

SAMEN VOOR VERBONDENHEID

Deel 5: Een overkoepelende blik op de resultaten van het onderzoek rond de aanpak en preventie van eenzaamheid binnen Samana

dr. Hannelore Stegen, dr. Lise Switsers & Monica Wouters

In opdracht van Samana vzw



Inhoud

1. INLEIDING	76
2. OVERZICHT DATAVERZAMELING	76
3. BELANGRIJKSTE BEVINDINGEN	76
3.1. Profiel van leden en vrijwilligers	77
3.1.1. Leden	77
3.1.2. Vrijwilligers	78
3.2. Kwetsbaarheid van leden en vrijwilligers	78
3.2.1. Financieel	78
3.2.2. Dubbele rol	78
3.2.3. Disruptieve gebeurtenis	79
3.2.4. Psychologische kwetsbaarheid	79
3.3. Eenzaamheid als structurele uitdaging	79
3.4. Rol van Samana	81
3.4.1. Inhoudelijk	81
3.4.2. Praktisch	83

1. Inleiding

Samana bestaat dit jaar 75 jaar! Dat vieren ze met heel wat festiviteiten, maar ook met een wetenschappelijk onderzoek naar de rol van Samana voor de leden, personen met een chronische ziekte en mantelzorgers, en voor de vrijwilligers, waarvoor Samana samenwerkt met de Thomas More hogeschool. Binnen dit onderzoek werden vragenlijsten afgenomen bij de leden en vrijwilligers, vonden er 10 diepte-interviews met leden plaats en organiseerden we gesprekstafels met beroepskrachten van Samana en met vrijwilligers. Het doel van dit onderzoek is om op die manier meer zicht en kennis te krijgen over de rol van Samana in het kader van de aanpak en preventie van eenzaamheid, bij hun leden en bij de vrijwilligers.

In dit rapport bespreken we overkoepelend inzichten die uit de resultaten van dit deelonderzoek naar voren komen.

2. Overzicht dataverzameling

Binnen dit onderzoek vond heel wat dataverzameling plaats. In Tabel 1 wordt een overzicht weergegeven van alle data die in het kader van dit onderzoek werd verzameld.

Tabel 1. Overzicht dataverzameling

Type dataverzameling	Aantal deelnemers
Enquêtes bij leden en vrijwilligers	Leden: N = 343 Vrijwilligers: N = 638 Totaal: N = 981
Diepte-interviews bij leden	N = 10
Gesprekstafels met beroepskrachten en vrijwilligers	Beroepskrachten: N = 15 Vrijwilligers: N = 21 Totaal: N = 36
Totaal aantal deelnemers: 1027	

3. Belangrijkste bevindingen

De belangrijkste bevindingen zijn samen te vatten in 4 onderdelen. Eerst gaan we in op het **profiel van de leden en vrijwilligers** in 3.1, om vervolgens in 3.2 de **kwetsbaarheid van diezelfde leden en vrijwilligers** onder de loep te nemen. In 3.3 zoomen we in op **eenzaamheid als structurele uitdaging** binnen de werking van Samana, om tot slot in 3.4 **de rol van Samana** te bespreken in de aanpak en preventie van eenzaamheid.

Figuur 1. Overzicht van de vier grote blokken van de resultaten



3.1. Profiel van leden en vrijwilligers

We kunnen de zogenaamde 'populatie' binnen Samana opdelen in twee groepen: de leden en de vrijwilligers. De groep leden bestaat uit mensen met een chronische ziekte enerzijds en mantelzorgers anderzijds; de groep vrijwilligers bestaat uit mensen die zich engageren als vrijwilliger om op vrijwillige basis ondersteuning te bieden aan de werking van Samana. In wat volgt schetsen we eerst het profiel van de leden (3.1.1), gevolgd door dat van de vrijwilligers (3.2.2).

