	8
31-40 jaar	4
41-50 jaar	7
51-60 jaar	7
61-70 jaar	9
71+	8



De buurt: 5 grote thema's

1. Ontmoetingsplekken
2. Groen en blauw in de buurt
3. Fysieke inrichting van de buurt
4. Trots en waardering
5. Tijdsdimensie: verleden, heden en toekomst van de buurt

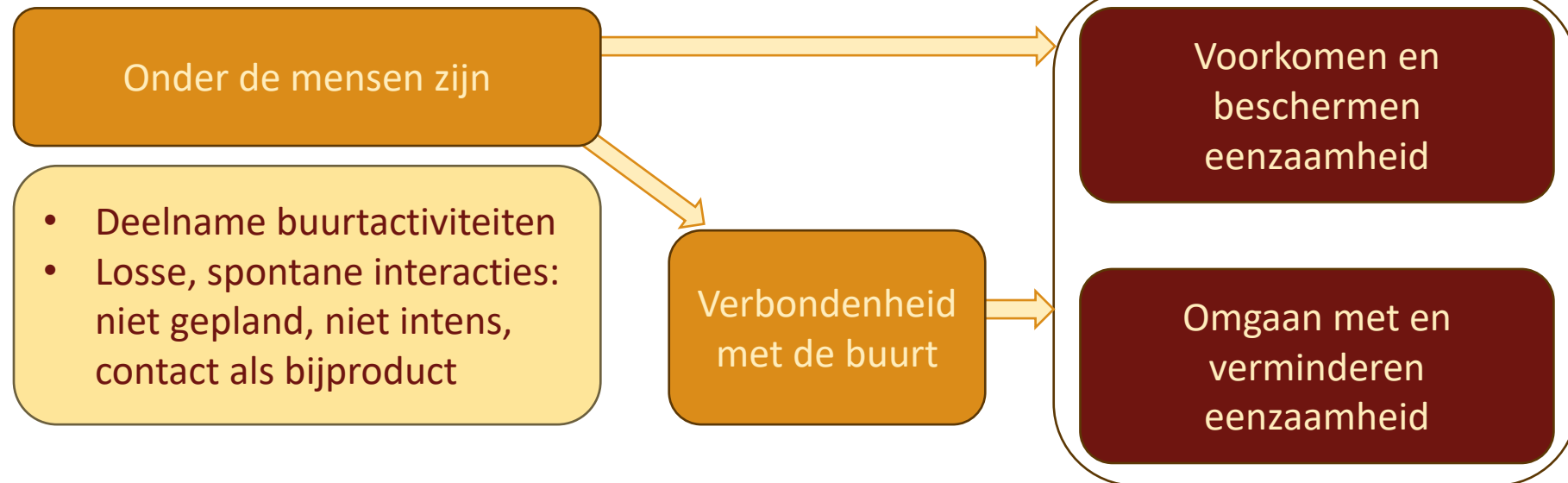
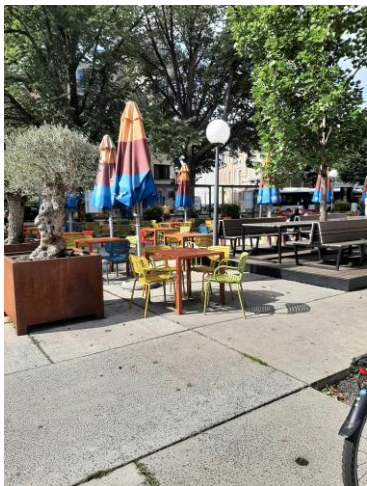


Ontmoetingsplekken

- Spontane en georganiseerde ontmoetingsmogelijkheden
- Zowel 'tijdelijke' (vb. kermis) als 'vaste' plekken
- Sociale infrastructuur: ontmoeting mogelijk maken
 - Derde plekken (vb. winkels)
 - Plaatsen waar je langs gaat (vb. straat)



Ontmoetingsplekken: relatie eenzaamheid



“Ik heb wel momenten van eenzaamheid gehad, en dan probeer ik mezelf te verplichten om één of twee keer per week een koffie te gaan drinken op café. Dat ik toch wel wat sociaal contact heb en dat ik een keer andere mensen zie.”





De bibliotheek wordt vervangen door een "onpersoonlijk" bibpunt.

Foto: Google Maps

Seniorenraad in Tielen betreurt verdwijnen van bibliotheek: "Waar moeten we dan koffie drinken en babbelen?"

De senioren in Tielen, in Kasterlee, zijn ontevreden over het verdwijnen van hun vertrouwde bibliotheek. Eind 2026 starten er werken waardoor de dorpskern er helemaal anders zal uitzien. Op de plaats van de bibliotheek komt een ontmoetingscentrum met een onbemand bibpunt.

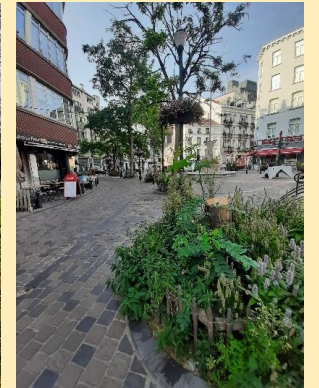
radio2, Nora Eurlings

wo 09 okt 14:13



Groen in de buurt

- Zicht op groen
- Groen in straatbeeld
- Parken of pleinen met groen
- Grotere gebieden met groen (vb. bos, natuurgebied, riviervallei...)



