

# De impact van burenhulpnetwerken

Samenvatting van de impactevaluatie die zijn  
uitgevoerd onder 3 leden van Samen Toujours

## SAMENVATTING

De impactstudie 2025-2026, uitgevoerd op initiatief van de stichting be.Source bij drie leden van Samen Toujours – Accolage, Bras dessus Bras dessous (BdBd) en het project Reliage van la Croix Rouge de Belgique – toont een aanzienlijke impact op de waardigheid en de levenskwaliteit van ouderen in het Brussels Hoofdstedelijk gewest.

Deze burenhulpnetwerken steunen op twee complementaire werkvormen:

1. Het **ontwikkelen van duurzame nabijheidsrelaties** via "solidaire duo's" van burens die elkaar regelmatig bezoeken (thuis bij Accolage en Bras dessus Bras dessous, maar ook in woonzorgcentra bij Reliage);
2. Het **organiseren van collectieve activiteiten** in de wijk, in de vorm van culturele of feestelijke ontmoetingsmomenten (door Accolage en Bras dessus Bras dessous).

### Voor wie maken deze netwerken het verschil?

Ongeacht de leeftijd blijkt vooral de leefcontext - en de manier waarop de burenhulpnetwerken die context positief beïnvloeden - bepalend voor de waardigheid en levenskwaliteit naarmate men ouder wordt. De burenhulpnetwerken hebben de grootste impact bij mensen die sterk sociaal geïsoleerd zijn (mensen die alleen wonen, weinig of geen bezoek krijgen van naasten of in een woonzorgcentrum verblijven) en/of bij wie de functionele autonomie of zelfredzaamheid kwetsbaar is geworden.

- De burenhulpnetwerken begeleiden hoofdzakelijk mensen die alleen thuis wonen (meer dan 80% van de respondenten), vaak al gedurende een zeer lange periode (gemiddeld wonen de respondenten al 16 tot 18 jaar alleen). Voor de meerderheid gaat het dus om een langdurig sociaal isolement.
- Alleen bij het Rode Kruis woont een derde van de respondenten in een rust- of verzorgingstehuis.
- Afhankelijk van het netwerk heeft tussen een kwart en de helft van de begeleide personen geen of nauwelijks contact met naasten.
- Daarnaast bevindt tussen de helft en twee derde van het begeleide publiek zich in een situatie van verminderde zelfredzaamheid, terwijl tussen een kwart en een derde kampt met een verlies aan zelfredzaamheid.

### Op welke levensdomeinen hebben deze netwerken impact?

Regelmatige nabijheidsrelaties hebben vooral een sterke impact op domeinen die verband houden met mentaal welzijn, levensvreugde en zelfwaardering. De combinatie van solidaire duo's en deelname aan collectieve activiteiten zorgt bovendien voor een versterkend effect op verschillende levensdomeinen, in het bijzonder op zelfwaardering en het gevoel erbij te horen.

### Hoe werkt deze impact?

De resultaten van het onderzoek tonen aan dat burenhulpnetwerken deel uitmaken van een breder "ecosysteem van sociale vangnetten" of buffering, dat uiteenlopende situaties kan opvangen via drie complementaire hefboomen:

- **Veiligheid bieden:** burenhulpnetwerken versterken het gevoel van emotionele veiligheid en verminderen de angst voor de toekomst. De overgang van een relationele leegte naar een minimale maar duurzame en betrouwbare aanwezigheid vermindert gevoelens van onzekerheid;
- **Compenseren:** het opvangen van tekorten of kwetsbaarheden blijft in hoofdzaak de taak van thuiszorg- en hulpdiensten. Burenhulpnetwerken helpen echter het gebrek aan een sociaal netwerk, verminderde autonomie of beperkte toegang tot bepaalde diensten (bijvoorbeeld samen met een buur naar buiten gaan wanneer de mobiliteit afneemt, of een vrijwilliger die voorleest wanneer iemand slechtziend wordt);
- **Levenssituaties stabiliseren:** burenhulpnetwerken dragen bij aan continuïteit en houvast door betrouwbare contacten op de lange termijn mogelijk te maken.

Deze differentiatie bevestigt de maatschappelijke relevantie van de initiatieven die door burenhulpnetwerken worden ontwikkeld. De index van functionele zelfredzaamheid – gemeten aan de hand van de frequentie van tussenkomsten door thuiszorg- of hulpdiensten – bevestigt bovendien de complementariteit van burenhulpnetwerken binnen dit bredere ecosysteem van sociale buffering.

Burenhulpnetwerken kunnen niet alleen optreden (zoals blijkt uit hun beperkte impact op de fysieke gezondheid van respondenten, of hun indirecte impact op het gevoel van autonomie). Toch bieden zij een duidelijke meerwaarde, in het bijzonder op twee van de drie hierboven beschreven hefboomen.

De studie benadrukt dat:

- De effecten **geleidelijk** ontstaan en sterker worden bij **langdurigere begeleiding**.
- De meest **kwetsbare groepen** (met een hoge mate van sociaal isolement, verminderde zelfredzaamheid of verlies van zelfredzaamheid) het **meeste baat** hebben bij deze ondersteuning.
- De **combinatie van beide werkvormen** (nabijheidsrelaties + collectieve activiteiten) de impact aanzienlijk versterkt, wat het **gecombineerd effect** van deze twee benaderingen bevestigt.
- **Regelmatige nabijheid acties** opnieuw **houvast en herkenningspunten** creëren - essentiële elementen die moeilijk kwantitatief meetbaar zijn. Daarom zijn kwalitatieve elementen in deze studie van groot belang.

Tot slot biedt de studie waardevolle inzichten voor de verdere reflectie van burenhulpnetwerken en helpt ze prioritaire strategische werkpunten te identificeren om hun maatschappelijke impact verder te versterken. Daarbij wijzen we vooral op het belang van:

1. het beter bereiken en identificeren van mensen die sterk sociaal geïsoleerd zijn (via versterkte outreachpraktijken van burenhulpnetwerken);
2. het versterken van partnerschappen met het ecosysteem van thuiszorg en hulpverlening voor situaties van verminderde of verloren zelfredzaamheid;
3. het verder ontwikkelen van de complementariteit tussen individuele nabijheidsrelaties (via solidaire duo's) en deelname aan een collectieve dynamiek (via groepsactiviteiten in de wijk).

[Lees hier de volledige resultaten van de impactstudie in het Frans.](#)