3.1.1. Leden

Zoals hierboven vermeld, bestaat de groep leden uit personen met een chronische ziekte enerzijds, en mantelzorgers anderzijds. Maar liefst 47% van de leden is mantelzorger, waarvan een deel van deze groep zowel mantelzorger is als een chronische ziekte heeft. Dit cijfer ligt een pak hoger dan het algemene Vlaamse cijfer, waar we zien dat 1 op 3 Vlamingen van 18 jaar en ouder (dus zo'n 33%) onder de definitie van mantelzorger valt¹.

De ledenpopulatie is overwegend vrouwelijk (74.9%), en overwegend ouder (gemiddeld 74 jaar). Toch is er veel variatie op vlak van leeftijd: de jongste deelnemer was 20 jaar, de oudste 95. Verder zien we ook op heel wat andere vlakken veel variatie binnen de ledengroep. Op vlak van werksituatie bijvoorbeeld hoorden we tijdens de interviews dat sommige leden bijvoorbeeld nog voltijds aan het werk zijn, andere halftijds, anderen zijn met pensioen of zijn bijvoorbeeld omwille van hun gezondheid arbeidsongeschikt. Die gezondheid is volgens 20,4% van de leden dan ook slecht tot zeer slecht.

Maar ook de interesses en noden van de ledenpopulatie variëren heel erg: waar de ene bij wijze van spreken nood heeft aan een wekelijkse samenkomst met koffie en taart, wil de andere vormingen krijgen over allerhande thema's of actiever aan de slag. Onderstaande quote uit één van de diepte-interviews illustreert dit:

¹ Vlaams Expertisepunt Mantelzorg. (z.d.). *Mantelzorg in cijfers*. Geraadpleegd 17 december 2025, van <https://www.mantelzorgers.be/nl/voor-professionals>

*“Ik denk dat Samana geen kooklessen geeft omdat die ouderen die er komen, **niet meer openstaan voor nieuwe dingen**. Allee die echte oude garde. Want diegene die daar naartoe komen, dat zijn mensen tussen de 75 en de 90. Ik denk dat die gewoon gaan voor het **sociaal contact**, voor een jatteke koffie en een babbeltje en voor eens een middag weg te zijn. Maar ik ben daar nog te actief of te jong voor. Ik ga nu niet zeggen: “dat is de **gepensioneerdenbond**” want ik zit er zelf bij. Maar voor mij komt het nog een beetje te vroeg.”*

3.1.2. Vrijwilligers

Kijken we naar het profiel van de vrijwilligers, dan zien we in de eerste plaats vrijwilligers met een zeer sterke betrokkenheid. Zo'n 26 procent geeft namelijk aan zich al meer dan 20 jaar in te zetten voor Samana, en daarnaast is meer dan 70% van de groep vrijwilligers ook nog eens vrijwilliger in een andere context dan Samana. We hebben hier dus te maken met een vrijwilligersgroep met een zeer diepgeworteld engagement en een grote loyaliteit ten aanzien van de organisatie.

Bovendien zien we dat het vrijwilligerswerk volgens de vrijwilligers een positieve invloed heeft op hun levenstevredenheid, en dit omdat ze dankzij hun vrijwilligerswerk bij Samana waardering, dankbaarheid, vriendschap en verbondenheid ervaren.

Toch brengt het vrijwilligerswerk ook een aantal risico's met zich mee: 28,1% van de vrijwilligers geeft aan lichamelijke belasting te ervaren als gevolg van het vrijwilligerswerk, en 25,7% ervaart emotionele belasting. Ondersteuning van de vrijwilligers, zowel in het zorgen voor iemand als in zelfzorg, zijn dus van groot belang. Ook op eenzaamheid lopen de vrijwilligers een hoog risico, daarover meer in 3.2. Het is dan ook belangrijk te beseffen dat ook het vrijwilligerswerk binnen Samana zijn grenzen kent.

