

# PRÉVENIR LES CONSÉQUENCES DE L'ISOLEMENT DES AÎNÉ.ES

➔ un enjeu social et de santé publique

## MEMORANDUM POUR PROMOUVOIR LES RÉSEAUX D'ENTRAIDE ÉLECTIONS RÉGIONALES 2024

**Samen**  
**toujours**

RÉSEAUX D'ENTRAIDE - BURENHULP NETWERKEN

### Contexte

A Bruxelles, près de 160.000 habitant.es ont plus de 65 ans<sup>1</sup>. Bien que Bruxelles soit une ville jeune, le nombre absolu de seniors bruxellois.es est en augmentation depuis 2010 et atteindra en 2030 près de 200.000 sur l'ensemble de la Région de Bruxelles-Capitale. **Le vieillissement de la population est un enjeu social et sanitaire à cause des difficultés apparaissant avec l'âge et de leurs conséquences** (perte de mobilité, maladie, éclatement géographique des familles, handicap, etc.). Le bassin de vie d'une personne âgée finit par se limiter à 500 mètres, renforçant ainsi l'isolement social.

Les conséquences négatives de l'isolement et de la solitude sont bien documentées. Par exemple, il a été montré que l'isolement a un impact plus important sur le bien-être que l'inactivité physique, l'obésité ou fumer 15 cigarettes par jour<sup>2</sup>. L'isolement est associé à un plus grand risque de dépression, d'anxiété, d'un déclin de la mobilité et augmente le taux de mortalité. La solitude réduit la qualité de vie immédiate des personnes âgées<sup>3</sup>. Une étude anglaise estime le coût de la solitude des aînés.es à 12.000£ (13.590€)/ personnes sur une période de 15 ans. Ce qui revient à 800£ (906€)/personne souffrant de solitude chronique/an<sup>4</sup>.

### PERSONNES AGÉES À BRUXELLES



42% sont né.es à l'étranger<sup>5</sup>



1 sur 10 = plus de 65 ans



95% réside à domicile<sup>6</sup>

problèmes de santé

➔ Fragilité

limitations fonctionnelles

↑  
isolement social



65 - 79 ans: 1/3 vit seul.e



80+ ans: 1/2 vit seul.e

# Politiques actuelles et alternative

Le gouvernement est confronté au défi d'apporter des réponses à l'évolution des besoins et des exigences des personnes âgées et à l'augmentation du coût des soins aux aîné.es. Pour ce faire, il envisage une aide mesurée aux soins à domicile et des alternatives aux maisons de retraite. Les services de première ligne (maisons médicales, aides et soins à domicile, services de santé mentale, CPAS, LDCs, etc.) n'arrivent pas à absorber les demandes actuelles de soins de santé de la population bruxelloise. Il est important de les renforcer, mais cela ne suffira pas et aura un coût important en termes de personnel et d'infrastructures. Agir de manière préventive devient une nécessité.

Les réseaux d'entraide mettent en contact des citoyens avec des personnes âgées dans leur quartier. Ils encouragent des formes d'aide variées, comme la création de liens privilégiés, les petites entraides, le référencement vers des services professionnels, la prévention et la sensibilisation à la question de l'isolement et de la solidarité dans les quartiers.

Les réseaux d'entraide développent des réponses adaptées et personnalisées pour répondre à la multiple singularité des besoins des personnes âgées. Grâce aux réseaux d'entraide, la résilience des aîné.es est abordée et renforcée, les seniors retrouvent une place significative et leur implication dans le quartier augmente ; en bref, la participation aux réseaux d'entraide a un impact positif sur leur bien-être physique et mental<sup>7</sup>. Les réseaux d'entraide apportent une réponse à l'isolement social des personnes âgées et contribuent ainsi à réduire les risques sanitaires qui y sont associés.

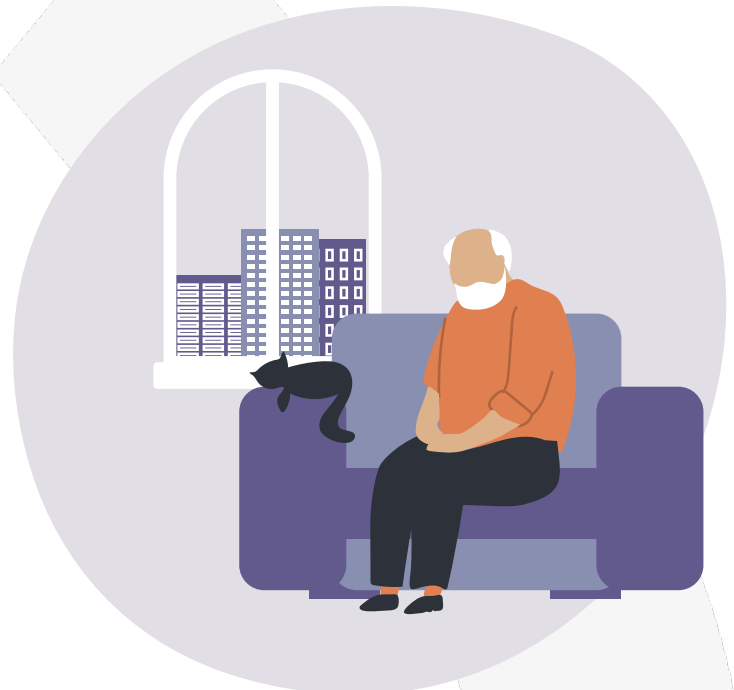
Renforcer les réseaux d'entraide et permettre leur essaimage permettra de soulager/renforcer les services d'aides et de soins à domicile, à moindre coût (les réseaux d'entraide fonctionnent avec un engagement citoyen), tout en redonnant une place aux aîné.es, via l'impact sur leur bien-être physique, mental, le regard qu'ils portent sur le monde et leur engagement dans le quartier.

