

Isolement social des personnes âgées

L'isolement social est la situation dans laquelle se trouve la personne qui, du fait de relations durablement insuffisantes dans leur nombre ou leur qualité, est en situation de souffrance et de danger. Les relations d'une qualité insuffisante sont celles qui produisent un déni de reconnaissance, un déficit de sécurité et une participation empêchée. Le risque de cette situation tient au fait que l'isolement prive de certaines ressources impératives pour se constituer en tant que personne et accéder aux soins élémentaires et à la vie sociale. *(définition d'après le Conseil Economique, Social et Environnemental)*

La solitude ne concerne pas uniquement quelques personnes âgées vivant seules. Elle touche des seniors vivant à domicile, parfois entourés de proches, mais dont les interactions sociales se réduisent progressivement.

En 2024, 2 millions de personnes âgées souffrent en France de la solitude subie, selon les Petits Frères des Pauvres. L'isolement social crée un risque important de perte d'autonomie. Il est devenu un nouveau risque social, un enjeu de santé publique et de cohésion sociale.

Il augmente les dysfonctionnements des prises en charge. Cet isolement est la cause de nombreux non-recours aux soins ou entraîne des aides inadaptées.

L'association des Petits Frères des Pauvres décompte 530 000 personnes âgées sans ou quasiment sans contacts avec ces cercles de sociabilité.

Certaines circonstances peuvent favoriser ce phénomène :

- L'entrée dans la dépendance,
- Le départ à la retraite,
- L'annonce d'une maladie neurodégénérative,
- La peur d'une entrée en établissement,
- Des relations familiales marquées par une forte dépendance affective,
- Des situations de vulnérabilité financière ou patrimoniale.

Solutions pour prévenir l'isolement :

- Les visites de convivialité à domicile,
- Les cafés des aidants,
- Les actions intergénérationnelles,
- Les transports solidaires,
- Les habitats inclusifs,
- Les ateliers numériques permettant de maintenir le contact avec les proches.

La lutte contre l'isolement consiste aussi à préserver la liberté relationnelle des personnes âgées, leur place dans la société et leur pouvoir d'agir.

Pour les aidants, cette période est souvent synonyme de vigilance renforcée. Ils sont nombreux à s'inquiéter du repli progressif de leur proche, surtout lorsque les occasions de sortir ou de rencontrer d'autres personnes deviennent plus rares.

L'enjeu est donc double : protéger leur proche tout en préservant son ouverture sur l'extérieur et sa capacité à maintenir des liens sociaux diversifiés.

Sources :

agevillage.com

monalisa-asso.fr



**On peut ne rien avoir à demander
... avoir juste envie de parler.**

Solitud'écoute
→ Pour les plus de 50 ans

N° Vert 0 800 47 47 88
Tous les après-midi, 7 J/7 appel gratuit depuis un fixe

les petits frères des Pauvres



**LUTTER CONTRE
L'ISOLEMENT
DES PERSONNES
ÂGÉES**

**PETITS FRÈRES
DES PAUVRES**
Non à l'isolement de nos aînés

VIE LOCALE



ATELIERS « NUTRITION & SANTÉ »

Pour les Batziens de 60 et +

Cycle de 5 séances : lundis 20 juillet, 3 août, 10 août, 17 août et 24 août

De 10h45 à 12h15

Espace Petit Bois



Le CCAS propose aux Batziens de 60 ans et plus, une série de cinq ateliers d'1h30 portant sur la nutrition, abordée de manière pédagogique. Privilégiant une approche interactive et illustrée par des exemples concrets, Marie Céline Donneau-Renard, diététicienne-nutritionniste, transmettra aux participants les clés pour bien vieillir qui reposent sur les piliers suivants : bien manger, bien dormir, bien bouger et bien-être, grâce aux ateliers thématiques « Équilibre alimentaire » ; « Garder un cœur de champion (prévention cardio-vasculaire) » ; « Comprendre ce que l'on achète au supermarché (étiquette, label) » ; « Garder les os solides » et « Bien dormir et bien récupérer ».