3.2. Kwetsbaarheid van leden en vrijwilligers

Zowel de leden als de vrijwilligers kennen een aantal kwetsbaarheden, en dit op vier fronten. Ze zijn niet alleen financieel kwetsbaar (3.2.1), ze moeten ook vaak een dubbele rol vervullen (3.2.2) en maakten een disruptieve gebeurtenis mee (3.2.3). En ook op psychologisch vlak zien we een zekere kwetsbaarheid bij zowel leden als vrijwilligers terugkomen (3.2.4).

3.2.1. Financieel

Eerst en vooral zit er een grote financiële kwetsbaarheid bij vele leden en vrijwilligers. 27% van de leden zegt moeilijk tot zeer moeilijk rond te komen met het gezinsinkomen, alsook 18% van de vrijwilligers. Bij de leden heeft bovendien 40% recht op een verhoogde tegemoetkoming, een cijfer dat een pak hoger ligt dan het algemene percentage in België. Het meest recente cijfer uit 2023² zegt dat 20,4% van de Belgen recht heeft op een verhoogde tegemoetkoming, en hoewel dit percentage jaar na jaar stijgt, ligt het percentage van de leden binnen Samana dus zeker hoger.

3.2.2. Dubbele rol

Een tweede kwetsbaarheid ligt in het feit dat heel wat van de betrokkenen van Samana een dubbele rol opnemen. Mensen hebben niet enkel een chronische ziekte, of zijn niet alleen mantelzorger of vrijwilliger. Maar liefst 47% van de leden geeft aanop regelmatige basis ondersteuning of hulp aan personen binnen of/en buiten hun huishouden te verlenen, en dus onder de definitie van mantelzorger valt. 59,9% van die personen die zorg biedt aan iemand binnen en/of buiten het huishouden, gaf bovendien aan tijdens de voorbije 12 maanden zelf ondersteuning te hebben gekregen van iemand in de omgeving omwille van een langdurige ziekte, gezondheidsprobleem of een beperking. Het is net die dubbele rol die hen kwetsbaar

² Intermutualistisch Agentschap. (z.d.). *Verhoogde tegemoetkoming en vervangingsinkomen in België*. Geraadpleegd 16 december 2025, van <https://www.ima-aim.be/Verhoogde-tegemoetkoming-en?lang=nl>

maakt. Maar liefst 91% van de groep mantelzorgers zegt voldoening te halen uit de ondersteuning die ze bieden, maar tegelijkertijd geeft een aandeel aan fysieke (32,9%) en emotionele (41,6%) belasting te ervaren als gevolg van het bieden van die ondersteuning. We dienen dus aandacht te hebben voor het feit dat dit enerzijds betekent dat mensen niet altijd extra ondersteuning van buitenaf zullen vragen omdat ze zelf hun verantwoordelijkheid willen nemen enerzijds, en dat het mantelzorg verlenen ook een impact heeft op hun sociaal netwerk anderzijds. Dat sociaal netwerk verandert omdat men zorg verleent aan iemand in de naaste omgeving. Uit de vragenlijst blijkt dat 28,6% van de mantelzorgers aangeeft dat Samana al wel verademingskansen biedt als het gaat over zorg, maar hier is dus zeker nog wel groeimarge.

3.2.3. Disruptieve gebeurtenis

Een derde aspect dat de betrokkenen van Samana kwetsbaar maakt, is het feit dat ze vaak een disruptieve gebeurtenis hebben meegemaakt. Mensen worden chronisch ziek, moeten zorg verlenen aan een naaste, worden van de ene op de andere dag uit het werkcircuit gehaald of verliezen iemand uit hun omgeving. Het feit alleen al dat ze zoiets meemaken, maakt hen kwetsbaar.