Groen: relatie eenzaamheid



Onder de mensen zijn

- Spontane contacten
- Samen vertoeven

Voorkomen en
beschermen
eenzaamheid

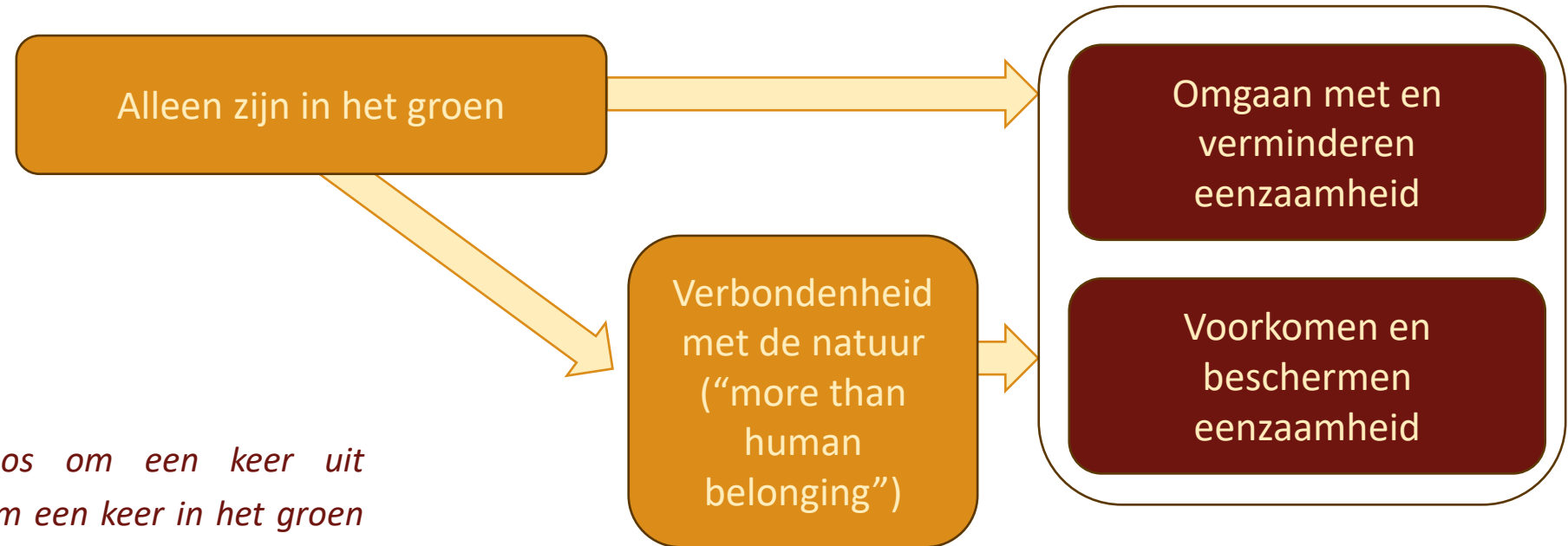
Omgaan met en
verminderen
eenzaamheid

“Als we met de hond gaan wandelen kom ik hier super vaak. Dat is een heel aangenaam plekje in, heel rustig. En meestal hier is het ook altijd wel heel ontspannen. Iedereen die je tegenkomt zegt ook vriendelijk goedendag .”





Groen: relatie eenzaamheid



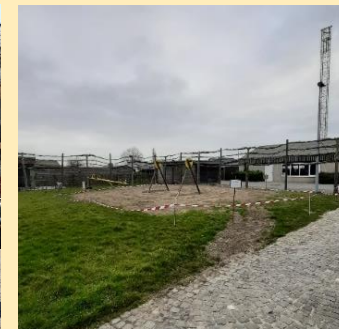
“Ik kom naar het Rozekensbos om een keer uit eenzaamheid te zijn, eigenlijk. Om een keer in het groen te zitten, om in de natuur te zitten. Het is een andere vibratie buiten dan binnen hé. Het is een andere vibratie in de natuur dan tussen die betonnen stenen.”

“Mensen die eenzaam zijn en die in de natuur gaan: je kan in de natuur zoveel troost vinden. Dat is zo deugddoend ook hè?”

