

2. Sociaal isolement en vrije tijd

Signalen

Eenzaamheid, sociaal isolement en de invloed ervan op het psychisch welzijn van mensen is het grootste knelpunt. Mensen verliezen de moed door gebrek aan perspectief, worden moedeloos en zelfs kwaad.

Hun netwerk was al klein en krimpt vaak nog meer. De verenigingen bieden voor veel mensen een sociaal netwerk. Het wegvallen daarvan leidt steeds meer tot crisissituaties.

Onduidelijke of snel veranderende (communicatie over) coronamaatregelen zorgden soms voor onnodige angst bij mensen, waardoor ze zich nog meer isoleren. Ze misten een plek om vrijblijvend binnen en buiten te lopen en informele contacten met anderen.

Ervaringen

“Als ik het moeilijk heb, voel ik me down. Dan blijf ik vaker in mijn bed liggen. Als ik me goed voel, ga ik wandelen. Als ik hoor dat je beter binnen blijft, voel ik de muren op me afkomen.”

“Mensen die enkel onze vereniging hebben als sociaal netwerk, hadden het heel lastig met de lockdown. Ze hadden het gevoel dat het enige wat ze hadden hen ook werd afgenomen.”

“Sommigen durfden zelfs de deur niet openen als wij voedsel aan huis brachten of durfden de kinderen niet meer naar school te laten gaan. Dat heeft natuurlijk onnodig psychische gevolgen, en gevolgen voor de onderwijsloopbaan van die kinderen.”

Aanbevelingen

- Verenigingen zijn nu nog meer dan anders vaak de enige vorm van sociaal contact. Geef verenigingen de ruimte om mensen te blijven bereiken. **Hou rekening met de leefwereld, context en kwetsbaarheid van mensen in armoede.**
- **Maak extra ondersteuning voor organisaties duurzaam.** Zo kan extra personeel langer ingezet worden om mensen te bereiken via stoepbezoeken, hen te ontvangen in kleine groepjes of coronaveilig te gaan wandelen.
- **Luister ook naar de noden van mensen in armoede** op het vlak van vrije tijd en hoe er kan op ingespeeld worden via samenwerkingen.

De volledige signalenbundel is beschikbaar op de website netwerktegenarmoede.be