3.2.4. Psychologische kwetsbaarheid

Tot slot is er nog een vierde kwetsbaarheid, die zich eerder psychologisch situeert. Het feit dat mensen chronisch ziek zijn bijvoorbeeld, heeft een impact op iemands eigenwaarde en zelfvertrouwen. Sommige leden van Samana getuigden zelfs over een zekere gêne over hun persoonlijke situatie. Dit heeft ook te maken met de impact van maatschappelijke/politieke tendensen, en hoe er naar personen met een chronische ziekte en hun mantelzorgers gekeken wordt. Onderstaande quote komt uit één van de diepte-interviews en maakt pijnlijk duidelijk met welk stigma men soms te maken krijgt:

*“Zeker nu met de **heisa rond de zieken en de profiteurs**, dat maakt dat je je ongemakkelijk en bang voelt: Ik doe verschillende activiteiten, maar mijn werk kan ik wel niet doen. [...] De beoordeling komt heel hard aan. Dat maakt dat je de **neiging hebt om die dingen te laten**. Waardoor je **jezelf terug alleen zet en terug in eenzaamheid zet**. [...] Ik doe vanalles om niet alleen thuis te zitten en sociale contacten te houden. Als ik die dingen niet doe, heb ik die sociale contacten niet. **Moet je omdat je ziek bent, niets doen en thuisblijven?! Als je de krant ziet, en alle commentaren leest, dan voel je je echt niet goed. Er wordt snel geoordeeld, zonder de achtergrond te weten. En mensen denken vaak dat je nog een royaal loon krijgt als je ziek bent. Dat maakt allemaal dat je je terugtrekt.**”*

Zoals geïllustreerd in bovenstaande quote zorgt dit stigma er ook voor dat mensen al sneller in eenzaamheid terecht kunnen komen. Op die eenzaamheid gaan we in onderdeel 3.3 verder in.

3.3. Eenzaamheid als structurele uitdaging

Omdat het belangrijkste doel van ons onderzoek was om inzicht te krijgen in hoe het gesteld is met eenzaamheid binnen Samana, was een groot deel van de vragenlijst, de interviews en de gesprekstafels, gewijd aan dit onderwerp. We bevroegen eerst en vooral hoe het gesteld was met eenzaamheid bij de leden en vrijwilligers van Samana. In Tabel 2 worden de cijfers weergegeven.

Tabel 2. Overzicht van eenzaamheid, met ook het algemene cijfer in Vlaanderen

Groep	Algemene eenzaamheid	Emotionele eenzaamheid	Sociale eenzaamheid
Leden	51,6% (37,6% matig; 14,0% ernstig)	37,4%	26,8%
Vrijwilligers	46,6% (34,6% matig, 11,9% ernstig)	20,7%	37,6%
Gemiddelde in Vl. (18+) <i>SBO A Lonely Planet – 2024</i>	37% (31% soms, 6% vaak)	30%	23%

Van de leden is 51,6% eenzaam, met 37,6% die matige eenzaamheid ervaart, en 14,0% ernstige eenzaamheid. Bij de vrijwilligers zien we een percentage van 46,6% van mensen die zich eenzaam voelen, waarbij 34,6% zich matig eenzaam voelt, en 11,9% ernstig. De percentages liggen allemaal hoger dan het gemiddelde in Vlaanderen, dat we uit het SBO-onderzoek A Lonely Planet³ halen. Hier zien we dat gemiddeld in Vlaanderen de algemene eenzaamheid op 37% ligt, waarbij 31% van de 3745 bevestigden zich soms eenzaam voelt, en 6% vaak. Uit de cijfers van ons onderzoek bij Samana blijkt dus dat niet enkel de leden kwetsbaar zijn omwille van hun hoge eenzaamheid, maar ook de vrijwilligers. Een verklaring die regelmatig naar boven kwam omtrent de hoge eenzaamheid bij de vrijwilligers, was dat vrijwilligers soms net vrijwilligerswerk gaan doen om zich minder eenzaam te voelen. De tijd die ze anders alleen (en mogelijk eenzaam) zouden invullen, spenderen ze nu aan hun vrijwilligerswerk, waardoor ze niet enkel iets doen voor anderen, maar ook voor zichzelf.