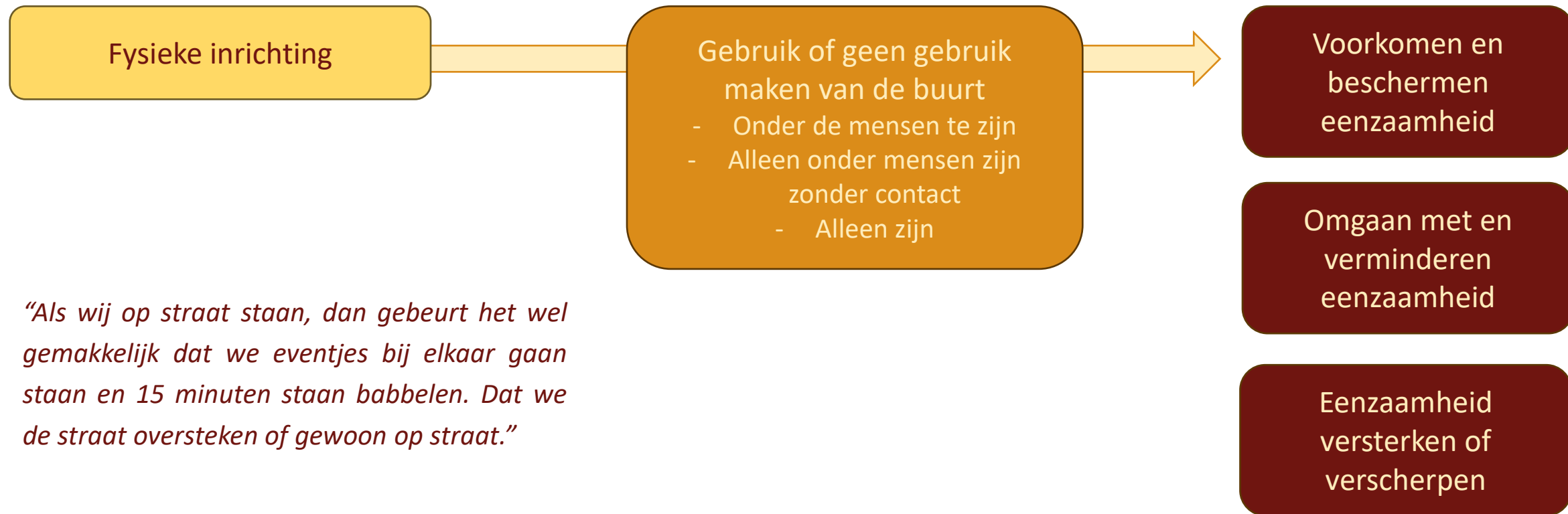


Fysieke inrichting

- Straatmeubilair
- Bewandelbaarheid
- Paadjes en doorgangen
- Oversteekbaarheid en drukte
- Schaal en hoogte bebouwing
- Architectuur



Fysieke inrichting: relatie eenzaamheid



“Als wij op straat staan, dan gebeurt het wel gemakkelijk dat we eventjes bij elkaar gaan staan en 15 minuten staan babbelen. Dat we de straat oversteken of gewoon op straat.”



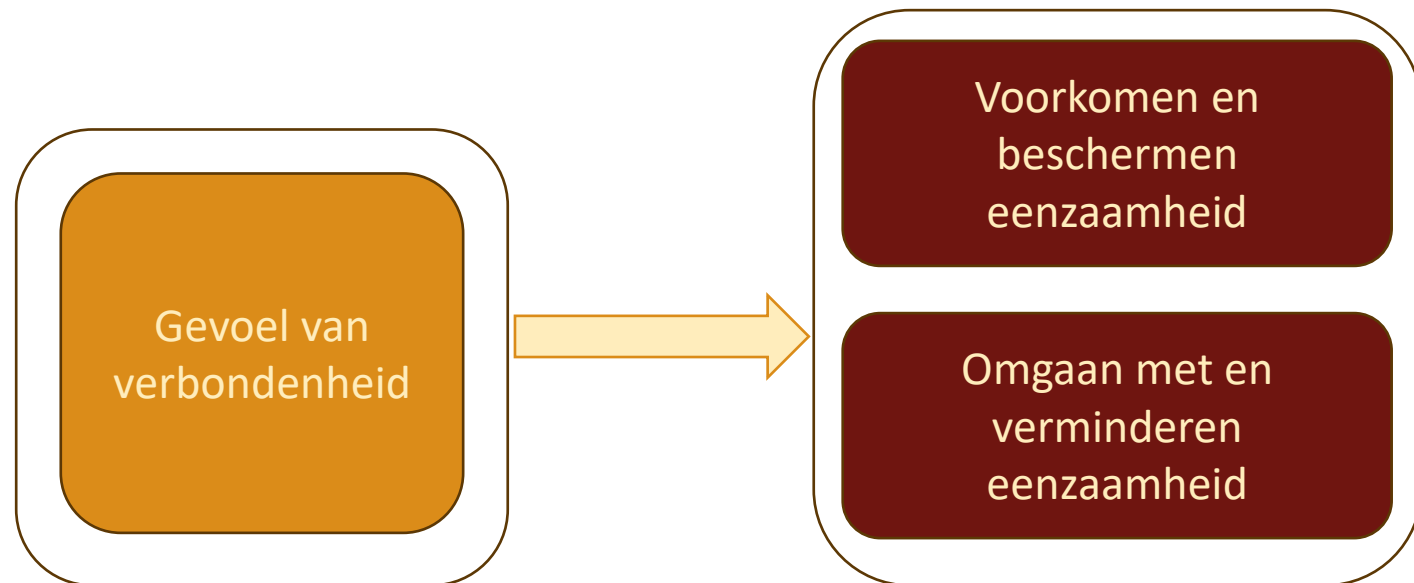
Trots en waardering

- Trots versus negatief imago
- Waardering voor de buurt
 - Investeringsen
 - Onderhoud
 - (verdwijnen van) diensten en voorzieningen, mooie architectuur en groene plaatsen
- Waardering voor buurtbewoners (vb. participatie)



Trots en waardering: relatie eenzaamheid

“Dat mensen zich verbonden voelen met elkaar. Met elkaar is moeilijk. Maar als je je op zijn minst verbonden voelt met de stad, dan is dat toch al een gedeelde noemer? [...] Dat klinkt nu wat onnozel, maar geeft iets meer dat ‘wij-gevoel’ dan dat je je alleen voelt in de stad”



Trots en waardering: relatie eenzaamheid



“En hier komt mijn dochter ook niet. Ze heeft het hier niet graag. Ik zie haar niet veel.”



