

La lettre d'information de la santé publique en Île-de-France ► 17 octobre 2024 | #92

LE THÈME DE LA SEMAINE

• Lutter contre l'isolement, préserver la santé des personnes •

► Selon la Fondation de France, [une personne sur 10 en France est en situation d'isolement total](#).

Et une personne sur 3 n'a aucun ou qu'un seul réseau de sociabilité (on en dénombre 5 : le travail, la famille, les relations amicales ou professionnelles et le milieu associatif).

L'isolement des personnes âgées résulte de divers facteurs qui se cumulent souvent avec l'âge.

Le passage à la retraite, par exemple, entraîne un bouleversement social majeur, souvent accompagné d'une perte de revenus.

La perte de proches également, peut créer un vide relationnel difficile à combler. Des déménagements peuvent également isoler, tout comme des problèmes de mobilité, tels que l'incapacité de conduire.

Enfin, la dégradation de la santé et la perte d'autonomie accentuent ce repli sur soi.

Les caractéristiques territoriales, comme l'accès limité à des services de proximité, ainsi que [les difficultés liées à l'illectronisme](#) jouent un rôle crucial.

La crise du Covid-19 a également amplifié ces situations d'isolement.

Cette solitude, bien souvent subie, engendre des conséquences graves sur la santé mentale et physique des individus. Des initiatives sont mises en place pour remédier à cette situation, mais comprendre les causes est essentiel pour agir efficacement, et tenter de mettre en place des actions de prévention et de promotion de la santé.



ZOOM SUR

Le dernier rapport des Petits frères des pauvres vient d'être publié !

PETITS FRÈRES
DES PAUVRES

Non à l'isolement de nos aînés



« Vivre sous le seuil de pauvreté quand on a 60 ans et plus »

Retrouvez un état des lieux des différentes pauvretés des personnes âgées et de l'impact de celles-ci sur la solitude et l'isolement.

►►► Le rapport est ici : https://1eroctobre.petitsfreresdespauvres.fr/wp-content/uploads/sites/8/2024/09/Rapport-PAUVRETE_V23_BD_compressed.pdf

Ils racontent

« L'isolement comme principal obstacle à la santé »

Thibaut Vignes - Directeur général de l'association des Petits bonheurs

► « L'association Les Petits Bonheurs a 16 ans. Je l'ai rejointe en tant que Directeur Général il y a 3 ans et demi, attiré par son projet humaniste et la manière de prendre soin des personnes. **Créée en 2008, l'association se consacre exclusivement à l'accompagnement des personnes vivant avec le VIH, avec un focus particulier sur les profils les plus vulnérables, notamment les seniors de plus de 55 ans, qui représentent la majorité de nos bénéficiaires.**



L'association est relativement jeune dans le microcosme du VIH. Le constat posé à sa création était que l'arrivée de la trithérapie (<https://www.sida-info-service.org/ou-en-est-la-trithérapie/>) avait permis aux personnes vivant avec le VIH, qui autrefois mouraient du Sida, de survivre en bonne santé.

Cependant, après des années traumatisantes, ces personnes ont besoin de plus que de simplement survivre; il faut leur redonner goût à la vie et espoir en l'avenir.

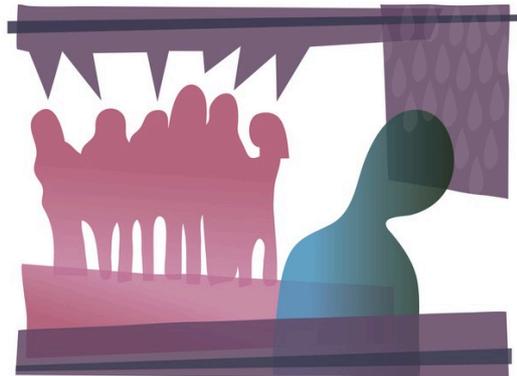
Au fil des années, notre public a vieilli. Certaines personnes sont avec nous depuis la création de l'association, et chaque année, environ une centaine de nouvelles personnes sont orientées vers nous, confirmant cette tendance au vieillissement global.

