

L'isolement social pendant la pandémie

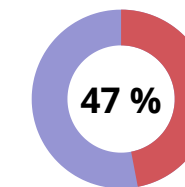
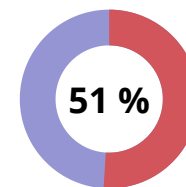
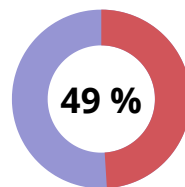
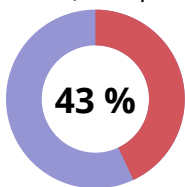
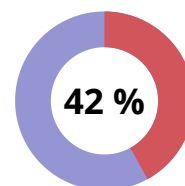
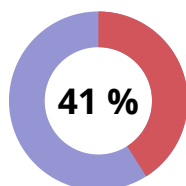
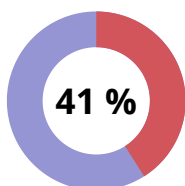
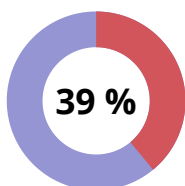
La COVID-19 et certaines mesures préventives prises pour limiter sa propagation, comme le confinement, la distanciation physique, les accès limités ou interrompus à des services et activités, ont bouleversé les liens sociaux. La pandémie a pu entraîner une diminution de la taille et de la diversité des réseaux interpersonnels et accentuer l'isolement social.

L'isolement social désigne un manque de liens sociaux significatifs, en quantité ou en qualité. Son contraire est la participation sociale. L'isolement social peut résulter de l'affaiblissement, de la diminution ou de la rupture des liens sociaux.

Un sondage* réalisé en juillet 2021 auprès de personnes vivant dans un foyer à revenu faible ou modeste révèle que :

Qui parmi les répondants et répondantes a ressenti plus fortement un sentiment d'isolement pendant les premières vagues de la pandémie?

**1 personne sondée sur 3
(33 %) s'est sentie
beaucoup ou assez
isolée des autres.**



*Sondage Léger/Observatoire auprès de 1 354 adultes résidant au Québec, s'exprimant en français ou en anglais, et dont le revenu total annuel du foyer autodéclaré les situe dans les 40 % les moins nantis.

IMPORTANCE DES LIENS SOCIAUX

- Rôle potentiellement protecteur sur la santé et le bien-être en général
- Soutien apporté en cas d'adversité, d'imprévus ou lors de crises
- Reconnaissance sociale procurée par le sentiment de compter pour les autres

BON À SAVOIR

Les liens forts sont ceux qui sont tissés avec les proches (ex. parents, amis).

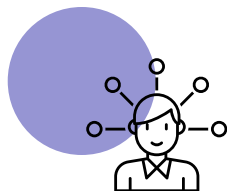
Les liens faibles font référence aux connaissances et sont aussi très utiles pour faciliter l'accès à des informations ou à des ressources.

La préoccupation à l'égard de l'isolement social est présente dans certaines politiques provinciales au Québec. Les municipalités tiennent aussi un rôle de premier plan pour assurer des conditions favorables au développement et au maintien des liens sociaux.

Comment agir sur l'isolement social par les politiques publiques?

Plusieurs interventions sont reconnues pour leur efficacité.

En voici quelques exemples :



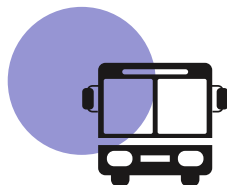
Renforcer les capacités des individus.



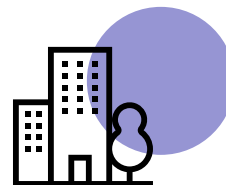
Augmenter les occasions d'interactions sociales, entre autres par des activités, l'aménagement d'espaces publics propices ou encore la mixité sociale.



Encourager l'implication communautaire et la participation sociale.



Favoriser une mobilité inclusive et abordable.



Améliorer le sentiment de sécurité dans le voisinage immédiat.

Ce projet est rendu possible grâce au soutien de :