Tijdsdimensie

- Verdwijnen diensten en voorzieningen
- Verdwijnen betekenisvolle plaatsen
- Demografische veranderingen
- Gentrificatie en toerisme
- Onzekerheid over toekomst



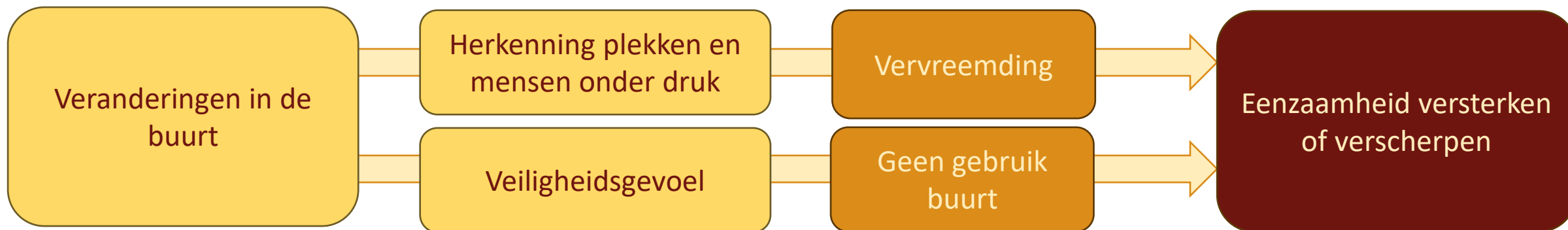
Tijdsdimensie: relatie eenzaamheid



“Een plek waar ik de meeste mensen ken, is het kerkhof. Ik kom hier regelmatig. Dan ben ik een beetje nostalgisch. De ruimte, de stilte en de herinnering. Herinneringen aan bepaalde mensen.”



Tijdsdimensie: relatie eenzaamheid



“Vroeger ging ik dikwijls rond 12u 's nachts nog met de hond wandelen. En hoewel er toen meer hagen en zo waren, had je niet zo'n schrik zoals nu. Hoewel het hier goed verlicht is, hè? Maar dat gevoel is anders. Ik weet het niet. Ik vind dat ze de mensen meer schrik aanjagen. Vroeger voelde ik me toch veiliger om 's nachts of in 't donker buiten te komen dan nu.”

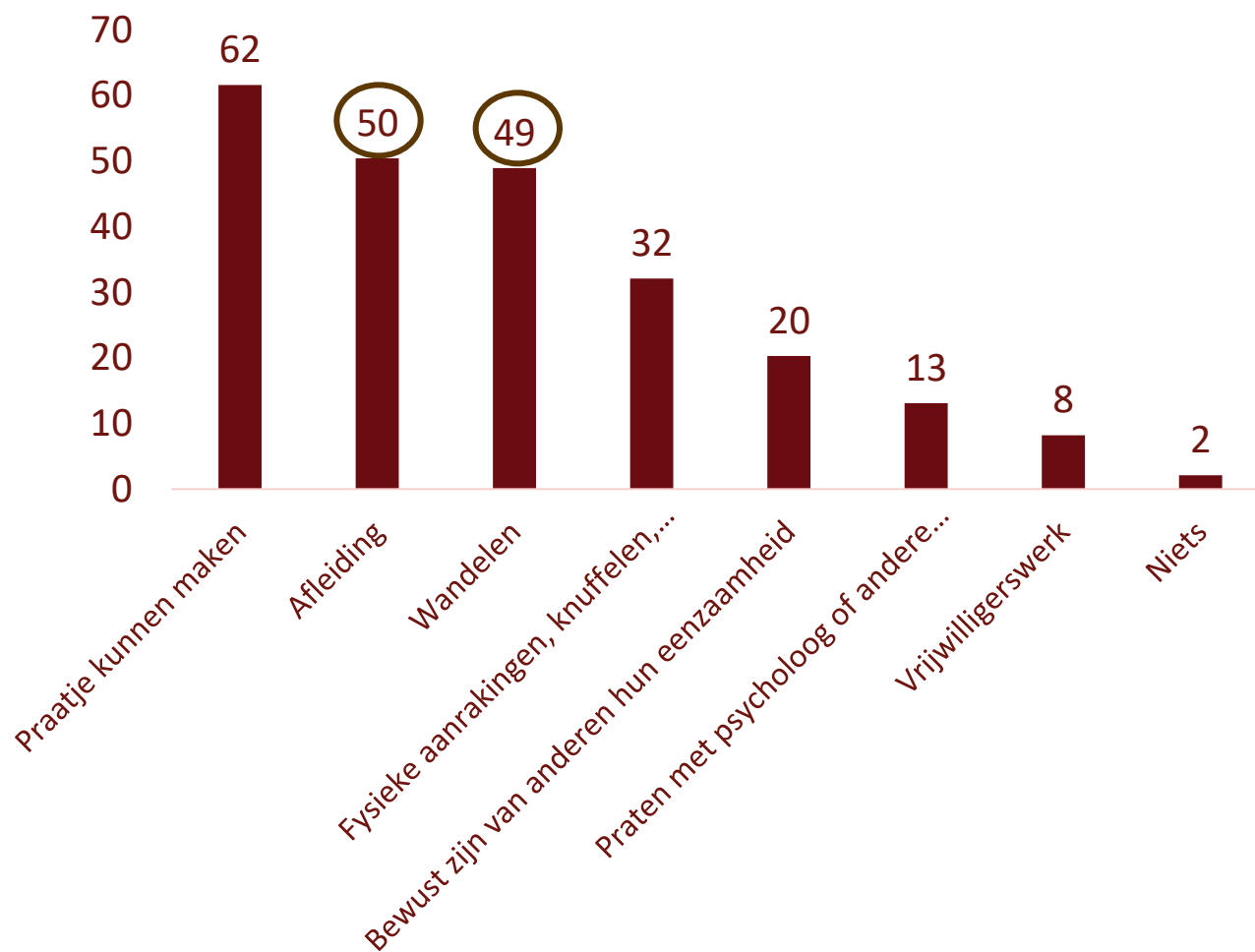


Welke buurtkenmerken hangen samen met
eenzaamheid,
hoe beïnvloeden ze elkaar,
en welke interventies op buurtniveau kunnen
eenzaamheid aanpakken?



