

LIEN SOCIAL

A mesure du vieillissement, les personnes sont de plus en plus exposées à l'isolement et ses conséquences en matière de bien-être, d'accès aux droits, de vie sociale.

Selon une étude de la Fondation Petits frères des pauvres

Baromètre solitude et isolement, quand on a plus de 60 ans en France en 2021, Septembre 2021

26%

des personnes âgées de 60 ans et + ressentent un sentiment de solitude

En Occitanie

Sentiment de...

- isolement familial : 19%
- isolement amical : 33%
- isolement du voisinage : 22%
- isolement associatif : 57%.

Facteurs d'isolement

- L'isolement touche plus particulièrement les femmes, les personnes de plus de 85 ans, et les personnes aux revenus modestes.
- Les 85 ans et +, sont les plus touchés par l'isolement du cercle de voisinage (33%) et des réseaux associatifs (66%).
- En zone urbaine, l'isolement social renvoie à un manque de solidarités et de relations de voisinage. De tous les territoires d'habitat analysés, les QPV sont ceux qui présentent le risque d'isolement le plus élevé pour les aîné(e)s.



L'isolement impacte non seulement la santé des seniors mais fragilise également leur accès aux droits (isolement relationnel / institutionnel) et aux aides facilitant le maintien à domicile

ENJEUX

- Repérage et recensement des seniors vulnérables
- Lutte contre l'isolement
- Solidarité intergénérationnelle
- Médiation et aller-vers
- Prévention du non-recours aux soins

[Repérage / recensement](#)

[Lutte contre l'isolement](#)

[Accès aux droits](#)

[Soutien aux proches aidants](#)

Lien social



[Retourner
à l'accueil](#)

[Retourner au
menu "lien social"](#)

> Lutte contre l'isolement

Aujourd'hui, la famille reste la première aidante des aînés. Pourtant, elle tend à se fragiliser au fil du temps avec l'éclatement des familles, la mobilité résidentielle, la précarité des enfants qui amenuise leur capacité solidaire ou encore le vieillissement des enfants aidants.

Les perceptions négatives de l'environnement renforcent les sentiments de solitude et d'isolement.

L'implication plus faible des aîné·e·s dans la vie associative, parentale ou professionnelle, réduit les occasions de sorties et vient souvent exacerber les dangers perçus : peur de tomber, de se perdre, de se faire agresser.

La perte de mobilité implique pour les seniors les plus isolés, un repli sur le logement, de la solitude et du mal-être. L'isolement peut alors aggraver la perte d'autonomie qui elle-même vient aggraver le repli sur soi.

La présence visible des jeunes dans l'espace public est en soi souvent source d'insécurisation pour les personnes âgées, quand les générations n'entretiennent pas de liens de proximité, ou d'échanges réguliers. La crise sanitaire a contribué au sentiment global de peur de beaucoup de seniors : celle d'être contaminé. Cette peur de la contamination qui rend le monde extérieur anxiogène et qui a perduré après la crise sanitaire. De nombreuses personnes âgées rencontrées lors de notre diagnostic de terrain évoquent cette peur diffuse.

Enjeux :

- Développer l'aller-vers pour faciliter l'accès des personnes âgées les plus isolés à l'espace public, l'animation de quartier, leurs droits
- Restaurer le sentiment de sécurité des aînés et leur permettre de se réapproprier leur quartier
- Promouvoir le lien intergénérationnel pour un lien social et solidaire renforcé
- Adapter les activités physiques, culturelles, de loisirs à la perte de motricité progressive des personnes âgées pour leur en permettre la pratique .



Lien social



[Retourner
à l'accueil](#)

[Retourner au
menu "lien social"](#)

> Lutte contre l'isolement

Liens avec les actions territoriales

Sociale : l'appui aux aidants, l'accès aux droits, le lien social et intergénérationnel

Santé : une offre d'activités physiques et cognitives adaptée, prévention du mal-être et de la perte d'autonomie

Les partenaires et les ressources territoriales

- CCAS,
- Conseil départemental (conférence des financeurs)
- Ville amie des aînés,
- ANCT
- CNSA
- Caisse Nationale Assurance Maladie
- CARSAT ([observatoire](#) des fragilités en Occitanie)
- Associations de proximité
- Caisse des dépôts

Ces ressources nécessitent de travailler de manière transversale de manière à s'assurer que les personnes âgées issues des QPV ont été prises en compte dans les politiques de droit commun déployées par ces acteurs ressources et partenaires.

Paroles de pro/d'habitants

Pour que les habitants sortent de leur quartier pour participer aux activités qui existent ailleurs, il faudrait d'abord qu'on leur en parle. Il n'y a aucune communication spécifique, aucun souci de savoir s'ils sont au courant de ce qui existe. Je crois que tout le monde part un peu trop vite sur l'idée reçue selon laquelle il est inutile de faire connaître l'offre culturelle aux habitants des quartiers puisque ça ne les intéresse pas ! Il faut créer le besoin sinon évidemment qu'ils resteront chez eux à ne rien faire.

Nous ici à la maison de quartier, on s'est rendu compte que les personnes âgées ne sont pas tant demandeuses d'activité spécifiques, elles sont avant tout en demande d'un temps d'écoute. Notre café social sert à ça : leur offrir le temps d'un partage durant lequel elles peuvent parler, et sont écoutées.



Lien social

Lutte contre l'isolement

Des solutions pour agir

Les tiers-lieux autonomie - L'exemple de la Seine Saint-Denis

Afin de répondre aux enjeux du vieillissement de sa population, la Seine-Saint-Denis s'est appuyée sur les tiers-lieux des quartiers pour y favoriser la convivialité et la mixité. Ces lieux proposent une offre de services (restauration, conciergerie, maraîchage...) et des activités en fonction des besoins. Pour qu'ils deviennent également un lieu ressource favorisant l'autonomie des personnes âgées.

Depuis 2020, le Conseil départemental porte un appel à projet annuel qui a permis de labelliser 11 Tiers-Lieux "Autonomie dans mon quartier". Les structures sélectionnées sont accompagnées financièrement et opérationnellement par le Conseil départemental, afin de pouvoir informer et orienter les personnes âgées et pour mettre en place des services ou des activités qui leur soient accessibles. L'objectif est de prévenir la perte d'autonomie et de favoriser le maintien de leur participation à la vie sociale, dans un contexte de mixité intergénérationnelle.

[En découvrir +](#)

L'accompagnement à la transition vers la retraite - L'exemple du CCAS de Tarbes

Le CCAS de Tarbes a identifié que le passage à la retraite pouvait problématiser le parcours des personnes les plus fragiles ou précaires : appauvrissement, non-recours aux droits, désœuvrement, etc. Le CCAS propose aux personnes bénéficiaires du RAS qu'il suit, un accompagnement de 18 mois de préparation progressive à la retraite. Des travailleurs sociaux accompagnent les personnes dans les dimensions de leur vie qui seront impactées par le passage à la retraite : bien s'alimenter (évolution de l'état de santé), faire de l'exercice (changement de rythme de vie) , créer du lien social (évolution des occasions de sociabilité), apprendre à gérer un budget (baisse ou hausse des revenus), etc.

Cet accompagnement a un double effet positif : il permet aux personnes de s'adapter à cette transition. D'autre part, sachant que les habitants du QPV s'autorisent difficilement l'accès et la pratique des activités proposées par le CCAS, cet accompagnement est donc aussi un bon levier pour encourager ces bénéficiaires à participer aux activités du CCAS (activités physiques adaptées, lien social, divertissement).

