

Internet et bien-être des seniors



L'utilisation d'internet est un phénomène durable. Aujourd'hui, tout est à portée de clic, un geste simple pour de nombreux jeunes et adultes qui sont familiers avec toutes sortes d'appareils électroniques dans leur vie quotidienne, mais moins facile pour les personnes plus âgées qui n'ont pas l'habitude de s'impliquer dans ce monde numérique.

Selon l'Office statistique de l'Union européenne (Eurostat), la population des personnes âgées de plus de 65 ans augmentera considérablement dans les années à venir, passant de 90,5 millions au début de 2019 à 129,8 millions en 2050. Cela met en évidence la nécessité de concentrer l'attention sur les aînés, en cherchant une voie vers un vieillissement actif qui favorise leur bien-être. À cette fin, il est essentiel que les aînés apprennent à utiliser les nouvelles technologies, afin qu'ils puissent continuer à participer à la société en ligne.



L'étude menée par Heo et al. (2015) établit comment l'utilisation d'internet par les seniors est liée à un bien-être psychologique et une satisfaction de vie plus élevés. Internet permet aux aînés d'interagir plus souvent avec leurs sources de soutien social, principalement leur famille et leurs amis, ce qui augmente leurs possibilités d'exprimer leurs pensées, leurs sentiments et leurs inquiétudes avec leurs proches, et réduit leur sentiment de solitude ; des sentiments qui ont malheureusement augmenté dans la situation actuelle de pandémie.

Le projet Digital Generations travaille dans ce domaine dans le but d'encourager les aînés à utiliser internet. Pour ce faire... Qui de mieux que les jeunes pour leur apprendre comment fonctionne ce monde numérique ! Ce projet intergénérationnel vise à initier les personnes âgées au monde numérique afin d'améliorer leur qualité de vie et leur bien-être.



Defoin

Cofinancé par le programme Erasmus+ de l'Union européenne



Financé par l'Union européenne. Les points de vue et opinions exprimés n'engagent toutefois que leurs auteurs et ne reflètent pas nécessairement ceux de l'Union européenne ou de l'Agence exécutive européenne pour l'éducation et la culture (EACEA). Ni l'Union européenne ni l'EACEA ne peuvent en être tenues pour responsables.