

# MATÉRIEL DE FORMATION POUR LA COMMUNAUTÉ

PROJET HEALTHY LONELINESS

2020-1-ES01-KA204-083167

AOÛT 2022



## LE CONTENU

---

Conseils et gestes pour s'adresser aux personnes âgées en situation de solitude

---

Liste des organisations ou entités qui aident les personnes âgées

## INTRODUCTION

Le présent document a été développé dans le cadre du projet Erasmus+ Healthy Loneliness.

Il a pour but de présenter le matériel de formation destiné à la communauté afin de l'aider à identifier les personnes âgées vivant dans la solitude, de les aider à combattre ce sentiment de solitude et de leur fournir quelques conseils ou bons contacts.

Les théories sur la solitude soulignent le rôle de l'environnement social dans l'expérience de la solitude. Le rôle de la communauté dans la lutte contre ce problème est donc essentiel pour fournir un soutien à l'identification, à la détection et aux interventions. Ainsi, la sensibilisation et la connaissance de la solitude au niveau communautaire constituent un outil puissant pour la combattre.

Cet article présente des conseils sur la manière d'aborder les seniors en situation de solitude ainsi que des contacts et ressources locales utiles pour guider et soutenir les seniors dans leur vie quotidienne.



## LISTE DES ORGANISATIONS OU ENTITÉS QUI AIDENT LES PERSONNES ÂGÉES

Il y a beaucoup de contacts, d'organisations et de réseaux qui ont été créés pour lutter contre la solitude des personnes âgées.

Par exemple, en France, il existe un portail en ligne rassemblant tous les outils de bonnes pratiques et les sites Web disponibles pour les personnes âgées en France appelé **Les Lutins bleus**. Grâce aux Lutins Bleus, les gens peuvent découvrir et comparer toutes les offres seniors sur tous les thèmes possibles : santé, aide à domicile, logement, technologie, mobilité, habillement, alimentation, médias, loisirs, voyages, emploi, réunions, etc.

La « **Silver Economy** » regorge d'offres pour les seniors et leurs carrières. Il est parfois difficile de s'y retrouver. En effet, les principaux acteurs du marché se hissent très souvent en tête des résultats des moteurs de recherche. Dans le même temps, les plus petits acteurs, qui n'ont pas les mêmes ressources, apparaissent beaucoup plus loin dans les résultats. Cependant, ils offrent souvent des produits de qualité tout aussi élevée, et méritent donc de gagner en visibilité.

Les **Lutins Bleus** travaillent donc à identifier toutes les offres sur le marché et à les présenter objectivement. C'est ensuite au senior ou au soignant, de faire le choix selon vos propres critères.

Aussi, des organisations comme **La Croix Rouge** ou **Les Petits Frères des Pauvres** en France ont l'habitude d'aider les personnes en situation de solitude et de les guider en leur proposant quelques conseils pour avoir une vie active et sociale. Ils proposent des lignes d'assistance et des lignes de soutien gratuites pour les personnes souffrant d'isolement et de solitude.

**Les Petits Frères des Pauvres** proposent également 5 façons d'aider les personnes âgées à préserver les interactions humaines : appeler une personne âgée, lui envoyer une carte postale ou une note, rester en contact avec elle via des outils numériques, fournir un service aux personnes âgées (comme faire les courses ou prendre ses médicaments à la pharmacie) et la ligne d'assistance « **Solitud'écoute** ».

Si vous souhaitez participer à ces actions, vous pouvez appeler ces organisations au : 0800 47 47 88 (Les Petits Frères des Pauvres) et 0800 858 858 (La Croix Rouge).



## RÉFÉRENCES

- European Commission. (2019, 12 juin). How lonely are Europeans?. [https://joint-research-centre.ec.europa.eu/jrc-news/how-lonely-are-europeans-2019-06-12\\_en#:~:text=18%25%20of%20adults%20in%20Europe,area%20than%20for%20subjective%20loneliness.](https://joint-research-centre.ec.europa.eu/jrc-news/how-lonely-are-europeans-2019-06-12_en#:~:text=18%25%20of%20adults%20in%20Europe,area%20than%20for%20subjective%20loneliness.)
- Amigos de los mayores. (s.d) Soledad y vejez. <https://www.amigosdelosmayores.org/es/soledad-vejez>
- Project Healthy Loneliness - 2019

## LES PARTENAIRES DU PROJET HEALTHY LONELINESS



UNIVERSIDADE DE COIMBRA

