

## Aan de **ONDERKANT** ligt de lat altijd hoger

Verhalen uit de buik  
van de samenleving  
Marijke Decuypere  
& Guy Malfait



### Cultuur en ontspanning

**“Wie niet werkt, heeft geen nood aan vakantie. Hij/ zij heeft al genoeg tijd om uit te rusten”.**

Bijdrage door Storms, Cornelis en Van Thielen:

Vakantie vervult verschillende functies. Ze is goed voor de gezondheid (de Bloom et al., 2009), op vakantie komen mensen tot rust, zowel fysiek als psychisch. Ook gezinnen in armoede hebben nood om zich te kunnen ontspannen en er af en toe tussen uit te kunnen. Armoede gaat immers gepaard met chronische stress: Welke rekening moet er morgen betaald worden? Wat eten we vanavond? Waarvan betaal ik het schoolgeld? Hoe haal ik het einde van de maand? Schaarste aan geld (of tijd of slaap) neemt mensen volledig in beslag. Het vernauwt ons denken. Ons werkgeheugen zit vol en we worden vergeetachtig en geprikkeld. Schaarste belemmert ons bij de uitvoering van allerlei taken die aandacht vereisen en we verliezen er overzicht door (Mullainathan & Shafir, 2013).

Daarnaast is vakantie dé periode om samen met het gezin, familieleden of vrienden leuke en aangename momenten te beleven. Deze momenten (en de herinnering hieraan) maken relaties sterker. Vakanties kunnen ook verrijkend zijn. Door op vakantie te gaan kunnen mensen nieuwe dingen beleven, nieuwe ervaringen opdoen en in contact komen met andere mensen (Storms & Van den Bosch, 2009).

Omdat vakantie een recht is, beoogt het [steunpunt Vakantieparticipatie](#) iedereen de kans geven om op vakantie of op daguitstap te gaan in Vlaanderen en Brussel. Alleen op vakantie, met het hele gezin of met vrienden. Samen met de toeristische sector zet Steunpunt Vakantieparticipatie zich in om het reguliere aanbod toegankelijk te maken voor mensen in kansarmoede. De toeristische partners geven een fikse korting aan vakantiegangers die via Steunpunt Vakantieparticipatie bij hen boeken.

Literatuur:

de Bloom, J., Kompier, M., Geurts, S., de Weerth, C., Taris, T., & Sonnentag, S. (2009). Do We Recover from Vacation? Meta-analysis of Vacation Effects on Health and Well-being. *J Occup Health*, 51, 13-25.

Mullainathan, S., & Shafir, E. (2013). *Scarcity: Why having too little means so much*. Macmillan.

*Storms, Bérénice, and Karel Van den Bosch. Wat heeft een gezin minimaal nodig? Een budgetstandaard voor Vlaanderen. ACCO, 2009.*