Renseignements et inscriptions au cycle auprès du CCAS ou à l'accueil de la mairie.

Contact :

CCAS Guérande 02.40.24.99.57

Les ateliers intergénérationnels de l'été

Avec les enfants des accueils de loisirs de la Ville

« Mes souvenirs gourmands »

Et si l'on partageait nos recettes préférées ? Participez à des rencontres autour de la gastronomie et à la création d'un livre de recettes intergénérationnelles.

Plusieurs rendez-vous en juillet :

Jeudi 9 juillet, « Accueil de loisirs » de 10h à 11h45.

Vendredi 17 juillet, « Les Saulniers » de 14h30 à 16h30. Goûter

Lundi 20 juillet, « Fleur de sel » de 14h30 à 16h30. Goûter

Jeudi 23 juillet, de 14h30 à 16h30. « Les Écrivains ». Goûter

Lundi 27 juillet, cuisine et repas partagé, KENKIZ, 10h à 15h

« Apprends-moi le Rami et le Romicube »

Et si l'on jouait ensemble avec les jeunes du groupe des 10/14ans ?

Mardi 28 juillet, « Kerbiniou » de 14h30 à 16h30. Goûter

Places limitées. Uniquement sur inscription auprès de Virginie au 02.40.24.99.57.

Gratuit - Action portée par le CCAS et la Direction Éducation et Sport.



VIGILANCE CANICULE



Pendant les fortes chaleurs

Protégez-vous



RESTEZ AU FRAIS

chez soi ou dans un lieu rafraîchi



BUVEZ DE L'EAU

sans attendre d'avoir soif



**Mouillez-vous
le corps**



**Fermez les volets
et fenêtres**



**Privilégiez
les activités douces**



**Mangez frais
et équilibré**



**Évitez
l'alcool**



**Prenez des nouvelles
des plus fragiles**

**EN CAS DE MALAISE,
APPELEZ LE 15**

Pour plus d'informations :
0 800 06 66 66* (appel gratuit)
meteo.fr • [#canicule](https://twitter.com/canicule)

* Canicule info service au 0800 06 66 66, appel et service gratuits.
Ouvert uniquement pendant les périodes de fortes chaleurs.

Important :

Les personnes âgées et les personnes en situation de handicap qui souhaitent signaler leur situation sont invitées à s'inscrire sur le registre nominatif, disponible en mairie ou au CCAS de votre commune. Celui-ci comportera les informations nécessaires à une mobilisation des services en cas de déclenchement du plan canicule. L'inscription sur ce registre se fait sur la base du volontariat, un tiers peut y inscrire une personne vulnérable si celle-ci ne s'y oppose pas.

RENCONTRES CONVIVIALES aidant/aidé

Un moment partagé avec son proche : promenade, animation

SAINT-LYPHARD : jeudi 16 juillet

RDV à 12h

Lieu : Lac de Saint-Lyphard – Brières du Bourg

Pique-nique et Jeux extérieurs

10€ / couple ou duo



MESQUER: jeudi 10 septembre

RDV à 14h30

Dégustation d'huitres à Kercabellec

12€ /couple ou duo



02 40 66 94 58

contact@alfarepit.fr

Site internet : www.alfarepit.fr



ECHANGER, S'INFORMER, PARTAGER : Café répit



Un rendez-vous **ouvert à tous** pour **échanger et s'informer** sur l'accompagnement au quotidien d'un proche malade ou en perte d'autonomie. Le Café répit permet de se retrouver dans un lieu convivial autour d'un verre, d'un thé ou d'un café et d'exprimer ses préoccupations en **rencontrant d'autres aidants**. Un thème différent est proposé à chaque rencontre pour faciliter les échanges. Une professionnelle du Relais des aidants anime ces rencontres.

GUERANDE Magasin « Trésors des régions » – route de Saillé

3^{ème} vendredi du
mois
14H30-16H30

18 septembre

Les compétences des aidants