We bevroegen ook emotionele en sociale eenzaamheid apart bij zowel de leden als de vrijwilligers van Samana. De emotionele eenzaamheid, waarbij je een intieme connectie mist met iemand, lag bij de leden op 37,4% en bij de vrijwilligers op 20,7%. Het gemiddelde in Vlaanderen uit het SBO-onderzoek A Lonely Planet ligt op 30%. Dit betekent dat de vrijwilligers minder vaak een intieme connectie zullen missen met iemand dan de leden. Mogelijke verklaringen hier zijn dat de leden in 47% van de gevallen ook mantelzorger zijn, en ze dus zorg moeten opnemen voor iemand anders, wat maakt dat ze minder ruimte hebben dan vrijwilligers om intieme connecties te onderhouden (zeker in het geval wanneer de zorg in kwestie voor de eigen partner is). Op vlak van sociale eenzaamheid, het missen van een breder netwerk aan sociale contacten, ligt het percentage bij de leden op 26,8% en bij de vrijwilligers op 37,6%, met een Vlaams gemiddelde van 23%. Sociale eenzaamheid ligt dus vooral bij de vrijwilligers hoger, wat te maken kan hebben met het feit dat ze hogere verwachtingen hebben over hun sociale contacten, net omdat ze vrijwilligerswerk doen. Vrijwilligerswerk doen kan er namelijk voor zorgen dat je de verwachting hebt dat je een breed sociaal netwerk hebt met veel mensen waarop je kan terugvallen, maar als de verwachtingen hieromtrent zo hoog zijn dat de realiteit hier niet aan tegemoet komt (zelfs al heeft men eigenlijk wel wat contacten in het sociale netwerk), dan wordt het risico op sociale eenzaamheid net hoger.

Uiteraard wilden we op deze cijfers ook verder reflecteren. Zo kwam zowel tijdens de interviews als tijdens de gesprekstafels naar boven dat eenzaamheid zowel zichtbaar als onzichtbaar kan zijn: zichtbaar, want sommige mensen vinden heel zichtbaar moeilijker aansluiting bij anderen; onzichtbaar, want sommige mensen dragen een rugzakje met zich mee, maar zijn hier niet altijd van in het begin heel open over (denk aan vrijwilligers die zich willen engageren, onbewust net omdat ze zelf eenzaamheid ervaren). Daarnaast geven veel leden aan dat er wel specifieke momenten zijn waarop men meer of net minder eenzaamheid ervaart. 's Avonds in de winter, in de zomer wanneer de mensen drukke agenda's hebben, in de periode waarin men net uit het werkcircuit getrokken wordt, ... Dat zijn momenten die eventuele eenzaamheidsgevoelens kunnen veroorzaken of versterken. Dat maakt ook dat de noden van zowel leden als vrijwilligers op vlak van sociale contacten erg divers zijn: uit verschillende gesprekken blijkt dat de ene al meer nood heeft aan vluchtige contacten, waar de andere liever meer diepgang in bestaande contacten zou krijgen. Ook het gegeven van erbij te horen en ertoe te doen, wat overeenkomt met het existentiële aspect van eenzaamheid ("wie ben ik nu eigenlijk, en wat betekenen ik voor anderen en de wereld?"), is voor de ene al belangrijker dan voor de andere. Belangrijk detail hier: sommige deelnemers aan het onderzoek gaven aan dat ze het alleen zijn soms ook bewust opzoeken, bijvoorbeeld om de tijd te nemen om iets te verwerken of om even tot rust te komen bij zichzelf. Het is dus geen probleem wanneer men *alleen* is, het wordt pas een probleem wanneer iemand *eenzaam* wordt. Dit komt erg overeen met het onderscheid dat in

³ De Witte, J., Heylen, L., Schepers, W., Gryp, D., Häussermann, F., De Donder, L., Van Regenmortel, T. (2024). *Eenzaamheid in Vlaanderen. Deel 1. Ruimte maken voor verbondenheid*. HIVA KU Leuven, Leuven.

de bestaande literatuur wordt gemaakt tussen het objectieve alleen-zijn en het meer subjectieve gevoel van eenzaamheid.

