

UGent en NN brengen Het Geluk van België in kaart

Eenzaamheid verviervoudigt onze kansen om ongelukkig te zijn
Bijna de helft van de Belgen voelt zich eenzaam

Persdossier Resultaten Nationaal Geluksonderzoek 2018 over sociale relaties

Wat:

Onderzoek in het kader van de NN Leerstoel "Perspectieven op een gezond en gelukkig leven" aan de UGent

Onderzoek onder leiding van:

Prof. Dr. Lieven Annemans en doctoraatstudent Jellen T'Jaeckx

Methode:

Rekrutering via Indiville en een publieke rekrutering

Veldwerk:

Tussen 6 december 2017 en 31 januari 2018

Sponsor: NN



Eenzaamheid verviervoudigt onze kansen om ongelukkig te zijn

En bijna de helft van de Belgen voelt zich eenzaam

Brussel, 5 juli 2018 – Belgen die zich eenzaam voelen, hebben vier keer meer kans om ongelukkig te zijn. En bijna de helft (46%) van de Belgen bevindt zich momenteel in die situatie. Vooral bij jongvolwassenen onder de 34 jaar en bij generatie X (35 – 50 jaar) is eenzaamheid een probleem. Dat blijkt uit nieuwe cijfers van het Nationaal Geluksonderzoek van levensverzekeraar NN en UGent over de impact van sociale relaties op ons bruto nationaal geluk. De nieuwe cijfers tonen aan dat eenzaamheid voor veel Belgen de harde realiteit is. Daarbij spelen een laag inkomen en een slechte fysieke gezondheid een grote rol. Goede vrienden en relaties, aan vrijwilligerswerk doen en zorgen voor anderen maken ons een stuk gelukkiger. Investeren in het bestrijden van eenzaamheid en werken aan kwalitatieve relaties is daarom essentieel. Geluksprofessor Lieven Annemans (UGent) roept lokale politici, aangestuurd door hun nationale partijvoorzitters, op om hier een prioriteit van te maken bij de komende verkiezingen in oktober.

Hoe gelukkig is de Belg? Wat maakt of kraakt ons geluk? Dankzij het Nationaal Geluksonderzoek van NN en UGent komen de Belgen het komende jaar te weten wat hen gelukkig maakt, en hoe zij (nog) gelukkiger kunnen worden. Geluksprofessor Lieven Annemans, titularis van de NN leerstoel, vertrekt steeds vanuit die specifieke levensdomeinen die het geluk van de Belg mee bepalen en zal tussen maart 2018 en maart 2019 op geregelde tijdstippen resultaten uit het onderzoek presenteren.

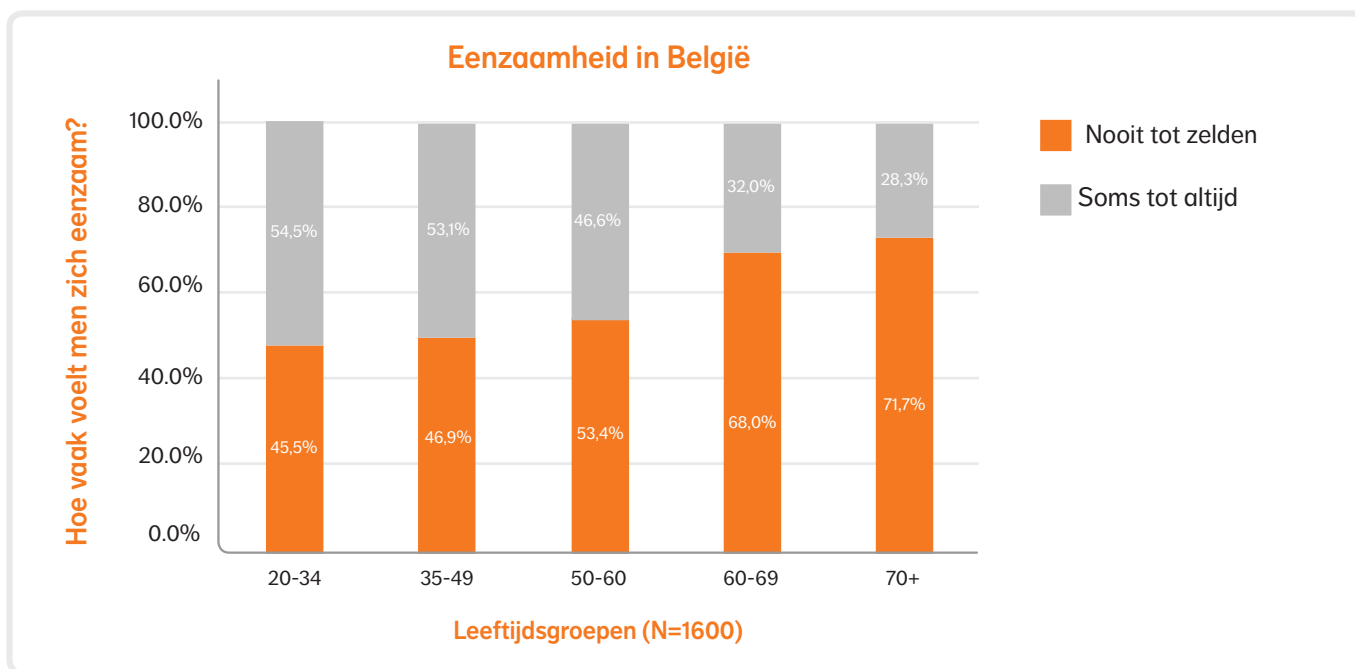
Uit de eerste resultaten in maart bleek al dat Belgische senioren vandaag gemiddeld gelukkiger zijn dan millennials. Naast een goede gezondheid en een financieel stabiele situatie hebben ook onze sociale relaties een grote impact op ons geluk. Met deze nieuwe wetenschappelijke inzichten over sociale relaties biedt het onderzoek een nieuwe kijk op het maatschappelijk belang van het bestrijden van eenzaamheid. In totaal namen 3770 mensen deel aan de studie.