Les personnes intègrent notre association par l'intermédiaire d'un professionnel de santé. Ces derniers, qu'il s'agisse de médecins, infectiologues, infirmières ou psychologues, travaillent dans des services de maladies infectieuses, des EHPAD, ou d'autres structures médico-sociales. Ils nous contactent pour signaler des patients isolés, ce qui constitue le premier facteur d'orientation vers l'association.

Nous allons ensuite à la rencontre de la personne, que ce soit en structure de soins ou à domicile, pour réaliser un entretien d'évaluation. Cela nous permet d'identifier les professionnels déjà impliqués dans son accompagnement pour garantir une prise en charge globale, tant sur le plan médical que social.

L'une des questions centrales que nous posons, et qui est au cœur de notre projet, est : de quoi la personne a-t-elle envie ?

C'est souvent une question difficile pour elle, car sa vie a été dominée par les préoccupations de santé et de survie, laissant peu de place à l'expression du désir ou du plaisir. Nous élaborons alors un projet personnalisé, sans cadre temporel rigide, véritablement adapté aux besoins de la personne. Ce projet, conçu en collaboration avec les professionnels qui l'entourent, vise à réintroduire du plaisir simple dans sa vie, que ce soit aller boire un café, voir un film, ou d'autres activités conviviales.



Avec le public senior, nous constatons que l'isolement est le principal obstacle au suivi du parcours de soins, souvent lié à une perte d'autonomie. ■

[Pour lire la suite de l'article :](#)

[Cliquez-ici !](#)

« Dénouer les problèmes, rompre la solitude »

Eliane Levy - adhérente de l'association La Porte Ouverte

► Que fait la Porte Ouverte ?

« Nous sommes une association de bénévoles, qui comprend une soixantaine d'adhérents, en majorité des retraités mais aussi des personnes plus jeunes toujours en activité.

Je fais partie de cette association depuis 4 ans et demi. J'ai été recrutée lors de ma retraite, lorsque je me suis demandé ce que je pouvais faire bénévolement pour être utile aux autres.



La Porte Ouverte permet à des personnes qui en éprouvent le besoin d'être écoutées, en face-à-face.

L'avantage de notre association c'est un accueil sans prise de rendez-vous, gratuit, anonyme, sans jugement et ouvert chaque jour y compris les jours fériés, de midi à 20h30 le soir.

Chaque permanence dure entre 2 heures 30 et trois heures selon le créneau horaire et est tenue par un ou deux bénévoles.

► Comment se déroule l'accueil et les permanences ?

« Les bénévoles ont une formation continue, compte tenu de l'accueil de personnes qui ont des problèmes psychiques, de solitude, qui sont en phase dépressive, qui n'ont généralement personne à qui parler ou sont entre deux visites chez un psychologue ou un psychiatre ; elles estiment que les consultations sont onéreuses ou pas assez rapprochées. Nous faisons donc l'interface.

Nous sommes là pour les écouter de manière empathique, bienveillante mais jamais pour les conseiller ou les orienter de façon formelle, leur donner une ordonnance pour aller mieux.



Par notre écoute attentive, nous leur permettons de s'exprimer, de rompre leur solitude, nous les aidons à comprendre et à trouver seules, au travers de leur discours, les solutions pour clarifier et apaiser leur mal-être. ■

[Pour lire la suite de l'article :](#)

[Cliquez-ici !](#)

VOTRE BOÎTE À OUTILS

- Retrouvez [tous les numéros de #Santé Ensemble ici !](#)
- Retrouvez [le site de l'association Monalisa engagée contre l'isolement social des personnes âgées !](#)
- Retrouvez [la page du Ministère des solidarités sur la lutte contre l'isolement des personnes âgées !](#)

© Agence régionale de santé Île-de-France



Si vous ne souhaitez plus recevoir nos communications, [suivez ce lien](#)