Uiteraard vroegen we ook naar mogelijkheden om die eenzaamheid aan te pakken en waar mogelijk zelfs te voorkomen. Sommige leden tijdens de diepte-interviews maakten hierbij de kanttekening dat ze hier misschien zelf een aandeel bij hebben. Men kan dus ook eigen copingstrategieën toepassen. Voorbeelden die hier worden aangehaald zijn afleiding zoeken door bijvoorbeeld het contact met anderen te gaan opzoeken of zichzelf verplichten bepaalde zaken te gaan doen. Ook vrijwilligerswerk kan een copingstrategie zijn, wat teruggrijpt naar de hoge eenzaamheid bij vrijwilligers: mensen doen vrijwilligerswerk net om zich minder eenzaam te voelen. Wanneer we vroegen naar de eventuele rol van Samana. In veel van de gesprekken kwam hierbij naar boven dat het niet de taak van Samana hoeft te zijn om eenzaamheid 'op te lossen' en mensen 'te forceren tot' deelname aan activiteiten bijvoorbeeld, maar wel dat ze de eenzaamheid kunnen verlichten op momenten dat het moeilijk gaat. 53,8% van de leden en 48,4% van de vrijwilligers geven namelijk aan dat ze zich minder eenzaam voelen dankzij Samana; dit zijn cijfers met zeker nog groeimarge, maar waaruit duidelijk blijkt dat de werking van Samana zeker al een impact op eenzaamheid heeft bij zowat de helft van de leden en vrijwilligers.

3.4. Rol van Samana

Een vierde en laatste groot resultatenluik situeert zich op wat de rol van Samana kan zijn in de komende 75 jaar. Deze rol heeft een aantal inhoudelijke aspecten enerzijds, en een aantal praktische anderzijds. In 3.4.1 lichten we het inhoudelijke luik toe, in 3.4.2 het praktische.

3.4.1. Inhoudelijk

In dit inhoudelijke gedeelte gaan we dieper in op het blijvend inzetten op presentie, de nood aan wijder verspreide en meer politiserende communicatie, het contact met (potentiële) leden, de behoefte aan ruimte en tijd voor informele momenten, de shift in cultuur die zich in sommige werkingen opdringt en de mogelijkheden van samenwerking met andere organisaties.

a. Presentie

Presentie is één van de kernwaarden van Samana. Het gaat over de kracht van aanwezig en nabij zijn, waardoor sociaal contact op een laagdrempelige manier verder gestimuleerd kan worden. Op presentie wordt binnen Samana al erg lang ingezet, maar ook naar de toekomst toe zal dit een blijvend aandachtspunt blijven. 70% van de leden en meer dan 80% van de vrijwilligers ervaren dankzij Samana een sterker gevoel van verbondenheid, onder andere omdat ze zich deel van een gemeenschap voelen, ze steun van anderen ervaren en ze het gevoel hebben van erbij te horen. Dat gevoel van presentie speelt hier dus een ongelooflijk grote rol in. Een aandachtspunt hier is bovendien dat die presentie dreigt te verminderen omdat meer en meer werkingen van op bovenlokaal niveau gebeuren, wat de afstand tot de lokaliteit kan vergroten. Hoewel een evolutie naar meer bovenlokale initiatieven niet altijd tegen te gaan is, dienen de beroepskrachten binnen Samana toch te proberen om waar mogelijk die presente houding vast te houden.