54,5% van de jonge Belgen voelt zich eenzaam

Bijna de helft van alle Belgen (46%) voelt zich vandaag soms tot altijd eenzaam. Het probleem is het grootst bij jonge Belgen, want 54,5% van de jonge Belgen tussen de 20 en de 34 jaar voelt zich eenzaam. Ook bij generation X is eenzaamheid al te vaak een harde realiteit, want 53% van de Belgen tussen 35 en 50 jaar geeft aan zich eenzaam te voelen. Opvallend: hoe ouder we worden, hoe minder eenzaam we ons voelen. Bij de oudste leeftijdscategorie (70-plussers) voelt 28,3% zich eenzaam, een stuk minder dus dan bij de jonge Belgen.

Volgens Lieven Annemans, gelukseconoom UGent, vragen deze cijfers om actie: “Voor veel Belgen is eenzaamheid een harde realiteit. Als bijna de helft van de Belgen zich eenzaam voelt, dan is het de plicht van de maatschappij om hier iets aan te doen. In het Verenigd Koninkrijk heeft men onlangs een Minister voor Eenzaamheid aangesteld. Een duidelijk signaal. Volgens mij staan de lokale bestuursniveaus in België het dichtst bij de burgers en kunnen zij het verschil maken. Daarom wil ik lokale politici, aangestuurd door hun nationale partijvoorzitters, oproepen om hier een prioriteit van te maken bij de aankomende verkiezingen.”

Jan Van Autreve, CEO van NN: “Deze cijfers van het Nationaal Geluksonderzoek tonen aan dat eenzaamheid een grote impact heeft op ons geluk. Als beschermingsexpert willen we bij NN, samen met UGent, het debat rond gezondheid en geluk aanwakkeren. Want het is uiteraard de bedoeling dat onze nieuwe wetenschappelijke inzichten ook maatschappelijk inzetbaar zijn. Op die manier willen we de Belg op weg helpen naar een gelukkiger leven. Als verzekeraar zit het in ons DNA om mensen zo goed mogelijk te beschermen. Ons welzijn is tenslotte onze eerste levensverzekering.”



Voor verschillende politieke partijvoorzitters zijn de resultaten van het onderzoek een bewijs van een dieperliggend probleem in onze maatschappij. De belangrijkste partijen zijn het erover eens dat er concrete maatregelen nodig zijn om te werken aan een gelukkige samenleving, maar de manier waarop dat moet gebeuren vult elke partij op een andere manier in:

Wouter Beke, voorzitter CD&V: “Tijdens huisbezoeken krijg ik vaak hetzelfde aandachtspunt te horen: het gevoel deel uit te maken van de buurt en ervoor te zorgen dat dit voor iedereen geldt. Mensen beschouwen het als een essentieel onderdeel van hun levenskwaliteit. Vandaar dat CD&V de strijd tegen eenzaamheid als een topprioriteit beschouwt. Dit vindt dan ook zijn vertaling in ons beleid én onze plannen. Het zit in het DNA van onze partij om daarbij te focussen op lokale oplossingen die de nadruk leggen op die samenhang in de buurt.”

Meyrem Almaci, voorzitter Groen: “Politiek gaat te vaak over cijfers en budgetten en te weinig over de mensen die achter de cijfers schuil gaan. Daarom draait de campagne van Groen voor de lokale verkiezingen rond ‘geluk’. Geluk ziet er voor iedereen anders uit. Maar we zijn het verrassend vaak eens hoe een gelukkige omgeving er uit ziet. Goede zorg in de buurt en plekken om elkaar te ontmoeten zijn voor jong en oud belangrijk. Iedereen kan geconfronteerd raken met eenzaamheid, maar samen kunnen we het aanpakken.”

Bart De Wever, voorzitter N-VA: “Als gemeenschapspartij willen we dat iedereen meekan. Daarom willen we eenzaamheid en sociaal isolement structureel aanpakken. We kijken daarvoor naar de gemeenschap zelf: om mensen uit hun isolement te halen, heb je andere mensen nodig. De politiek kán daar wel degelijk een handje bij helpen, met lokale projecten die ons kostbare sociale weefsel versterken. Daarom hebben we onze lokale afdelingen gevraagd om van de strijd tegen eenzaamheid een speerpunt te maken van hun campagne en beleid. We hebben daarvoor een toolkit met een 40-tal praktijkvoorbeelden samengesteld en rondgestuurd.”

Gwendolyn Rutten, voorzitter Open VLD: “Eenzaamheid los je niet op vanuit Brussel, maar wel door in straten, buurten, dorpen en steden de juiste initiatieven te nemen en te ondersteunen. Er zijn vandaag al heel erg veel vrijwilligers, mantelzorgers en bewegingen actief die fantastisch werk leveren. Het is de taak van de overheid om hen te helpen. Wie mensen gezelschap wil houden of ze helpen met bijvoorbeeld boodschappen of kleine taken, en daar dan een centje mee bijverdient, moet dat kunnen zonder daar belastingen op te moeten betalen en zonder administratieve rompslomp.”

Peter Mertens, voorzitter PVDA: “Het Nationaal Geluksonderzoek brengt straffe feiten aan de oppervlakte. De vaststelling dat eenzaamheid een epidemie is die nu bijna de helft van alle Belgen treft, is een wake-up call dat er iets grondig mis is met onze samenleving. Armoede en sociale uitsluiting liggen volgens ons aan de basis van eenzaamheid. Daarom is een eerste cruciale maatregel het optrekken van uitkeringen, pensioenen en laagste lonen tot boven de armoedegrens.”

John Crombez, voorzitter sp.a: “Eenzaamheid is een bijzonder prangend en maatschappelijk relevant probleem. Het kan ons allemaal overkomen met alle gevolgen van dien. Niet alleen voor ons welzijn en ons geluk, maar ook voor onze gezondheid. Eenzaamheid leidt snel tot depressie, of een hogere kans op hart- en vaatziekten, ook dat is aangetoond. Er is daarom nood aan een systematische en duurzame aanpak die de lokale initiatieven versterkt en uitbreidt. Een bovenlokaal, Vlaams plan dat van de bestrijding van eenzaamheid in onze samenleving een speerpunt maakt.”