Les réseaux d'entraide profitent également aux aidant.es proches et aux services professionnels de soins à domicile. Les réseaux ne sont pas une alternative mais un complément aux soins à domicile et constituent donc un lien crucial et complémentaire dans un système de soins.

Ainsi, par leur action au niveau local, les réseaux d'entraide:

- + soutiennent et renforcent l'autonomie des aîné.es ;
- + encouragent l'approche préventive et l'approche curative ;
- + sont une des maillons de la chaîne des soins et de soutien continus ;
- + sont un complément aux soins professionnels à domicile et aux aidant.es proches ;
- + permettent aux aîné.es de rester plus longtemps à domicile.

Ils sont donc une réponse à l'isolement et à la solitude des personnes âgées car ils permettent de créer du lien social et de donner une place aux aîné.es dans la société.



# Propositions

Dans le but de **diminuer l'isolement des aîné.es**, et ainsi de **diminuer les problèmes de santé qui en découlent**, ou de permettre un soutien aux personnes âgées qui sont en réhabilitation (après une hospitalisation/un problème de santé), à nos yeux, les actions à prendre sont de :

- + reconnaître les réseaux d'entraide de proximité comme une forme de travail complémentaire dans un parcours d'aide et/ou de soins ;
- + les inscrire dans les programmes politiques ;
- + les soutenir de manière structurelle et durable ;
- + renforcer leurs poids et les synergies par le biais de la fédération des réseaux d'entraide, vzw Samen Toujours asbl.



## Cela permettra de :

### POURUIVRE LE RENFORCEMENT D'UNE APPROCHE QUARTIER

- + donner les moyens financiers pour renforcer et développer les réseaux d'entraide et les autres structures permettant de soutenir les aîné.es dans les quartiers.

### COMMUNIQUER ET SENSIBILISER À L'EXISTENCE DES RÉSEAUX D'ENTRAIDE

- + informer les personnes de 60+ ans de l'existence des réseaux d'entraide et autres structures actives près de chez elles et pouvant les renforcer ;
- + encourager les actrices locales à référencer les aîné.es les plus vulnérables vers les réseaux d'entraide actifs sur leur territoire ;
- + développer des campagnes pour encourager les citoyen.nes à s'engager auprès des personnes âgées.

### CRÉER UN ENVIRONNEMENT FAVORABLE POUR LES COLLABORATIONS ENTRE L'ADMINISTRATION ET LES RÉSEAUX D'ENTRAIDE

- + permettre la représentation des réseaux d'entraide au sein des organes de décision (Iriscare, commission technique dépendance, le Conseil Général de la Santé et de l'Aide aux Personnes, PSSI, les pouvoirs communaux, etc.), via leur fédération Samen Toujours ;
- + se réunir annuellement avec l'administration pour faire état des besoins des structures en termes de simplification administrative et d'opérationnalisation des besoins ;
- + consulter la fédération Samen Toujours sur les questions relatives au secteur des réseaux d'entraide et/ou du public qu'ils accompagnent.

**Samen  
toujours**

RÉSEAUX D'ENTRAIDE - BURENHULP NETWERKEN

PLUS D'INFOS: [WWW.SAMENTOUJOURS.BE](http://WWW.SAMENTOUJOURS.BE)

1. Extrapolation réalisée à partir des données citées au 1er janvier 2020 in D. FELE et co., Les personnes âgées en Région Bruxelloise : Aperçu de leur situation socio-sanitaire et de l'offre d'accueil et d'hébergement, Observatoire de la Santé et du Social, 2023, p.9
2. Durham County Council, All the lonely people : social isolation and loneliness in County Durham – Report of the Director of Public Health County Durham, 2014, p. 7
3. L. FULTON, B. JUPP, Investing to tackle loneliness – a discussion paper, Social Impact Bonds, 2015, p. 7
4. Idem, p. 10
5. <https://statbel.fgov.be/fr/themes/population/origine#figures> ;
6. <https://atlas.aim-ima.be/base-de-donnees/?rw=1&lang=fr>
7. Samen Toujours, Evaluation d'impact les chiffres clefs, 2022 - consulté le 15 avril 2023 :Evaluation d'impact | Samen Toujours