b. Communicatie

Een tweede inhoudelijk speerpunt voor Samana is communicatie, en dit op twee vlakken. Enerzijds gaat het over communicatie als middel tot promotie: hoe kan er beter ingezet worden op het wijder verspreiden van de werking van Samana? Tijdens het onderzoek kwam regelmatig aan bod dat de werking (of een aantal deelwerkingen) van Samana niet bij iedereen even bekend is (zijn). De werking mag dus nog breder bekend gemaakt worden op sommige momenten. Dit betekent ook dat er niet enkel via een digitale weg gecommuniceerd mag worden, maar dat ook het inzetten op papieren communicatie (affiches, flyers,

boekjes) niet over het hoofd gezien mag worden. Tijdens één van de gesprekstafels kwam aan bod dat leden zich, dankzij een tastbare folder in de brievenbus alleen al, verbonden kunnen voelen met Samana als entiteit. Ze voelen dat ze deel zijn van een groter geheel omdat ze persoonlijk worden aangesproken.

Maar communicatie gaat ook verder dan promotie alleen. Regelmatig kwam ook de signalerende en politiserende functie van Samana aan bod. Eén van de belangrijke rollen die Samana te vervullen heeft, is belangenbehartiging: het opkomen voor de belangen van personen met een chronische ziekte en hun mantelzorgers. Samana mag dus gerust tegen de schenen durven schoppen, weliswaar vanuit de warme en presente insteek die ze zo hoog in het vaandel dragen. Een beroepskracht vatte het als volgt samen tijdens één van de gesprekstafels:

“Nu gaat het nog te vaak over hoe goed het bij Samana is, en niet over hoe slecht het zonder Samana is.”

c. Contact met (potentiële) leden

Ook op het contact met leden, al dan niet potentieel, kan Samana sterker inzetten. Het is een oud zeer, maar het blijft vaak terugkomen: ze zouden meer proactief contact kunnen zoeken met potentiële leden én vrijwilligers. De gemiddelde leeftijd van leden en vrijwilligers is respectievelijk 74 en 69 jaar oud, wat aangeeft dat er meer ruimte is om jongere leden aan te trekken bijvoorbeeld. Uit de data blijkt ook dat mensen met een migratie-achtergrond moeilijker de weg vinden naar Samana. Naar de toekomst toe zouden ze dus zeker ook andere doelgroepen moeten aantrekken dan “the usual suspects” die ze nu vaak aantrekken. Wat hierbij kan helpen, is dat ze vanuit Samana meer op maat zouden werken: noden en wensen van mensen kunnen variëren in de tijd en tussen personen. De ene heeft nood aan een wekelijkse babbel, waar de andere misschien maandelijks liever een activiteit in groep doet. Wanneer men meer inzet op het op maat werken, zijn er meer mensen die zich aangesproken voelen dankzij Samana, waardoor ook meer mensen de weg naar hun werking zullen vinden.

d. Ruimte en tijd voor informele momenten

Tijdens het onderzoek kwam ook het belang van informele momenten erg aan bod. De rol van Samana moet erin bestaan om naar de toekomst toe een kader te (blijven) scheppen voor contact tussen deelnemers. Tijdens de gesprekken kwam bijvoorbeeld aan bod dat vormingen fijn zijn, maar dat de uitwisseling tussen deelnemers voor of na diezelfde vorming ook enorm waardevol is. In sommige gevallen is hier namelijk echt sprake van lotgenotencontact, en dit in combinatie met vaak een positieve insteek van ontspanning en amusement. Hoewel de inhoud die Samana brengt dus van belang blijft, is ook dat informele kader, die ‘jat kaffee’ achteraf die mensen toelaat om elkaar te ontmoeten, van onschatbare waarde.

e. Shift in cultuur

Een vijfde inhoudelijk werkpunt is de zogenaamde ‘shift in cultuur’ waar Samana van binnenuit beter op zou kunnen inzetten. Verandering gaat ontzettend traag, vraagt tijd en past niet altijd in het kraam van een aantal ‘monumenten’ – dit zijn leden en vrijwilligers die al een hele tijd meedraaien met Samana en tevreden zijn met hoe de werking loopt, waardoor ze al erg veel mensen kennen en gehecht zijn aan de huidige manier van werken van Samana. Hier en daar zal de standvastigheid van die mensen soms op de proef gesteld moeten worden, om zo verandering toe te laten. Dit zal ervoor zorgen dat er bijvoorbeeld in lokale werkingen hier en daar nieuwe activiteiten opgezet kunnen worden en dat meer mensen de weg vinden naar Samana omdat ze zich beter aangesproken voelen door het aanbod (wat dan weer aansluit bij voorgaand punt d).