Tom Van Grieken, voorzitter Vlaams Belang: “Een samenleving waar de meerderheid (54,5%) van de jongvolwassenen onder de 34 jaar zich eenzaam voelt, is een zorgstaat onwaardig. Initiatieven die eenzaamheid bestrijden hoeven niet altijd veel geld te kosten. Ze behoeven enkel politieke wil. Het creëren van een platform voor vrijwilligerswerk, het verlagen van de drempels voor culturele activiteiten, stadsvernieuwingsprojecten waar ontmoeting centraal staat, mantelzorg. Stuk voor stuk zijn het antwoorden op het groeiende probleem van eenzaamheid. In gemeenten waar het Vlaams Belang aan het roer staat, behoren ze tot de politieke prioriteiten van het bestuursakkoord.”

Meer informatie over de verschillende politieke standpunten in de bijlage.

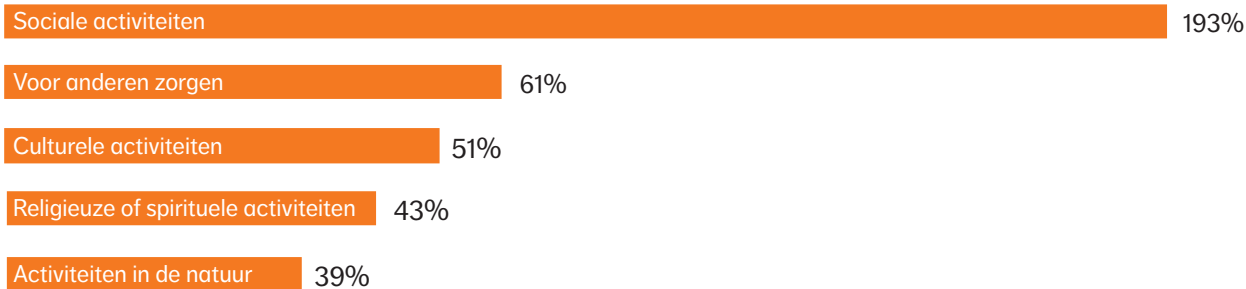
Vrijwilligerswerk en zorg voor anderen kan eenzaamheid doorbreken

Volgens het onderzoek van UGent en NN is de kwaliteit van onze sociale relaties cruciaal om eenzaamheid te doorbreken. En daarvoor zijn maandelijkse sociale activiteiten broodnodig. Mensen die zich engageren in een vereniging of een club, die voor anderen zorgen door bijvoorbeeld te babysitten of door vrijwilligerswerk te doen en die maandelijks deelnemen aan culturele activiteiten voelen zich duidelijk gelukkiger.

Lieven Annemans, gelukseconoom UGent: “Minstens maandelijks voor anderen zorgen en vrijwilligerswerk doen, verhoogt onze kans op gelukkig zijn rechtstreeks met 44%. Hierin ligt dan ook de uitdaging voor onze steden en gemeentes: investeer in sociale en culturele activiteiten waar mensen kunnen samen komen en moedig vrijwilligerswerk aan. We zien vandaag al te vaak dat investeren in dergelijke activiteiten in vraag wordt gesteld. Dat is geen goede zaak voor ons nationaal geluk.”

Volgens psychologe Sylvie Loumaye is het belangrijk om het gevoel te hebben dat we deel uitmaken van een netwerk: “Het is cruciaal om actief te blijven in dat domein dat je het meest interesseert, in functie van je leeftijd natuurlijk. Dat zorgt ervoor dat je relaties opbouwt die vanzelf dienst doen als beschermlagen tegen eenzaamheid. Deel uitmaken van een jeugdbeweging, een sportclub, hobby’s, vrijwilligerswerk doen... zijn allemaal activiteiten die ervoor zorgen dat we het gevoel hebben dat we bij een groep van gelijkgestemden horen.”

Deze activiteiten minstens maandelijks uitvoeren, verhoogt onze kans op geluk:




Grafiek: Mate waarin de kans op gelukkig zijn kan stijgen.


Een goede partner maakt ons gelukkig

Drie op vier Belgen heeft vandaag een vaste relatie. En de kwaliteit van die relatie is doorslaggevend voor ons geluk. Een goede relatie zorgt ervoor dat we maar liefst tot vijf keer meer kans hebben om gelukkig te zijn. Toch is bijna een kwart van de Belgen niet gelukkig met zijn relatie (een score van 5 of minder op 10). En dat blijkt nefast voor ons geluk, want een slechte relatie met onze partner maakt ons nog eenzamer dan helemaal geen relatie hebben.

Ook onze gezondheid speelt een belangrijke rol in eenzaamheid. Een slechte fysieke gezondheid kan ervoor zorgen dat we in een isolement belanden en ons bijgevolg eenzaam voelen.

Wat maakt ons het meeste eenzaam?

 **Lage kwaliteit vaste relatie**
x 3.7 kans op eenzaamheid

 **Niet in een relatie**
x 3.6 kans op eenzaamheid

 **Slechte fysieke gezondheid**
x 2 kans op eenzaamheid

Psychologe Sylvie Loumaye licht toe: ‘Als koppel voelen we ons beschermd, wat ervoor zorgt dat we vooruit gaan in het leven. De kwaliteit van onze liefdesrelatie verhoogt ons welzijn en geluk aanzienlijk. Daarom is het belangrijk om deze relatie te voeden en elkaar op geregelde tijdstippen terug te vinden.’


Welke factoren verhogen onze kansen op een goede relatie?


 **Minstens maandelijks aan sociale activiteiten doen**
3 x meer kans


 **Minstens maandelijks activiteiten in de natuur doen**
1.5 x meer kans

 **Voldoende autonomie hebben**
1,4 x meer kans

Welke factoren verlagen onze kansen op een goede relatie?

 **Een laag inkomen**
4 x minder kans op een goede relatie

 **De leeftijd, tussen 35 en 60 jaar**
2 x minder kans op een goede relatie

 **Het geslacht, mannen**
een kwart minder kans op een goede relatie

Annelore Van Herreweghe, woordvoerder NN: “Gezondheid en geluk zijn nauw met elkaar verbonden. Uit het Nationaal Gezonderzoek bleek al dat gezonde Belgen zich ook gelukkiger voelen. De meerderheid (68%) van de gezonde werkende Belgen voelt zich zeer gelukkig en geeft zijn/haar eigen geluk een score van minstens acht op tien. Bij de werkende Belgen die minder gezond zijn voelt slechts een minderheid (34%) zich zeer gelukkig .”

