



PIPsa

Pédagogie Interactive en Promotion de la Santé

Isolitude : guide d'animation

2017 - fiche modifiée le 16 mars 2020

Un outil qui permet d'ouvrir un dialogue sur la solitude et l'isolement au sein de groupes d'adultes.

| | |
|------------------------------------|--|
| Support | Kit pédagogique |
| Âge du public | A partir de 18 ans |
| Thèmes associés à cet outil | Santé mentale, Santé globale, Vivre ensemble, Vieillesse |
| Obtention | En centre de prêt Téléchargeable |
| Participants | De 5 à 12 |
| Prix | Gratuit |



Sur l'outil

Description selon l'éditeur

Matériel :

- Un **guide d'animation** (30 pages)
- 30 **cartes illustrées** (dont 2 cartes vierges)
- Un carnet de paroles "**La solitude, l'isolement et la personne âgée**" (50 pages)
[Matériel téléchargeable](#)

Concept :

[L'outil d'animation Isolitude](#), permettant d'ouvrir un dialogue sur la solitude et l'isolement au sein de groupes d'adultes, s'inscrit dans la foulée d'une réflexion menée par un groupe de [L'asbl Caria](#) sur la solitude et l'isolement des personnes âgées, et ayant abouti à la publication du carnet "La solitude, l'isolement et la personne âgée : Paroles croisées et démarche du projet".

Isolitude est composé d'un guide d'animation et d'un jeu de cartes, permettant à tout professionnel ou volontaire animant des groupes d'adultes de mener une animation sur les thèmes de la solitude et de l'isolement (notamment des personnes âgées mais pas uniquement).

L'animation offre une occasion d'exprimer ses représentations, de découvrir certains témoignages contenus dans le carnet de paroles et de se positionner par rapport à ceux-ci, d'identifier, à partir des cartes illustrées, les facteurs qui sont à la source de la solitude et de l'isolement subis et enfin, d'imaginer des pistes pour rompre cette solitude et cet isolement, lorsqu'ils sont subis.

Objectifs

- Faire émerger ses représentations de la solitude et de l'isolement
- Découvrir d'autres points de vue que le sien sur ce sujet afin d'enrichir ses propres représentations
- Identifier les mécanismes individuels et sociétaux qui produisent de la solitude et de l'isolement subis et porter un regard critique sur ceux-ci
- Identifier des pistes d'actions individuelles et collectives pour lutter contre la solitude et l'isolement subis

Conseils d'utilisation

L'animation est prévue pour un groupe de 5 à 12 personnes. Un minimum de deux heures de temps est nécessaire pour réaliser l'ensemble des pistes proposées mais il est possible de mener une réflexion plus courte sur certains aspects uniquement.

Où trouver l'outil

Chez l'éditeur :

Cultures&Santé asbl

Rue d'Anderlecht 148
1000 - Bruxelles
Belgique
+32 (0)2 558 88 10 - info@cultures-sante.be
<http://www.cultures-sante.be>

Dans les centres de prêt :

Centre liégeois de promotion de la santé
+32 (0)4 279.50.52 - promotion.sante@clps.be
<http://www.clps.be>

Centre Local de Promotion de la Santé de l'arrondissement de Verviers
+32 (0)87 35 15 03 - s.vilenne@clpsverviers.be
<https://www.clpsverviers.be/>

Centre local de promotion de la santé du Brabant wallon
+32 (0)10 62 17 62 - info@clps-bw.be
<http://www.clps-bw.be>

Centre Bruxellois de Promotion de la santé
+32 (0)2 639 66 88 - info@cbps.be
<https://cedosb.be>

Centre local de promotion de la santé de Huy-Waremme
+32 (0)85 25 34 74 - info@clps-hw.be
<http://www.clps-hw.be>

Centre local de promotion de la santé de Mons-Soignies
+32 (0)64 84 25 25 - clps.documentation@yahoo.com
<http://www.clps-mons-soignies.be>

Centre local de promotion de la santé du Hainaut Occidental
+32 (0)69 22 15 71 - contact@clpsho.be
<http://www.clpsho.be>

Centre local de promotion de la santé en province de Luxembourg
+32 (0)84 31 05 04 - clps.lux@skynet.be
<http://www.clps-lux.be>

Centre local de promotion de la santé de Namur
+32 (0)81 75 00 46 - info@clpsnamur.be
<http://www.clpsnamur.be>

Cultures&Santé asbl
+32 (0)2 558 88 10 - info@cultures-sante.be
<http://www.cultures-sante.be>

Catalogue : <https://www.cultures-sante.be/outils-ressources>

Centre de ressources documentaires provincial (Namur)
+32 (0)81 77 67 29 – 77 67 99 - anastasia@province.namur.be
Catalogue : <http://anastasia.province.namur.be>

Centre Local de Promotion de la Santé de Charleroi-Thuin
071/ 33 02 29 - secretariat@clpsct.org
<http://www.clpsct.org>

L'avis de PIPSa

Appréciation globale

Cet outil permet d'aborder une thématique importante et actuelle, pertinente en terme de prévention du suicide, chez les seniors notamment. En mettant les mots sur les causes et effets de solitude/isolement, les participants sont sollicités autour de leur vécu et histoire familiale, ouvrant la porte à une expression émotionnelle, qui devra être entendue et cadrée par l'animateur.

Exprimer l'émotion et mettre les mots sont les préalables nécessaires à la mise en action et l'analyse critique. Pour faciliter ce processus, l'animateur veillera à installer les conditions de confiance et de sécurité dans le groupe.

Pour atteindre leurs objectifs, les activités devraient se donner tout le temps de l'échange et du débat. Prévoir plus de temps que les 2h proposées paraît sage. L'outil peut susciter l'envie d'aller plus loin dans l'action (travailler plus aux pistes de solutions).

Téléchargeable, l'outil est en plus particulièrement facile d'appropriation.

Objectifs :

- Identifier ses représentations de l'isolement/solitude pour les faire évoluer
- S'interroger sur les mécanismes en jeu autour des situations d'isolement et de solitude
- Identifier des pistes pour se mettre en action

Réserves :

Débordements émotionnels possibles

Public cible :

Adultes, seniors

Utilisation conseillée :

- ne pas se limiter à 2h, laisser le temps nécessaire à l'expression
- construire un cadre sécurisant avant d'aborder le thème
- adapter les phrases d'induction en fonction du public/contexte
- dans un projet intergénérationnel, dans une association de quartier (EDD, Alpha, ..) : identifier ce qui manque dans le quartier

Critères d'évaluation :

Cohérent ★★★★★
Attractif ★★★★★
Interactif ★★★★★
Soutenant pour l'utilisateur ★★★★★
Soutenant pour la prom. de la santé ★★★★★

Temps de préparation :



Points forts :

Thématique actuelle et pertinente, accessibilité (téléchargement), prise en main facile

Points d'attention :

Cadre sécurisant, animateur expérimenté dans les émotions, se donner du temps

Sujets abordés :

Solitude, isolement, vieillissement

Date de l'avis : 14 janvier 2020

<https://www.pipsa.be/outils/export-2139614116/isoitude-guide-d-animation.html?export>

16-02-2025 20:13