Wat helpt tegen eenzaamheid?

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



Zorgzame buurten: verder dan een individuele aanpak (?)

“In een Zorgzame Buurt wonen mensen comfortabel in hun woning of vertrouwde buurt. Het is een buurt waar jong en oud elkaar kennen en helpen. In een Zorgzame Buurt staat levenskwaliteit centraal, voorzieningen en diensten zijn er voor iedereen toegankelijk. Iedereen voelt er zich goed en wordt geholpen, ongeacht de ondersteuningsbehoeften” (Vlaamse Overheid, 2024).



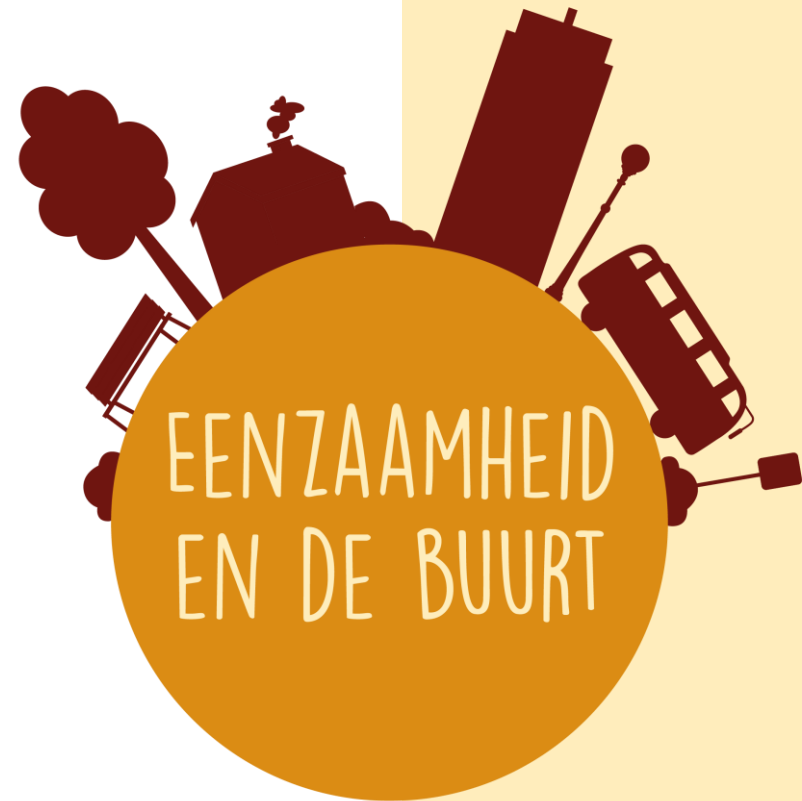
77% van de lokale besturen kadert de eenzaamheidsaanpak in de doelstelling van zorgzame buurten of buurtgerichte zorg (Switsers, Tavernier & Dury, 2023)



*Flat in Rotterdam met relingen.
Project door Zijdekwartier Architecten. Fotograaf:
Klaarlicht*



*Na verwijdering van de relingen.
Project door Zijdekwartier Architecten. Fotograaf:
Klaarlicht*



Lessen uit covid-19

Beoordeling woning en buurt tijdens covid-19

	Voorjaar 2021	Voorjaar 2022
Onvoldoende ruimte	8	8
Een gebrekkige kwaliteit van de woning (ramen, verwarming, dak,...)	7	6
Onvoldoende voorzieningen en winkels in de buurt	6	6
Een te kleine tuin of balkon	6	4
Onvoldoende groen in de buurt	5	4
Een te drukke buurt	4	3
Iets anders	5	3
Geen tuin of balkon	3	2
Geen van bovenstaande aspecten	62	64
Weet niet/geen antwoord	5	4

Noot: doordat respondenten bij deze vraag meer dan 1 antwoord konden aanduiden, is de som van de percentages in de tabel groter dan 100%.

