

## Brève description du projet

# Avant-projet « Solitude chez les personnes âgées » (titre provisoire)

Version : 04.09.2023

### **Solitude**

La solitude est un sentiment subjectif dans lequel les propres relations sociales ne correspondent pas aux souhaits et besoins personnels. Par exemple, pour certains, la solitude peut signifier un manque perçu de liens étroits et affectifs. Pour d'autres, la solitude survient lorsqu'ils ont moins de contacts avec d'autres personnes qu'ils ne le souhaiteraient ou lorsqu'ils se sentent exclus de la société.

Le sentiment de solitude est un état involontaire, douloureux et pathogène.

La solitude provoque beaucoup de souffrances et, selon l'état actuel de la recherche, ses conséquences sur la santé et l'économie sont comparées à celles de la consommation de tabac et de l'obésité. En Suisse, 13,5% des personnes se sentent assez ou très souvent seules ; plus de 1,2 million de personnes sont donc exposées aux risques sanitaires et sociaux liés à la solitude et à ses conséquences. La solitude est plus fréquente chez les femmes que chez les hommes (15,3% vs. 11,7%). Les personnes très âgées, les personnes issues de groupes de population socialement défavorisés et les personnes ayant vécu des événements de vie décisifs, dits critiques, sont également particulièrement touchées.

La solitude a de nombreuses causes, qui s'enracinent aussi bien dans les ressources personnelles et les compétences des personnes concernées que dans les situations et les conditions dans lesquelles ces personnes vivent. Pour s'attaquer à ce problème, tant au niveau individuel que sociétal, il est donc nécessaire de mettre en place un large éventail d'approches qui atteignent la population à bas seuil - pour prévenir la solitude (prévention primaire et secondaire) ainsi que pour soutenir les personnes qui souffrent déjà de solitude (prévention tertiaire).

La Suisse dispose de nombreuses offres qui encouragent la participation sociale. Il est toutefois évident qu'elles atteignent encore trop peu les personnes concernées. Une meilleure médiation serait utile. Il faudra veiller à ce que les groupes de population particulièrement touchés soient effectivement atteints. Et il faut tenir compte du fait que la solitude est souvent synonyme de honte et que l'acceptation d'un soutien peut coûter cher.

L'expérience d'autres pays et les recommandations de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) montrent qu'il ne suffit pas de créer des offres pour encourager la participation sociale. Si de nombreuses personnes concernées parviennent à sortir seules de la solitude, d'autres ont besoin de soutien. En complément des offres existantes, il faut donc de nouvelles approches qui améliorent la transmission et l'utilisation des offres, qui mettent les personnes concernées en réseau avec d'autres personnes et qui leur permettent de participer socialement. Il faut un accompagnement et un soutien individuels ainsi que des interventions préventives - en particulier après des événements critiques de la vie - qui s'orientent vers les milieux de vie des personnes âgées.

Une grande partie des personnes âgées qui souffrent d'un sentiment de solitude sont en contact avec le système de soins de santé pour diverses raisons. D'autres peuvent être atteintes par le biais du service social, que ce soit par exemple par le travail social communal, celui de Pro Senectute ou la prévention des dépendances. En particulier dans les maisons de retraite ou de soins, de nombreuses personnes souffrent d'une forte solitude qui nuit à leur santé. D'autres encore sont atteintes dans les settings communaux et par le biais d'organisations de la société civile.

Toutes ces personnes peuvent être abordées par les professionnels sur le thème de la solitude et bénéficier d'un conseil et d'un soutien compétents. En tant que personnes de confiance, ils peuvent, s'ils sont sensibilisés et formés en conséquence, informer sur les offres et proposer des mesures appropriées. Les professionnels travaillant dans les cabinets médicaux, les services d'aide et de soins à domicile, les institutions pour personnes âgées et le travail social sont ici au premier plan. Les collaborateurs et les bénévoles des organisations de la société civile peuvent également apporter une contribution importante.

Les communes politiques, qui sont responsables du bien-être de la population et qui peuvent par exemple veiller à une disponibilité suffisante et à un accès facile aux offres locales dans le domaine de la participation sociale, sont également sollicitées.

Le thème doit être abordé au niveau supérieur, cantonal et national, afin de sensibiliser et de combattre les tabous par un travail de relations publiques et de créer les conditions cadres nécessaires pour les acteurs.

Pour réduire de manière efficace et efficiente la solitude chez les personnes âgées, une large coalition de services publics, de communes, d'associations professionnelles et spécialisées ainsi que d'ONG doit être mise en place dans le cadre de cette initiative. Le savoir-faire, l'accès aux groupes cibles et les ressources seront ainsi réunis de manière optimale. Les personnes concernées par la solitude, ainsi que leurs proches, sont incluses et impliquées de manière proactive à tous les niveaux.

D'ici fin 2023, cet avant-projet permettra de constituer le futur organe responsable et d'élaborer les bases de connaissances. L'organe responsable définit les priorités en termes de contenu, les objectifs concrets de mise en œuvre et la procédure à partir de 2024. Une phase de développement et de pilotage de deux à trois ans sera suivie d'une large dissémination avec passage à l'ancrage et à la pérennisation.

L'avant-projet est initié par Age et PHS Public Health Services.

Vous trouverez plus d'informations et de sources dans la description détaillée du projet.

**Contact :**

Age-Stiftung  
Fleur Jaccard, directrice  
Kirchgasse 42  
8001 Zürich  
+41 44 455 70 62  
[fleur.jaccard@age-stiftung.ch](mailto:fleur.jaccard@age-stiftung.ch)

PHS Public Health Services  
Andy Biedermann, co-directeur  
Sulgeneckstrasse 35  
3007 Bern  
+41 79 263 21 28  
[biedermann@public-health-services.ch](mailto:biedermann@public-health-services.ch)