Een laag inkomen is nefast voor onze relaties

Uit de resultaten van het Nationaal Geluksonderzoek blijkt dat het hebben van een lager gezinsinkomen schadelijk kan zijn voor onze relatie. Al vanaf een gezinsinkomen minder dan €2.500 per maand is er een merkbare verminderde kans op een goede relatie.

Lieven Annemans, gelukseconoom UGent: “Deze resultaten bevestigen in de eerste plaats het nefaste effect van een laag inkomen. Maar naast de basisbehoeften zoals voldoende geld, voeding en kleding, zijn het de mensen rond ons zijn die in sterke mate ons geluk beïnvloeden. Regelmatig ziet men dat mensen die zogezegd alles hebben, toch ongelukkig zijn. Dit heeft vaak met de kwaliteit van onze relaties te maken. Het is belangrijk om zich sociaal te engageren. Dit heeft automatisch ook een positieve impact op je eigen relatie.”

Hoe kan je zelf aan de slag om de kwaliteit van je relaties te verbeteren?

Vijf tips van gelukscoach Cynthia Ghysels en psychologe Sylvie Loumaye

Zorg voor je medemens en de natuur!

Maandelijks voor anderen zorgen (babysitten of vrijwilligerswerk) of activiteiten in de natuur doen verhoogt onze kans op geluk aanzienlijk.

Neem de tijd om te investeren in je relaties met familie, vrienden, buren.

Sta ook open om nieuwe mensen te leren kennen. Zorg voor echte aandacht, luister oprecht naar wat anderen willen vertellen en laat jezelf eens meer zien zoals je echt bent.

Neem zelf initiatief.

We zijn vaak afwachtend en verwachten dat anderen ons wel zullen bellen. Maar je kan zelf ook stappen zetten om af te spreken met vrienden of om nieuwe plekken te ontdekken en open te staan voor nieuwe vrienden. Als je zelf stappen zet, krijg je dat vaak ook dezelfde aandacht terug.

Deconnecteer.

Onze digitale connecties zorgen ervoor dat we niet altijd even aanwezig zijn bij onze echte gesprekspartner naast ons. Schermen kunnen tijdsrovend zijn en die tijd gebruiken we niet om onze echte relaties op te bouwen en te versterken. Thuis zouden ouders bijvoorbeeld kunnen beslissen om alle smartphones na 20uur in een doos op te bergen tot de volgende ochtend.

Leg je vrienden in de watten.

Het is bewezen dat een vriend met zachtheid behandelen de beste manier is om die zelf ook te ervaren. Geef, zonder de tel bij te houden en zonder iets terug te verwachten. Door een ander plezier te doen, bouw je unieke banden op, wat er automatisch voor zorgt dat je geluksgevoel toeneemt.

Perscontact



Annelore Van Herreweghe

communicatie@nn.be

 **02 238 88 11**



Save the date: augustus 2018

Het Nationaal Gezonderzoek leverde al opvallende resultaten op. Professor Lieven Annemans en doctoraatsstudent Jellen T'Jaecx blijven intussen verder werken om data te verzamelen en te analyseren. Een burgerpanel wordt ingeschakeld om mee te denken over de resultaten. Er zijn nog tal van aspecten die ons nationaal geluk beïnvloeden. Professor Annemans: "Bij dergelijk onderzoek heeft men vaak de neiging te veralgemenen. Wij willen graag meer nuance brengen in onze analyses, en beter begrijpen wat voor wie tot meer of minder geluk leidt. We zullen daarbij naar een aantal levensdomeinen in het bijzonder kijken."

Het eerstvolgende levensdomein op de agenda is onderwijs. Eind augustus, voor de start van het nieuwe schooljaar, maken UGent en NN de resultaten die daarop betrekking hebben publiek. Samen met experts binnen dat gebied worden dan ook aanbevelingen gedaan om de Belg gelukkiger te maken.

Professor Annemans licht alvast een tipje van de sluier. "We stelden vast dat mensen die in hun jeugd gepest werden vandaag gemiddeld minder gelukkig zijn. Ook een interessante waarneming: deelnemers die hoger scoorden op de vraag of ze door leerkrachten werden geïnspireerd blijken vandaag gelukkiger."



Over het Nationaal Geluksonderzoek

Ongeacht huidskleur, cultuur of geloof is er één zaak die mensen bindt: iedereen wil graag een gezond en gelukkig leven. Maar wat is geluk? En hoe is het gesteld met het geluk van de Belg? Zijn vrouwen gelukkiger dan mannen? Wat is de relatie tussen persoonlijkheid en geluksgevoel? En zijn mensen die vroeger gepest werden ongelukkiger dan mensen die niet gepest werden?

Dankzij het Nationaal Geluksonderzoek van UGent komen de Belgen te weten wat hen gelukkig maakt, maar vooral hoe zij samen kunnen werken aan een fijn en gelukkig leven. Tussen maart 2018 en maart 2019 zal Professor dr. Lieven Annemans, titularis van deze NN leerstoel, op geregelde tijdstippen resultaten uit het onderzoek presenteren. De Geluksprofessor vertrekt steeds vanuit die specifieke levensdomeinen die het geluk van de Belg mee bepalen. Denk hierbij aan sociale relaties, onderwijs en opvoeding of gezondheid.

In totaal namen 3770 mensen deel aan de studie. Vandaag worden de eerste resultaten voorgesteld bij een representatieve steekproef van 1600 Belgen.

Over NN

Als beschermingsexpert leidt en inspireert NN het debat rond gezondheid en geluk. Iedereen is anders, maar uiteindelijk willen we allemaal hetzelfde: een gezond en gelukkig leven. NN wil de Belgen op weg helpen naar (meer) geluk.

Haar expertise inzake bescherming & geluk bouwt NN verder uit dankzij wetenschappelijke inzichten en die wil ze ook breed maatschappelijk inzetten met het oog op een gelukkige Belg. Centraal staat vandaag de NN leerstoel met het 'Nationaal Geluksonderzoek' (UGent) dat een antwoord biedt op de vraag: 'Wat maakt Belgen gelukkig?' Omdat geluk een erg persoonlijk gegeven is en ieder zijn geluk gedeeltelijk zelf in eigen handen heeft, reikt NN ook concrete tools aan waarmee de Belg zelf aan de slag kan.

