

## Persbericht

### Een bloem voor een geïsoleerde oudere: een klein gebaar met grote maatschappelijke én economische impact

**Brussel, 28 september 2026 – Op 1 oktober, internationale dag van de ouderen, delen de burenhulpnetwerken 11.000 bloemen uit in de publieke ruimte. Voorbijgangers krijgen één eenvoudige uitnodiging: geef een bloem aan een oudere uit je omgeving. Een eenvoudig gebaar dat mensen opnieuw met elkaar in contact brengt – en tegelijk raakt aan een groter maatschappelijk vraagstuk: hoe kunnen we eenzaamheid voorkomen, de gezondheid van ouderen versterken én de druk op de gezondheidszorg verlichten?**

Eenzaamheid heeft immers niet alleen een impact op ons welzijn, maar ook op onze gezondheid en ons zorggebruik. Een [Britse studie](#) berekende dat ernstige eenzaamheid gepaard gaat met ongeveer 900 euro aan bijkomende gezondheidskosten per persoon per jaar (Morrish et al., 2025). Mensen die zich vaak eenzaam voelen, doen vaker een beroep op medische zorg en worden vaker in het ziekenhuis opgenomen.

#### Eenzaamheid: ook een economisch vraagstuk

België behoort al langer tot de Europese landen waar [eenzaamheid sterk voorkomt](#). Zo voelt 10% van de Belgische bevolking zich regelmatig eenzaam (EU Joint Research Centre, 2018).

Met het ouder worden nemen deze cijfers toe. Bij de 60-plussers [voelt één op zeven zich eenzaam](#) meerdere keren per week (Koning Boudewijnstichting, 2025). Een verhouding die doet vermoeden dat de bijkomende gezondheidskosten aanzienlijk kunnen oplopen, op een leeftijd waarop dit soort uitgaven sowieso al hoog ligt<sup>1</sup>.

#### Burenhulpnetwerken als sociale buffer

Een [impactstudie](#) (SAW-B, 2025), uitgevoerd met de steun van de stichting be.Source bij drie burenhulpnetwerken, beschrijft deze netwerken als een echte «sociale buffer». Door opnieuw sociale banden te creëren met geïsoleerde ouderen, dragen de burenhulpnetwerken bij aan meer stabiliteit in het dagelijks leven. Ze zorgen voor regelmatige en betrouwbare contactmomenten op lange termijn en maken het mogelijk om kwetsbaarheden vroegtijdig op te merken.

Voor Samen Toujours is de boodschap daarom duidelijk: investeren in burenhulpnetwerken betekent investeren in een preventiebeleid dat bepaalde publieke gezondheidsuitgaven kan vermijden. Burenhulpnetwerken vervangen professionele zorg niet, ze verlichten de druk erop door gevoelens van eenzaamheid en sociaal isolement, die een negatieve impact hebben op de gezondheid<sup>2</sup>, te verminderen. Tegelijk maken ze professionele zorg doeltreffender, doordat die tijdig kan worden ingezet.

Ook internationaal groeit de aandacht voor de economische waarde van preventie en sociaal werk. [Nederlands onderzoek](#) (ABF, 2024) becijferde bijvoorbeeld dat investeren in één extra sociaal werker

<sup>1</sup> Volgens [een studie van de Onafhankelijke Ziekenfondsen](#) nemen de jaarlijkse gezondheidsuitgaven toe met de leeftijd (ongeveer 4.531 euro voor 65- tot 79-jarigen en 8.820 euro voor 80-plussers). Die uitgaven hebben voornamelijk betrekking op ziekenhuisopnames wegens chronische aandoeningen, forfaitaire tegemoetkomingen voor woonzorgcentra, geneesmiddelen en verpleegkundige zorg.

<sup>2</sup> Een [overzicht van Brusano](#) wijst er bovendien op dat sociaal isolement de cognitieve achteruitgang versnelt en het risico op hart- en vaatziekten en valpartijen verhoogt. De gevolgen zijn vergelijkbaar met die van roken. Sociaal isolement heeft daarnaast een negatieve invloed op het opvolgen van behandelingen en verhoogt het risico op een nieuwe ziekenhuisopname.

tegen 2033 meer dan 3,5 zorgverleners zou kunnen uitsparen. Dat zou overeenkomen met 107 tot 216 miljoen euro aan vermeden sociale en gezondheidskosten.

### Kom ons ontmoeten

Met de actie « Zeg het met een bloem » wil Samen Toujours een cultuur van ontmoeting stimuleren om eenzaamheid te bestrijden en lokale sociale banden in de wijken te versterken.

Op 1 oktober trekken vrijwilligers van de burenhulpnetwerken en hun partners de straat op, met bloemen in de hand, om mensen te ontmoeten. Meer dan 11.000 uitgedeelde bloemen zijn meer dan 11.000 kansen op een gesprek, een ontmoeting en misschien een nieuwe sociale band.

De actie is sinds 2018 stevig verankerd in **Brussel** en breidt dit jaar uit naar zeven Waalse gemeenten. Deze week zijn we aanwezig in **Ottignies-Louvain-la-Neuve, La Louvière, Morlanwelz, Tubeke, Nijvel, Rixensart** en **'s-Gravenbrakel**, naast alle Brusselse gemeenten. Kom ons op het terrein ontmoeten, deel onze boodschap of ervaar de actie gewoon zelf! De uren waarop de bloemen worden uitgedeeld, vind je op: [www.samentoujours.be](http://www.samentoujours.be)

### Over de burenhulpnetwerken

Samen Toujours is het Brusselse platform voor burenhulpnetwerken. Deze netwerken ondersteunen de ontwikkeling van sociale banden *tussen* en *met* geïsoleerde ouderen, zodat ouderen zo lang mogelijk goed omringd en zelfstandig thuis kunnen blijven wonen. Het werk van de burenhulpnetwerken is gebaseerd op de principes van gratis dienstverlening, lokale verankering en wederkerigheid in de uitwisseling. Samen Toujours coördineert de actie « Zeg het met een bloem » voor haar leden: Accolage, Bras dessus Bras dessous, Reliage (Rode Kruis van België), CitiSen (Biloba Huis) en Entour'âge (Chambéry).



### Over onze partners

De actie « Zeg het met een bloem » 2026 wordt ondersteund door de stichting van openbaar nut be.Source ([www.besource.be](http://www.besource.be)) en Iriscare ([www.iriscare.brussels](http://www.iriscare.brussels)):



De stichting van openbaar nut be.Source zet zich in om de waardigheid te behouden en de levenskwaliteit te verbeteren van geïsoleerde ouderen en/of ouderen in een kwetsbare situatie. Ze ondersteunt en begeleidt de initiatieven van haar partners, die zich inzetten voor senioren. Via haar HUB brengt ze deze terreinorganisaties samen in een netwerk en bevordert ze uitwisselingen, samenwerkingen, synergieën en het delen van expertise. Ze draagt ook bij aan een beter begrip van de uitdagingen rond vergrijzing en aan de evaluatie van de impact van de ondernomen acties.

---

### Perscontact

Voor meer informatie, getuigenissen of reportages:  
Fanny Georges, [fanny.georges@samentoujours.be](mailto:fanny.georges@samentoujours.be), +32 456 20 42 56

---