

Impact van vier het leven

Van eenzaamheid naar levensplezier

Stichting Vier het Leven gelooft dat meedoen geen luxe is, maar een levensbehoefte. Ook als je 84 bent moet je het leven kunnen blijven vieren. Wij halen daarom drempels weg en brengen ouderen door heel Nederland samen via het culturele leven. Naar de film, het theater of een concert, van deur tot deur. Wij regelen alles. Met 1.900 vrijwilligers in ruim 240 gemeenten, meer dan 5.500 keer per jaar. Zo zorgen we dat ouderen niet aan de zijlijn staan, maar weer midden in het leven.



Onze bewezen impact

In 2025 hebben wij een impactonderzoek uitgevoerd onder 918 vrijwilligers en 1.954 deelnemers. De resultaten bevestigen wat wij dagelijks zien: meedoen verandert levens.

Meer informatie? <https://4hetleven.nl/>



Oud en alleen

Nederland vergrijst. Daarmee groeit een stille crisis: eenzaamheid. De cijfers liegen niet.

50% is eenzaam
waarvan
22% sterk eenzaam



Eenzaamheid schaadt mentale én fysieke gezondheid



23% heeft één of meer beperkingen

30% durft niet uit te gaan

Druk op de zorg

In 2050:

is 1 op de 4 Nederlanders 65+

groeit het aantal 85+ van 400.000 naar >1 miljoen

Preventie

Sociaal-culturele uitjes brengen plezier, verbinding en uitdaging.
Elk uitje is preventie. Elke ontmoeting is zorg.

ONZE IMPACT OP

Deelnemers

Onze deelnemers in kaart

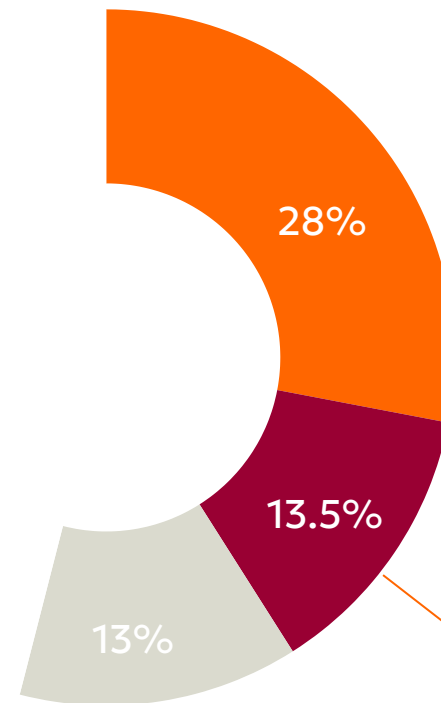
11.9 duizend ouderen vieren mee

Rapportcijfer

8.9

is het gemiddelde cijfer dat deelnemers geven

84 is de gemiddelde leeftijd



- Rollator
- 1-op-1 begeleiding
- Slechthorend

Waarvan 6% een visuele beperking en 7.5% een ondersteunende arm nodig heeft

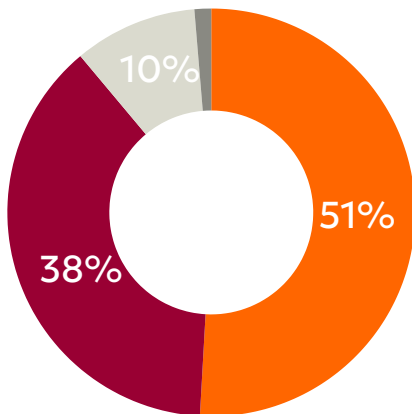
ONZE IMPACT OP

Deelnemers

Duurzame
verbinding

“Door Vier het Leven heb ik nieuwe vriendinnen gemaakt. Ik kan m’n leven haast niet meer voorstellen zonder. Dan zou ik veel eenzamer zijn.”

Hoe vaak mee uit?



- 1 t/m 4 per jaar
- 5 t/m 10 per jaar
- > 10 per jaar

51%
van onze gasten voelt
zich minder eenzaam
door Vier het Leven

88%
kan zelfstandig blijven
deelnemen aan het
sociale leven

“Tijdens mijn langdurige mantelzorgperiode waren de uitstapjes met Vier het Leven de lichtpuntjes in mijn bestaan. Het opende voor mij even de vensters naar de buitenwereld.”

ONZE IMPACT OP

Deelnemers

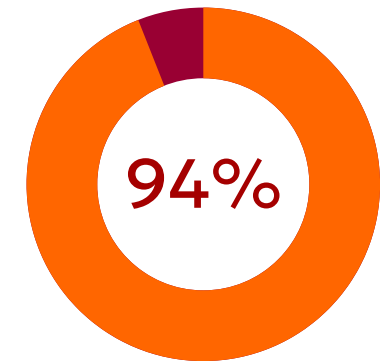
Kunst &
Cultuur

“Deelnemen brengt me weer in contact met kunst, cultuur en mensen. Ik ervaar dat inspirerend en ik voel me meer deelnemen aan het leven.”