Als levensverzekeraar biedt NN bescherming dankzij innovatieve oplossingen (invaliditeit en overlijden, pensioenopbouw tak 23) en via een sterk netwerk van makelaars en bankpartners. NN telt 1,4 miljoen klanten in België en behoort tot NN Group, een internationale verzekeraar en vermogensbeheerder met een uitstekende kapitaalspositie, actief in 18 landen wereldwijd.

Voor meer informatie over het 'Nationaal Geluksonderzoek' en tips voor een gelukkiger leven: www.gelukkigebelgen.be

Voor meer informatie over NN: www.nn.be

Bijlage: Reacties politieke partijen

Reactie CD&V

CD&V streeft naar een samenleving waarin iedereen zichzelf kan zijn. We gaan voor een beleid dat meer levenskwaliteit brengt voor elke persoon. Levenskwaliteit legt de focus op wat voor mensen belangrijk is. Levenskwaliteit omvat een ruime waaier aan zaken die het leven waardevol maken. We beseffen dat levenskwaliteit verschillende dimensies heeft, van fysiek tot psychisch, van relationeel tot sociaal of spiritueel. Levenskwaliteit betekent dat men zich goed voelt en zich thuis voelt in de sociale netwerken waar men deel van uitmaakt.

Gezondheid is het allerbelangrijkste om levenskwaliteit te kunnen ervaren. Vaak zorgt een verminderde gezondheid ook tot minder sociaal contact. We kiezen daarom voor burgergerichte zorg. Ook geborgenheid is voor CD&V een centraal thema. We willen dat iedereen kan genieten van een thuis in een aangename buurt waar sociale contacten worden mogelijk gemaakt door buurtwerking, verenigingen, enz.

Zonder goede sociale contacten is levenskwaliteit onmogelijk. Vandaar dat CD&V de strijd tegen eenzaamheid als een topprioriteit beschouwt. Dit vindt dan ook zijn vertaling in ons beleid én onze plannen. Het zit in het DNA van onze partij om daarbij te focussen op lokale oplossingen die de nadruk leggen op die samenhang in de buurt.

Perscontact CD&V

Steffen Van Roosbroeck, Woordvoerder CD&V, 0479 24 54 64

Reactie Groen

Groen wil meebouwen aan zorgzame buurten en onze schouders zetten onder burgerinitiatieven die het sociale weefsel in elke straten of wijk laagdrempelig maken. Kleinschalige organisaties zoals rommelmarkten en buurtfeesten, maar ook sport- of cultuurverenigingen moeten meer steun krijgen. Via sociale tarieven willen we de meest kwetsbare doelgroepen, die ook het vaakst met eenzaamheid te maken krijgen, betrekken in het verenigingsleven.

De buurten zijn ideaal om de grootste zorgnoden op te vangen, zonder de professionele zorg uit te hollen. Steden en gemeenten kunnen mantelzorgers professioneel begeleiden via premies, maar ook door administratieve hulp te organiseren. Dit gaat verder dan enkel verpleegkundige hulp, ook boodschappen doen, koken, of de was doen, al het 'kleine helpen' zorgt voor regelmatig en menselijk contact in de buurt.

"Nu zien we vaak dat net die gezelligste plekjes in steden en gemeenten verdwijnen, waardoor mensen elkaar niet meer tegenkomen. Het allerbelangrijkste is dat het op die ontmoetingsplaatsen net aangenaam vertoeven is. Denk aan buurtpleintjes en parken met zitbanken, petanquebanen waar jong en oud elkaar tegenkomt, of buurthuizen, de inrichting van de openbare ruimte is van levensbelang. Onderzoek wijst uit dat groen gelukkig maakt, in de letterlijke zin van het woord. Geef elke wijk, elk dorp en elke stad zijn groene plekjes waar de mensen elkaar ongedwongen kunnen ontmoeten en leren kennen."

Perscontact Groen

Jonas Dutordoir, Woordvoerder Groen, 0473 62 65 48

Reactie N-VA

Eenzaamheid en sociaal isolement zijn vaak verborgen kwalen in onze samenleving. De bestrijding ervan is in de eerste plaats een taak van elke Vlaming en van onze gemeenschap. Toch kan ook de overheid een rol spelen om eenzaamheid en sociaal isolement aan te pakken. Vooral op het lokale niveau.

De N-VA wil zich op de kaart zetten als dé gemeenschapspartij. Specifieke voorstellen en doelgerichte maatregelen om eenzaamheid en sociaal isolement aan te pakken, moeten dan ook tot onze kerntaak behoren. We pakken dat best op het lokale niveau aan. Want dat is het bestuursniveau dat het dichtste bij de mensen staat.

Als gemeenschapspartij is deze thematiek voor ons belangrijk. De lokale N-VA-beleidsmensen kunnen daar een grote rol in spelen. Zeker omdat andere partijen, die jarenlang de lokale besturen domineerden, van eenzaamheid en sociaal isolement nooit een speerpunt hebben gemaakt.

De N-VA neemt nu het initiatief om van de strijd tegen vereenzaming en sociaal isolement een speerpunt te maken in de lokale beleidsvoering, zeker met het oog op de komende lokale verkiezingen. We kijken daarbij enerzijds naar de bestaande initiatieven die lokaal al zijn uitgewerkt en vragen lokale besturen om soortgelijke initiatieven op te nemen in hun beleid.

Perscontact NV-A

Johan Vermant, woordvoerder Bart De Wever, 0491 35 84 87

Xavier Lesenne, adjunct-woordvoerder, 0477 86 23 06

Reactie Open VLD

Eenzaamheid pak je best zo dicht mogelijk bij de mensen zelf aan. Het lokale niveau is dan ook het best geplaatst om daar een rol in te spelen, samen met verenigingen, maar vooral ook individuen: familie, vrienden, vrijwilligers. Veel lokaal maatwerk is nodig. Elke stad, elke gemeente, elke wijk is anders. Gemeentebesturen beslissen zelf hoe ze met deze problematiek aan de slag gaan. Natuurlijk kan de Vlaamse overheid wel inspiratie aanbieden.

De lokale overheid kan een belangrijke rol spelen op verschillende manieren:

De stad of gemeente zo inrichten dat mensen graag buiten komen, mekaar tegenkomen.