Bron: Covid-19-bevraging, Statistiek Vlaanderen



Verhuishwensen tijdens covid-19

Tabel 1. Verhuisintenties als gevolg van aspecten van de woning die als nadelig ervaren worden tijdens de coronacrisis

Vlaams Gewest, voorjaar 2022, in %

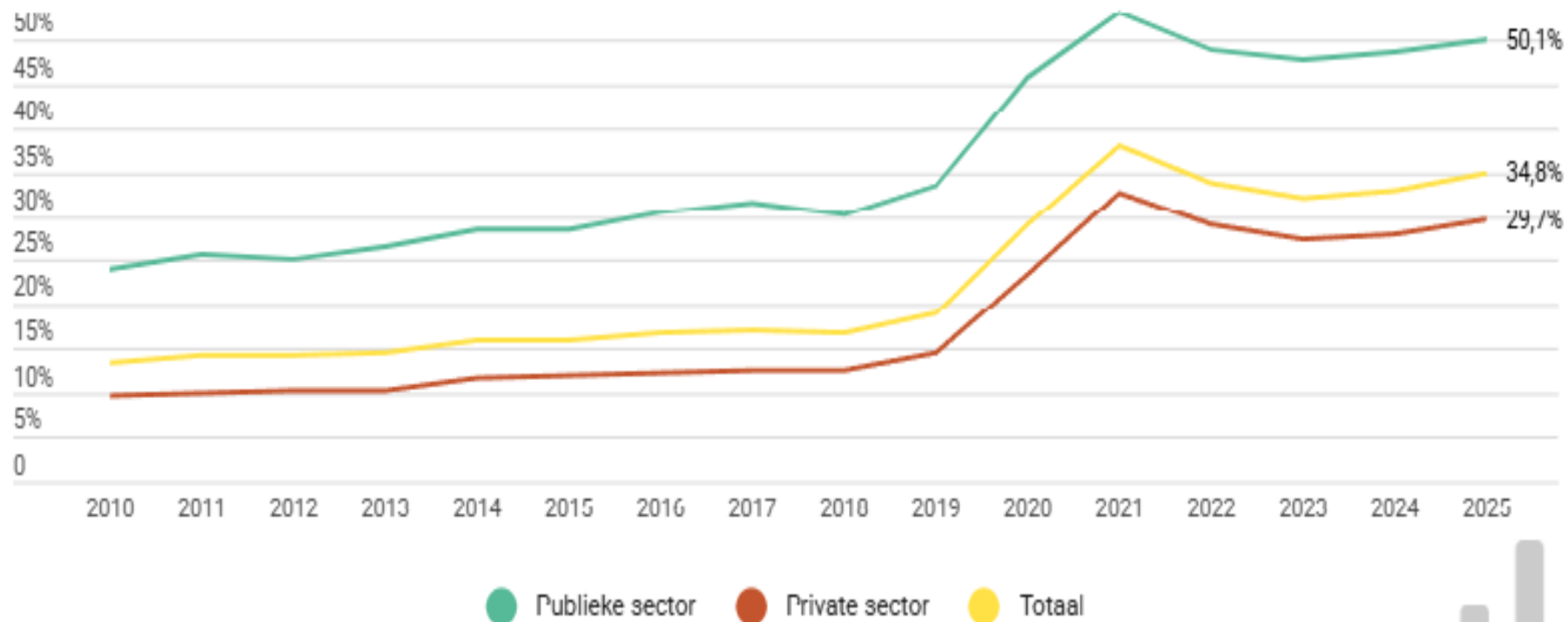
	IN % (N=976)
Ja, ik ben verhuisd	6
Ja, ik ben van plan om te verhuizen	15
Nee	71
Weet niet/geen antwoord	7

Bron: Covid-19-bevraging, Statistiek Vlaanderen



Thuiswerken als het nieuwe normaal

Figuur: Percentage loontrekkenden dat soms of gewoonlijk thuiswerkt (2010-2025)



Veel (tijdelijke) initiatieven

- Stoepbezoekjes
- Zorgambassadeurs
- Opbellen van ouderen

→ Vaak gericht op **ouderen**

→ Vaak een focus op **sociale** initiatieven vanuit een zorgcontext

→ Vaak gericht op **individuele** personen toeleiden naar meer sociale contacten

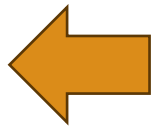
→ **Structurele** aandacht vanuit een meer **ruimtelijk perspectief** is nog **onvoldoende aanwezig**





Hartelijk bedankt!

Meer lezen? www.eenzaamheidendebuurt.be



EENZAAMHEID IN VLAANDEREN

Enkele cijfers



Hoe eenzaam voel jij je?



van de volwassenen voelt zich soms tot vaak eenzaam.

Waardij 31% zich soms eenzaam voel en 6% zich vaak eenzaam voel.



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.

Waardij 10% zich vaak eenzaam voel.



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 kwaliteitsmatig.



7 op 10 volwassenen zijn tevreden over hun sociaal leven.

Een samenwerking tussen



Gesubsidieerd door



Deel 2

DE BUURT ALS BUFFER

Van leefbaarheid tot verbondenheid

Jasper De Witte, Wouter Schepers, Leen Heylen & Tine Van Regenmortel



De leefbaarheid van de buurt hangt samen met eenzaamheid.

Mensen die de leefbaarheid van de buurt slecht inschatten voelen zich vaker eenzaam.



5 op 10 volwassenen die ontevreden zijn met het groen in hun buurt voelen zich eenzaam.



4 op 10 volwassenen die ontevreden zijn met de verkeersdrukte in hun buurt voelen zich eenzaam.



5 op 10 volwassenen die ontevreden zijn met de activiteiten in de buurt voelen zich eenzaam.



5 op 10 volwassenen die ontevreden zijn met de sociale contacten met de buren voelen zich eenzaam.



Wie zijn buurt als meer leefbaar beoordeelt, heeft vaker contact met buren.



Wie zijn buurt als meer leefbaar beoordeelt, is meer tevreden over de contacten met buren.

Een samenwerking tussen



Gesubsidieerd door



Deel 3

EENZAAMHEID IN VERSCHILLENDE GEDAANTES

Wouter Schepers, Jasper De Witte, Leen Heylen & Tine Van Regenmortel



4 types eenzaamheid: over wat gaat het?