62% zou zonder Vier het
Leven geen culturele
instelling bezoeken

90%
kan blijven genieten
van culturele
activiteiten

94%
heeft iets leuks om
naar uit te kijken



Kan door de begeleiding
weer makkelijk een
culturele instelling
bezoeken

“Vier het Leven is de enige manier voor mij om nog naar culturele activiteiten te gaan ik geniet er heel erg van.”

ONZE IMPACT OP

Deelnemers

Verbinding
met
vrijwilligers

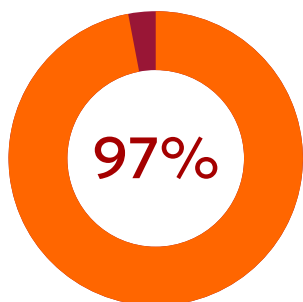
“Dat je wordt opgehaald door een vrijwilliger is een feest an sich”

Rapportcijfer

9.1

is het cijfer dat gasten de begeleiding geven

Praktische begeleiding



Vindt het vervoer op een fijne manier geregeld

Intergenerationeel contact



vindt het contact met de vrijwilliger(s) vertrouwd



geeft het contact met de vrijwilliger(s) een verbondenheidsgevoel

“Voor diegene chronisch ziek, gehandicapt, die moeilijk of helemaal niet kunnen reizen met het OV, een uitkomst.”

ONZE IMPACT OP

Vrijwilligers

Onze
vrijwilligers
in kaart

“Vrijwilligerswerk is zo ontzettend belangrijk. Ik ben trots dat ik er onderdeel van uitmaak en een verschil kan maken voor mensen die nog wel heel graag willen, maar het zelf niet meer kunnen.”

1.9 duizend vrijwilligers
vieren mee

Rapportcijfer

8.5

is het gemiddelde cijfer dat vrijwilligers geven

65 is de gemiddelde leeftijd

Voldoening



heeft het gevoel een verschil te maken in het leven van een ander



heeft het vrijwilligerswerk een positief effect op hun eigen leven

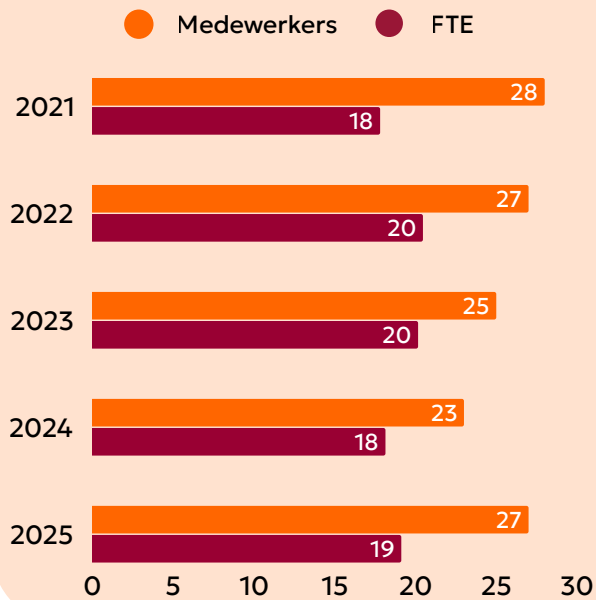
“Dat je zoveel voor iemand kan betekenen, dat is onbetaalbaar”

DE AFGELOPEN 5 JAAR

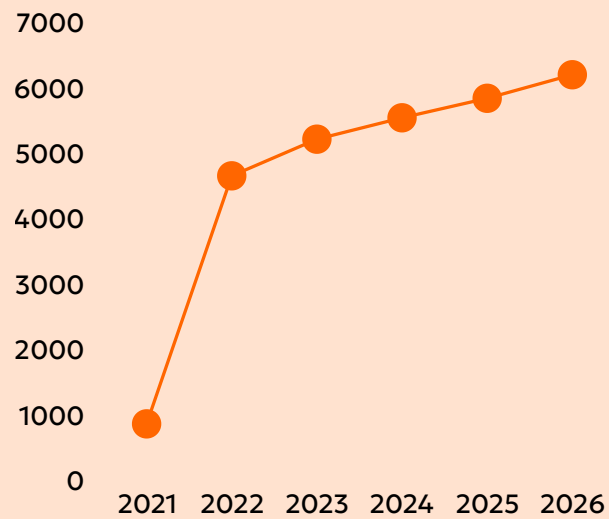
Groei organisatie

Wat hebben we bereikt?

Medewerkers



Activiteiten



Gasten