Zorgen voor een goede mix van woningtypes. Nadenken over toekomstige zorg- en leefvormen, mogelijkheden geven voor singles, eenzame ouderen, ... om apart te leven, maar toch gemeenschappelijke ruimten te delen.

Informatie over het aanbod van de stad/gemeente en de verenigingen delen. En dat op manieren die de mensen die het nodig hebben bereiken.

Het matchen van vraag en aanbod van vrijwilligerswerk faciliteren.

Bij het in kaart brengen van zorgbehoeften (bv. bezoek van de thuiszorg, OCMW, ...) of bij contacten voor sociale dienstverlening uitdrukkelijker ook vragen naar mogelijkheden om sociaal contact in te vullen.

Zorgen dat zorgverleners goed opgeleid zijn om eenzaamheid te detecteren en hulp te (laten) bieden.

Zorgen dat minder mobiele mensen (bv. ouderen) zich toch nog kunnen verplaatsen, via bijvoorbeeld een Minder Mobielen Centrale.

Bijzondere aandacht moet ook gaan naar mantelzorgers in hun specifieke situatie.

Met de invoering van flexi-jobs voor gepensioneerden en het onbelast bijverdienen in het kader van verenigingswerk en activiteiten van burger-tot-burger creëren we ook nieuwe mogelijkheden die onrechtstreeks ook eenzaamheid kunnen tegengaan:

Gepensioneerden kunnen nu makkelijk nog iets bijverdienen en zo actief blijven en tussen de mensen komen, ook na hun pensionering.

Het onbelast bijverdienen creëert nieuwe mogelijkheden om mensen mekaar te laten helpen. En dat alles legaal en met de mogelijkheid om er iets aan over te houden.

Perscontact Open VLD

Kristof Windels, woordvoerder Open VLD, 0477 56 58 43

Reactie van de PVDA

Het Nationaal Geluksonderzoek brengt straffe feiten aan de oppervlakte. De vaststelling dat eenzaamheid een epidemie is die nu bijna de helft van alle Belgen treft, is een wake-up call dat er iets grondig mis is met onze samenleving. Vooraleer wij met de PVDA onze lokale programma's hebben opgesteld zijn wij eerst gaan praten met 40.000 mensen.

Vooraleer wij met de PVDA onze lokale programma's hebben opgesteld zijn wij eerst gaan praten met 40.000 mensen. En zijn wij gaan praten met heel wat terreinwerkers uit het verenigingsleven. Het belangrijkste probleem dat daaruit naar voor kwam was armoede. Armoede en sociale uitsluiting maken eenzaam. Een eerste en cruciale maatregel lijkt ons het optrekken van uitkeringen, pensioenen en laagste lonen tot boven de armoedegrens. Een toegankelijke en kwaliteitsvolle gezondheidszorg lijkt ons eveneens van groot belang. Wij pleiten voor een veralgemening van wijkgezondheidscentra, waar iedereen zonder geld naar de huisarts kan gaan, zoals bij Geneeskunde voor het Volk.

Maar dergelijke maatregelen zijn onvoldoende om de strijd met de eenzaamheid te winnen. De mens is een sociaal wezen. Wie strijd tegen eenzaamheid zegt, zegt ontmoetingen stimuleren. Samen zijn maakt ons gelukkig. Ontmoetingen, iets voor elkaar betekenen, samen ergens voor gaan: het maakt mensen tot wie ze zijn. Maar in een samenleving waar cijfers en centen centraal staan, waar het principe 'ieder voor zich en de markt voor ons allen' gepredikt wordt, hoeft het niet te verbazen dat steeds meer mensen zich eenzaam voelen. Het is tijd om het roer om te gooien.

Daarnaast leert het Nationaal Geluksonderzoek ons dat nog drie andere aspecten ons gelukkiger kunnen maken: autonomie, betrokkenheid en competentie. Daarvoor is onder andere een grondige hervorming van de arbeidsmarkt nodig. Interimcontracten, een hoge werkdruk, monotome arbeid die onze competenties niet aanspreekt, ontslag, een gebrek aan autonomie, werkloosheid... Ze hebben een negatief effect op ons geluksgevoel. Sterker nog, het maakt ziek. In plaats van onzekerheid en flexibiliteit, moet een vast en kwaliteitsvol werk de norm worden. En we moeten nadenken over arbeidsherverdeling.

Perscontact PVDA

Ivo Flachet, Politiek medewerker van Peter Mertens, 0476/947.258

Reactie sp.a

De cijfers zijn hallucinant, de impact enorm. Eenzaamheid is een bijzonder prangend en maatschappelijk relevant probleem. Risicofactoren zoals partnerverlies, relatiebreuk, een laag (of plots lager) inkomen, de taal niet spreken... we vinden ze in elke leeftijdsgroep - niet enkel bij ouderen - terug. Eenzaamheid kan op elk moment toeslaan en kan ons allemaal overkomen, met alle gevolgen van dien. Niet alleen voor ons welzijn en ons geluk, maar ook voor onze gezondheid. Eenzaamheid leidt snel tot depressie, of een hogere kans op hart- en vaatziekten, ook dat is aangetoond.

In steden en gemeenten waar sp.a mee bestuurt wachten we dan ook niet en grijpen we nu al in waar we kunnen. Zo stelde Brugge een socioloog en preventiespecialist aan om alle initiatieven die eenzaamheid tegengaan te coördineren en te versterken. In Gent toont het Lokaal Dienstencentrum Wibier de weg door systematisch de noden van de buurt in kaart te brengen en de verschillende actoren (gezinsbond, familiehelp, seniorenraad) te verbinden om actie te ondernemen. In Oostende vervullen de postbodes een cruciale rol. Na een training helpen zij - vooral senioren - uit hun isolement en informeren ze over verschillende initiatieven en/of hulp van het OCMW of de stad. Leuven zet dan weer volop in op zogenoemde ontmoetingsdagen, waar verschillende organisaties - van mantelzorg tot personen met een handicap tot zorgbehoevenden - ervaringen uitwisselen en zo elkaar versterken.

