

RECONNECT

*Soutenir
les seniors
grâce à la
communauté,
et aux liens
sociaux.*



BIENVENUE AU PROJET RECONNECT

RECONNECT est un projet Européen qui vise à répondre aux besoins émotionnels et sociaux des seniors grâce à des interventions créatives, culturelles et communautaires. Financé dans le cadre du programme Erasmus+, le projet rassemble des partenaires d'Irlande, de France et d'Espagne autour d'un projet commun : réduire la solitude et promouvoir le bien-être des seniors de 55 ans et plus.

Grâce à la recherche, au dialogue et à des activités pilotes, RECONNECT vise à aider les seniors à reconstruire des liens significatifs - avec les autres, avec elle-mêmes et avec les communautés dans lesquelles elles vivent.

ECOUTER LES EXPERIENCES VECUES

La première phase du projet s'est concentrée sur la compréhension des expériences émotionnelles et psychologiques liées à la solitude chez les seniors dans chacun des trois pays participants.

A l'aide d'une approche mixte, comprenant des enquêtes nationales et des entretiens approfondis, nous avons cherché à mieux comprendre non seulement combien de personnes souffrent de la solitude mais aussi pourquoi et comment cela impacte leur vie.



*Co-créer
des activités
significatives
pour lutter
ensemble
contre la
solitude.*

RECONNECT

🇫🇷 Le rapport national français a mis en évidence la complexité psychologique de la solitude chez les seniors. Sur la base de 52 réponses à un questionnaire de 4 entretiens et de 16 participants à des groupes de discussion, les recherches françaises ont révélé que les transitions majeures de la vie - retraite, deuil, séparation - marquaient souvent le début d'une solitude persistante. Près de 65% des participants ont déclaré que la solitude affectait leur santé mentale ou physique, notamment par une fatigue accrue, des changements d'appétit et une baisse de motivation.

🇪🇸 En Espagne, les réponses à l'enquête soulignent un fort désir de connexion intergénérationnelle et de pertinence continue. Si certains répondants n'ont pas fait état d'une solitude fréquente, un nombre important d'entre eux ont exprimé des inquiétudes concernant la "perte de raison", la "dépendance" et le "mal-être". Beaucoup ont associé la solitude à une déconnexion émotionnelle plutôt qu'à un isolement physique.

🇮🇪 Une étude irlandaise a mis en évidence que la solitude est le plus souvent vécue comme une perte émotionnelle ou existentielle, plutôt que comme une perte purement sociale. Les participants ont généralement identifié une perte de confiance, de motivation et d'estime de soi, souvent déclenchée par un deuil, l'isolement rural ou la transition vers la retraite. Si beaucoup sont restés socialement actifs, d'autres ont déclaré s'être retirés d'activités qu'ils appréciaient auparavant.

Les résultats de cette recherche serviront désormais à orienter la prochaine phase du projet RECONNECT : la co-création d'ateliers créatifs et d'interventions communautaires, visant à aider les seniors à retrouver leur voix et à promouvoir de nouveaux liens sociaux.

Restez à l'écoute pour nos prochaines mises à jour, notamment sur les programmes pilotes et les ressources destinées aux professionnels.