Emotionele eenzaamheid

Het missen van een hechte band met één of enkele personen, zoals een partner of een beste vriend(in).



3 op 10 volwassenen



Sociale eenzaamheid

Het missen van bredere kring van vrienden, kennissen.



2 op 10 volwassenen



Existentiële eenzaamheid

Het gevoel fundamenteel alleen te staan in het leven, vaak gepaard met gevoelens van leegte, zinloosheid of verlies.



1 op 10 volwassenen



Collectieve eenzaamheid

Het missen van verbinding met een bredere groep of gemeenschap.



3 op 10 volwassenen



Niet-Belgen

Meer dan de helft van de niet-Belgen voelt zich emotioneel eenzaam ten opzichte van 3 op 10 Belgen.



Belgen



Wie zich gediscrimineerd voelt voelt zich eenzaam.

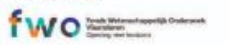


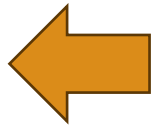
Wie zich eenzaam voelt heeft minder vertrouwen in anderen.

Een samenwerking tussen




Gesubsidieerd door






Wellbeing, Space and Society 8 (2025) 100275

Contents lists available at ScienceDirect



Wellbeing, Space and Society

journal homepage: www.sciencedirect.com/journal/wellbeing-space-and-society



Exploring place-based loneliness interventions: a realist review


Dorien Gryp^{a,d,*}, Leen Heylen^a, Jasper De Witte^{b,c,d}, Wouter Schepers^{b,c,d}, Freya Häussermann^c, Daan Duppen^c, Tine Van Regenmortel^{b,d}

^a Thomas More University of Applied Sciences, Belgium
^b HIVA, University of Leuven, Leuven, Belgium
^c Vrije Universiteit Brussel (VUB), Society and Aging Research Lab (SARLab), Brussels, Belgium
^d Faculty of Social Sciences, University of Leuven, Leuven, Belgium

<p>ARTICLE INFO</p> <p>Keywords: Place-based factors Loneliness Interventions Realist review</p>	<p>ABSTRACT</p> <p>Recent research increasingly acknowledges the association between place-based features and loneliness. However, knowledge on the place-based perspective is still lacking. The aim of this review is to investigate how and why loneliness interventions from a place-based perspective can prevent and reduce loneliness. This review included 24 articles on place-based loneliness interventions.</p> <p>First, a thematic analysis on the program activity types of place-based loneliness interventions resulted in nine program activity types. These results show that most of the interventions targeted social environment characteristics and lacked a focus on physical environment characteristics. Reducing loneliness was the main goal of the program activities, whereas prevention was uncommon. Second, a realist analysis of the mechanisms explaining how and why these interventions are thought or expected to prevent and reduce loneliness led to a framework of three types of mechanisms. Mediating mechanisms present the social environment characteristics, which were defined as intermediate goals of the program activities. Moderating mechanisms, enabling the association between program activities and outcomes, illuminate the roles and attitudes of stakeholders. The resources – time and space – enhance a change in the other mechanisms by influencing the program activities.</p> <p>The results urge adoption of a broader range of strategies to respond to loneliness and contribute to a more holistic and structural response to loneliness.</p>
--	--


Health & Place 97 (2026) 103587

Contents lists available at ScienceDirect



Health and Place

journal homepage: www.elsevier.com/locate/healthplace



How the neighbourhood-built environment shapes loneliness: A photo-elicitation study

Freya Häussermann^{a,c}, Dorien Gryp^{b,c,d}, Wouter Schepers^{c,d}, Bas Dikmans^{a,c}, Sarah Dury^a, Liesbeth De Donder^a

^a Vrije Universiteit Brussel (VUB), Society and Aging Research Lab (SARLab), Pléiade 2, Brussels, Belgium
^b Thomas More University of Applied Sciences, Kiersthoornstraat 4, Geel, 2440, Belgium
^c HIVA, University of Leuven, Parkstraat 47, Leuven, 3000, Belgium
^d Faculty of Social Sciences, University of Leuven, Leuven, Belgium

<p>ARTICLE INFO</p> <p>Keywords: Loneliness Neighbourhood-built environment Social infrastructure Photo-elicitation</p>	<p>ABSTRACT</p> <p>Loneliness, though often perceived as an individual experience, is also influenced by the broader context in which individuals live, including the neighbourhood. This study used a participant-generated photo-elicitation approach to understand how structured (e.g., physical infrastructure) and lived (e.g., perceptions, safety, and affordability) characteristics of the neighbourhood-built environment affect loneliness. Eighteen participants (aged 20–80) from Belgium took photographs and engaged in photo-elicitation interviews to understand their narratives of loneliness and the role of the neighbourhood-built environment in these experiences. Interview data were inductively analysed using the Qualitative Analysis Guide of Leuven (QUAGOL) and supplemented by photographs. The results describe how the neighbourhood-built environment provides an escape from loneliness at home, facilitates social interactions and participation, supports meaningful involvement, and offers a space for solitude and for processing grief and loss. Availability, accessibility, and affordability of neighbourhood social infrastructure are important, while neighbourhood aesthetics contribute to feelings of safety and welcome. Changes in demographics and social infrastructure can bring improvements, but also challenges in relation to loneliness. The discussion underscores that loneliness is not only influenced by individual and interpersonal factors, but also by the neighbourhood-built environment. Our research offers a foundation for targeted, place-sensitive interventions that seek to prevent or moderate loneliness (e.g., preserving informal meeting places) and highlights the need for policymakers and urban planners to prioritise social infrastructure, including accessible third and passing places.</p>
---	---