Maar een meer systematische en duurzame aanpak is nodig, om lokale initiatieven niet alleen te versterken, maar ook om ze in andere steden en gemeenten uit de grond te stampen. sp.a is daarom al langer vragende partij voor de oprichting van een Vlaams Kenniscentrum Preventie Eenzaamheid. Dit Kenniscentrum moet niet alleen het centrale aanspreekpunt worden rond vorming, projectontwikkeling of expertise-opbouw in de problematiek, maar ook andere organisaties aanzetten om hun know-how te bundelen en best practices uit te wisselen, dan wel nieuwe initiatieven op elkaar afstemmen. Zo'n Vlaams Kenniscentrum is meer dan noodzakelijke eerste stap om beleidsmakers in dit land - met cijfers - te begeleiden om het kader te scheppen voor een bovenlokaal plan dat van de bestrijding van eenzaamheid in onze samenleving een speerpunt maakt.

Perscontact sp.a

Sarah Vandecruys, directeur communicatie en woordvoerder: 0486 89 50 46

Reactie Vlaams Belang

Wanneer studies en media koppen dat "het deel van de bevolking dat zich eenzaam voelt, dagelijks blijft groeien", dan is het de dwingende plicht van de lokale besturen de aanpak van die eenzaamheid op te nemen in de lijst van beleidsprioriteiten. Steden en gemeenten waarvan bijna de helft van de inwoners zegt zich eenzaam te voelen, zijn niet de steden en gemeenten die het Vlaams Belang voor ogen heeft.

De basis: aangename en leefbare steden en gemeenten. Alles start met sociale cohesie. Dat vereist aangename en leefbare steden en gemeenten. Steden en gemeenten waarin de Vlamingen zich herkennen. De Vlaming ondervindt echter steeds meer dat de binding van onze samenleving lijdt onder grootschalige immigratiestromen. Groepen niet-geïntegreerde vreemdelingen ontwrichten het sociale weefsel in heel wat wijken.

De woonfunctie van onze steden en gemeenten moet tot uiting komen in aangename woonwijken. Er zijn heel wat factoren die de leefbaarheid van een wijk mee bepalen. De absolute nummer één, zeker in de steden, is het tegengaan van gettovorming. Een goede sociale mix is daarvoor essentieel. Gettovorming moet vermeden worden en waar het al bestaat, beslist worden aangepakt. Lokale besturen moeten duidelijk maken dat het absorptievermogen van een stad of een gemeente grenzen heeft. Het Vlaams Belang wil dat steden en gemeenten sociale woonprojecten oordeelkundig, kleinschalig inplanten zodat ze de sociale mix van een wijk niet breken en geen aanzet geven tot het ontstaan van getto's.

Perscontact Vlaams Belang

Klaas Sloopmans, 0479 76 37 51

Bijlage: Biografieën

Jan Van Autreve, CEO bij NN



Hoewel Jan Van Autreve (1973) oorspronkelijk piloot, uitvinder, avonturier... wilde worden, startte deze licentiaat economie in 1997 als wetenschappelijk onderzoeker in de Vlerick Business School. Enkele jaren later ging hij aan de slag als financieel analist bij de Financieel Economische Tijd (nu: De Tijd) om vervolgens trader te worden bij KBC Securities.

Jan maakte voor het eerst kennis met de verzekeringsmarkt toen hij in 2004 Chief Investment Officer werd bij Swiss Life Belgium. Bij de fusie van Swiss Life Belgium en Delta Lloyd kreeg hij de operationele verantwoordelijkheid van het bedrijf toegewezen als Chief Operating Officer.

In 2010, stelde men hem de vraag 'of hij de nieuwe CEO van Delta Lloyd Life wilde worden'. Jan was toen 37 jaar, en vader van twee jonge kindjes. Hij aanvaardde het aanbod. Het werd één van de sleutelmomenten in zijn carrière.

5 jaar later verliet Jan, Delta Lloyd Life nadat hij het liet groeien tot een top 5 levensverzekeraar in België. Op 1 juli 2016 werd hij aangesteld als CEO van NN Belgium. Hij timmerde verder aan het succes van de Belgische poot van het internationale NN Group en kreeg daarvoor het vertrouwen van Robin Spencer, toenmalig

CEO International Insurance van NN Group: 'Jan heeft een solide kennis van België, zijn cultuur en de concurrentie in het verzekerings-landschap. Dankzij zijn ruime ervaring op het gebied van verzekeringen, bedrijfstransformatieskills en strategische inzicht is hij de ideale persoon om de onderneming doorheen de volgende ontwikkelingsfase te leiden.' Jan voegt daar zelf graag aan toe dat hij dat vertrouwen ook dankt aan de skills en competenties van het sterke NN-team en dat hij energie en inspiratie haalt uit mensen, samenwerking en interactie.

In 2017 nam NN Group Delta Lloyd Groep over. Ook in België bundelden beide de krachten en gingen ze verder als één bedrijf, onder de naam NN. Op 18 april 2017 werd Jan benoemd tot CEO van het gecombineerde bedrijf in België. Een bijzonder weerzien met het bedrijf waar hij amper een jaar eerder afscheid van nam. In zijn nieuwe rol staat hij in voor de succesvolle integratie van NN Belgium en Delta Lloyd Life tot één gecombineerde, sterke financiële dienstverlener in België die focust op bescherming (overlijdens- en invaliditeits-verzekeringen) en pensioenopbouw in tak23.

Samen met meer dan 700 medewerkers ambieert Jan van NN de meest persoonlijke verzekeraar van België te maken en staat er dan ook op om dat door te vertalen in een personeelsbeleid dat vertrekt vanuit respect voor de persoonlijke dromen, talenten en passies van mensen. Als zij ook binnen de kantoorwanden aan de slag kunnen met hun eigen sterktes en ambities, brengt dit zowel onderneming als medewerkers naar een hoger niveau. In februari werden deze inspanningen beloond. NN kreeg toen het label 'Top Employer' toegewezen.

Jan gelooft in NN: 'Wij zijn méér dan een verzekeraar. We begrijpen onze klant en staan hem bij in zijn persoonlijk streven naar geluk dat uiteraard begint met financiële gemoedsrust.' Groot geluk schuilt voor hem in kleine dingen, zoals het avondlijke spelletje kicker met zijn gezin als vast ritueel voor het slapengaan van de kinderen; mama en dochter tegen papa en zoon. Op de vraag waar hij binnen 15 jaar wil staan, antwoordt Jan Van Autreve alsnog het volgende: 'Alleskan. Waarweterechtkomen, datzienwe nog wel. Als het maar ergens is waar ik gezond en gelukkig ben en met een glimlach rondloop.'