f. Samenwerkingen met andere organisaties

Een laatste inhoudelijk gegeven naar de toekomst toe, is het streven naar samenwerking tussen Samana en andere organisaties. Samana hoeft niet altijd opnieuw het warme water uit te vinden: ze kunnen hiervoor ook samenwerken met andere actoren. Denk hierbij bijvoorbeeld aan scholen en werkgeversorganisaties die ondersteuning kunnen bieden om campagnes uit te rollen, of lokale verenigingen met wie de werking misschien deels overlapt, en die mee ondersteuning kunnen bieden om meer mensen aan te trekken of een activiteit beter in de kijker te zetten. Ook samen activiteiten opzetten kan een optie zijn, zolang Samana hierin ook de eigen eigenheid blijft bewaken.

3.4.2. Praktisch

Niet alleen inhoudelijk, maar ook praktisch zien we enkele werkpunten naar boven komen waar Samana op kan werken naar de toekomst toe. We gaan er hieronder op in.

Toegankelijkheid is een eerste praktisch werkpunt, en dit op verschillende vlakken. Hoewel sommige mensen graag *willen* deelnemen, kan het zijn dat de activiteiten voor hen niet toegankelijk zijn omdat ze zich bijvoorbeeld enkel **digitaal** kunnen inschrijven, de **afstand** tot de activiteit te ver is, of ze niet voldoende **mobiel** zijn om ter plekke te geraken. Toegankelijke activiteiten moet dus meer dan enkel digitaal toegankelijk zijn; ook de afstand tot activiteiten en de mobiliteit van leden en vrijwilligers kan roet in het eten gooien.

Daarnaast is ook het **financiële aspect** van belang in die toegankelijkheid. Hoewel Samana vaak al zo goed mogelijk de prijzen probeert te drukken, zijn er soms toch mensen die om financiële redenen niet aansluiten bij activiteiten. Zoals eerder aangegeven zit er bij zowel de leden als vrijwilligers een grote financiële kwetsbaarheid, dus ook dit is een blijvende oefening voor Samana, dat ze kosten steeds zoveel mogelijk proberen drukken.

Tot slot is er ook de **taal**: sommige mensen kunnen, om welke reden dan ook, een taalbarrière ervaren; omdat het Nederlands niet hun moedertaal is bijvoorbeeld, of omdat hun taal omwille van een chronische ziekte achteruitging. Ook over de taal dient men dus aandachtig te zijn binnen Samana, dat deze laagdrempelig en makkelijk verstaanbaar is.

Een tweede praktisch gegeven om bij Samana aandacht aan te blijven geven, is het 'oud zeer' van de **verduurzaming van de werking**. Wil Samana de komende 75 jaar blijven bestaan, dan dienen ze in te zetten op een blijvende instroom aan vrijwilligers. De huidige vrijwilligers worden ouder en soms zelf ook zorgbehoevend, dus nieuwe (vaak jongere) vrijwilligers dienen klaar te staan om de werking verder te zetten. Vanuit de vrijwilligers is er trouwens ook vraag om hierin te ondersteunen.

Tot slot dient Samana de **kennis** te behouden over **wie** haar leden en vrijwilligers net zijn. Alleen zo, door te weten wie er deel uitmaakt van de vereniging, kan op maat gewerkt worden, en kan aan bepaalde noden voldaan worden. Zonder kennis van wie net betrokken is, is er geen volwaardige werking die inzet op de noden van haar leden en vrijwilligers.