Health & Place 94 (2025) 103491

Contents lists available at ScienceDirect



Health and Place

journal homepage: www.elsevier.com/locate/healthplace



The relation between physical and social neighbourhood characteristics and loneliness. A systematic review

Wouter Schepers^{a,b,c}, Dorien Gryp^{b,c}, Freya Häussermann^d, Leen Heylen^c, Tine Van Regenmortel^{a,b}, Jasper De Witte^{a,b}

^a HIVA, University of Leuven, Leuven, Belgium
^b Faculty of Social Sciences, University of Leuven, Leuven, Belgium
^c Thomas More University of Applied Sciences, Geel, Belgium
^d Vrije Universiteit Brussel (VUB), Department of Educational Sciences, Society and Aging Research Lab (SARLab), Brussels, Belgium

<p>ARTICLE INFO</p> <p>Keywords: Neighbourhood characteristics Loneliness Systematic review</p>	<p>ABSTRACT</p> <p>Loneliness has predominantly been examined from an individual and relational perspective, with limited focus on the broader environmental context, including the role of neighbourhoods. This systematic review aims to address this gap by synthesising findings from 112 studies that explore how physical and social neighbourhood characteristics contribute to loneliness. The review highlights that physical characteristics, such as the use of green spaces, walkability, access to amenities, and neighbourhood aesthetics, are associated with lower levels of loneliness. Social characteristics, such as neighbourhood cohesion, feeling connected to the neighbourhood, and neighbour interactions, are consistently associated with reduced loneliness. Additionally, perceived neighbourhood quality is also related to loneliness. This review further demonstrates that subjective perceptions of neighbourhood characteristics generally exhibit stronger associations with loneliness than objective measures. Although methodological limitations, such as the predominance of cross-sectional studies and variability in measurement tools, are acknowledged, the review underscores the importance of integrating neighbourhood-level factors into loneliness research and policy. Future research should use multidimensional approaches to loneliness, considering neighbourhood interrelationships and scales at which these factors operate, to better inform public strategies aimed at tackling loneliness and enhancing community well-being.</p>
---	---

Original Article

Journal of Family Issues
2026, Vol. 0(0) 1–25
© The Author(s) 2026

Article reuse guidelines:
sagepub.com/journals-permissions
DOI: 10.1177/0192513X251414627
journals.sagepub.com/home/jfi



**A Life Without Children:
Unpacking the
Relationship Between
Childlessness and
Loneliness in Adulthood**

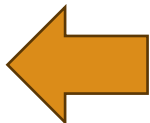
Jasper De Witte^{1,2} and Hannelore Stegen³

Abstract

Research on the relation between childlessness and loneliness is limited and inconclusive. While some studies link childlessness to higher loneliness, others find no association. Few studies distinguish between distinct loneliness types (social, emotional, and existential) or life stages. This article explores how childlessness relates to various loneliness types across adult life stages, using cross-sectional data from the 2024 “A Lonely Planet” survey (N = 3,756) in Flanders, Belgium. Results show that childless adults are lonelier (for all loneliness types) than parents, also when controlling for socio-demographic variables. However, this relationship depends on age and loneliness type: younger childless adults (18–34) face more social and existential loneliness than parents; middle-aged (35–64) childless adults experience all types more; older adults (65–74) experience more emotional and overall loneliness; no loneliness differences were found between childless adults and parents (75+). These findings underscore the need for a nuanced understanding of childlessness and loneliness.

Keywords
loneliness, adults, adulthood, childlessness, children





Doien Gryp en Freya Häusermann gaven een webinar over het onderzoek voor het KORALE Interreg Europe Project (19/11/2025). Herbekijken kan [hier](#).



Op donsdag 22 mei lecht Freya Häusermann tijdens een lezing op het LABO Oudersteleed in Brugge het onderzoek "eenzaamheid en de buurt" toe.
Het LABO Oudersteleed, een initiatief van de Vlaamse Oudersteleed, VVSG en de Vrije Universiteit Brussel, haardt in Brugge een volle zaal samen Freya Häusermann, 22 mei 2025.



Jasper De Witte 'Loneliness among older persons. From individual problem to a societal phenomenon' @ European Seniors' Union conference (Real Ciudad, Spain, 6 november 2025).



VRT podcast '#Weet ik Wee Ti Kw Veel over eenzaamheid' (Jasper De Witte, 10 december 2024)



Podcast 'Loneliness in Europe: From empty villages to crowded cities.' (Jasper De Witte, 16 september 2025).



Podcast 'Tussen stilte en schaarste: europeo in armoede' (Jasper De Witte). De Link vzw, 17 Oktober 2025.
De Link maakt een podcast het thema eenzaamheid verbindt met leven in kansarmoede. We bekijken dit vanuit de bril van een opgeleide ervaringsdeskundige in de armoede en sociale uitsluiting. We brengen niet zomaar getuigenissen, maar vertrekken vanuit het verruimde inzicht van de ervaringsdeskundige en combineren dit met professionele en academische kennis.

SAVE THE DATE

- Studiedag, **19 november 2026**
- **Provinciehuis Leuven**, vlakbij station Leuven
 - Onderzoeksresultaten
 - Interactieve sessies
 - Boeklancering