Professor dr. Lieven Annemans, titularis leerstoel UGent



Professor dr. Lieven Annemans is hoogleraar in de gezondheidseconomie aan de faculteit geneeskunde van de Universiteit Gent. Met de huidige NN leerstoel en 'het Nationaal Geluksonderzoek' wil Annemans een antwoord bieden op de vraag "Wat maakt de Belg gelukkig?". Het onderzoek vertrekt vanuit de verschillende levensdomeinen en bekijkt ook de persoonlijke kenmerken van de Belg waardoor een gedetailleerde geluksanalyse mogelijk is. Het geluksonderzoek is voor Annemans een nieuwe pijler in zijn wetenschappelijk curriculum dat de voorbije decennia hoofdzakelijk focuste op de link tussen economie en gezondheid.

Professor dr. Lieven Annemans was acht jaar voorzitter van de Vlaamse Gezondheidsraad en president van de Internationale vereniging voor Farmaco-economie (ISPOR). Van 2000 tot 2003 was hij kabinetsmedewerker bij Frank Vandenbroucke. In 2013 en 2017 werd professor Annemans bekroond tot Laureaat van de Francqui leerstoel. Annemans schreef de boeken 'De prijs van uw gezondheid' (2014) en 'Je geld of je leven in de gezondheidszorg' (2016). Hij is ook auteur van meer dan 250 internationale wetenschappelijke publicaties over gezondheidseconomie.

Cynthia Ghysels, gelukscoach NN

Soms weten mensen niet meer wat ze willen in het leven. Ze twijfelen aan hun job en zouden liever een nieuwe weg inslaan, maar ze weten vaak niet hoe. In dat geval kunnen zij rekenen op life planner Cynthia Ghysels (50).

Cynthia is één van de weinige registered life planners in België. Meer dan ooit gelooft zij dat je door de aandacht voor je persoonlijke ontwikkeling een verschil kunt maken in je leven en dat van anderen. Haar passie voor persoonlijke ontwikkeling gaat helemaal terug tot haar jeugdijaren. Op haar 17e werd zij Belgisch kampioen kogelstoten. Na haar studie rechten heeft ze een mooie carrière van 22 jaar gehad bij verschillende bedrijven in de verzekeringswereld. Daar leerde ze dat een sterker inzicht in jezelf leidt naar een sterker leiderschap.

Als alleenstaande moeder met 2 dochters heeft ze ervoor gekozen het leven te leiden dat bij haar past en haar passie helemaal tot uiting te brengen via haar eigen bedrijf. Zij maakt Life Planning, een methode om te ontdekken hoe je jouw eigen leven zinvol kan invullen en hoe je hierbij de juiste keuzes maakt, praktisch en concreet toepasbaar voor ondernemers, topsporters, bedrijven en hun leiders, die op zoek zijn naar persoonlijke groei en zakelijke effectiviteit.

Op de Geluksblog leert Cynthia de Belgen hoe ze hun geluk in eigen handen kunnen nemen. Als gelukscoach geeft zij tips en reikt zij de middelen aan om de eerste stap naar een gelukkiger leven te zetten. Cynthia helpt Belgen op weg naar een leven vol goesting.



Sylvie Loumaye, psychologe

Op 16-jarige leeftijd weet Sylvie Loumaye één ding zeker: later wil ze werken in het Centrum voor Gezinsplanning met als missie het verbeteren van het emotionele, rationele en seksuele leven. Voor Sylvie is er immers niets interessanter dan werken in het domein 'liefde'. Zegt men niet dat liefde de wereld regeert? Een logische volgende stap was dan ook haar studiekeuze psychologie aan de UCL, uiteraard met een stage in gezinsplanning (SIPS in Luik).

Sylvie vulde dit vervolgens aan met een aggregaat opleiding om later ook les te kunnen geven 'en zo haar kennis en ervaring te kunnen delen met anderen'. Voor haar thesisonderwerp kiest Sylvie voor het delicate onderwerp 'zelfmoord bij jongeren'. Het raakt haar dat sommige jongeren en jongvolwassenen de liefde voor het leven verliezen.

Sylvie startte haar carrière in 1999 bij Aywaille Gezinsplanning (Ourthe-Amblève), als psychotherapeute, gastvrouw en facilitator. Parallel start Sylvie als zelfstandige psychotherapeut die mensen helpt in hun zoektocht naar geluk.

Van 2002 tot 2010 is Sylvie directrice van een Luikse centrum voor Gezinsplanning (Le 37) waar ze instaat voor familiebemiddeling (begeleiding tijdens echtscheidingen), seksuologische hulpverlening en het organiseren van workshops over zelfvertrouwen, communicatie, ...

In 2008 behaalde ze haar universitair diploma (UCL) in de klinische seksuologie waarna ze ook startte met het begeleiden van koppels. De kwaliteit van ons seksleven is volgens haar een bepalende factor voor het geluk. De WHO (Wereldgezondheidsorganisatie) erkent overigens het belang van seksuele gezondheid.

In 2015 volgde ze een opleiding hypnotherapie (TBT) om patiënten te helpen met het verwerken van trauma's (zoals agressie en intimidatie) zodat deze niet langer de kwaliteit van hun geluk bepalen.



Sinds 2010 is Sylvie aan de slag als zelfstandig psychotherapeute en onderzoekt ze voornamelijk hoe je de balans kan bewaren tussen het professionele en het privéleven. Daarnaast blijft ze zich inzetten om het taboe rond seksualiteit te doorbreken via media (in radioprogramma's, geschreven pers, ...), animatie op scholen en conferenties.

Ondertussen heeft Sylvie, zoals te zien op haar website (www.sylvieloumaye.be), verschillende kanalen ontwikkeld die mensen helpen bij de ontwikkeling van een leven waarbij liefde voor onszelf én voor onze naasten, een gezond seksleven, ... centraal staan. Kortom, alles wat men nodig heeft voor een gelukkig leven! Vandaag de dag kan Sylvie zeggen dat haar professioneel leven haar gelukkig maakt en dat haar job haar passie is geworden.