

---

# Digital Generations

---

## **ANALYSE CONJOINTE DE DEUX QUESTIONNAIRES :**

- 1. L'impact de l'isolement social chez les seniors**
- 2. Les besoins de communication et de créativité des seniors**

**Development Centre of the Heart of Slovenia (Centre de développement du cœur de la Slovénie) - Slovénie**

## Informations sur le projet

**Acronyme du projet :** DG

**Titre du projet :** Digital Generations

**Programme et Action:** Erasmus+ KA220-ADU - Partenariats de coopération dans le domaine de l'éducation des adultes

**Numéro du projet :** 2021-1-SI01-KA220-ADU-000035182

**Site web du projet :** <https://digitalgenerationsproject.eu/>

## Information sur le document

**Numéro de résultat du projet :** 1

**Nom du résultat du projet :** Recherche sur l'état de l'art

**Titre du document :** ANALYSE CONJOINTE DES DEUX QUESTIONNAIRES :

1. L'impact de l'isolement social chez les seniors
2. Les besoins de communication et de créativité des seniors

**Type de document:** publication

**Auteur(s):** Razvojni center Srca Slovenije / Development Centre of the Heart of Slovenia

**Niveau de confidentialité :** Public

**Licence Creative Commons :**



## Historique du document

Version	Date	Description	Status
	15.6.2022		FINAL

## Index

Informations sur le projet	2
Information sur le document	2
	2

Historique du document	2
Index	2
<b>Introduction</b>	3
<b>1. Analyse du questionnaire " L'impact de l'isolement social chez les seniors "</b>	6
Sommaire	6
Les répondants impliqués dans la recherche	7
À quelle fréquence les seniors communiquent-ils avec leurs proches (avant/pendant/après le Covid) ?	7
L'impact de l'isolement social sur les seniors (surtout au cours des 2 dernières années à cause du Covid-19)	8
Les effets négatifs les plus courants de l'isolement social chez les seniors, et les causes de l'isolement social et de la solitude	9
Les solutions au défi de l'isolement social des seniors	9
Les actions menées par nos répondants pour tenter de résoudre le problème de l'isolement social des seniors dans leur réseau/institution	10
<b>2. Analyse du questionnaire "Besoins de communication et de créativité des seniors"</b>	10
Sommaire	11
Les répondants impliqués dans la recherche	12
Les besoins de communication et de créativité	13
Internet et compétences numériques	13
Utilisation des technologies numériques par les seniors	14
Sentiment de solitude exprimé par les seniors	15
<b>ANNEXES</b>	17

## Introduction

Au cours des deux dernières années, la population de seniors a été confrontée à l'une des situations les plus difficiles. Étant à haut risque, on leur a demandé de s'auto-isoler pendant la pandémie de Covid-19, et des lockdowns et quarantaines ont été déclarés. Il

est bien connu que l'isolement social des seniors est un "grave problème de santé publique" en raison de leur risque accru de problèmes cardiovasculaires, auto-immuns, neurocognitifs et mentaux. La déconnexion sociale expose également les seniors à un risque accru de dépression et d'anxiété. Les personnes qui n'ont pas de famille ou d'amis proches et qui dépendent du soutien des services bénévoles ou des services sociaux courent un risque supplémentaire, tout comme celles qui sont déjà solitaires, isolées ou recluses.

Le Covid-19 a fortement souligné l'importance des technologies numériques pour le fonctionnement des individus. Les technologies en ligne jouent un rôle crucial et doivent être exploitées pour fournir des réseaux de soutien social et un sentiment d'appartenance. Les gens ont dû s'adapter à la situation et communiquer avec les autres en ligne en utilisant leur créativité. Presque tout a été mis en ligne, comme les concerts, la connexion et la communication avec les parents et les amis par le biais de vidéoconférences.

Alors que la jeune génération dispose des compétences nécessaires pour faire preuve de créativité dans l'utilisation des outils numériques, les seniors n'ont pas cette possibilité. Ils sont confrontés à un manque de connaissances et de compétences pour pouvoir communiquer par le biais de la technologie.

L'objectif du partenariat Générations numériques est d'analyser la situation d'isolement des seniors dans les pays partenaires et de créer un cadre des compétences numériques dont disposent déjà les seniors et des besoins de ce groupe cible vulnérable.

L'objectif de cette analyse est :

- Analyser les compétences nécessaires au groupe cible (retraités de plus de 65 ans) et créer un cadre pour évaluer les compétences numériques dont disposent les individus du groupe cible.
- Analyser l'impact de l'isolement chez les seniors.

L'aspect innovant de cette analyse est qu'elle ne se contente pas d'analyser les besoins des citoyens retraités, mais qu'elle propose également une évaluation qui permettra aux éducateurs d'adultes, aux formateurs et aux travailleurs sociaux de mesurer le niveau de compétences numériques des citoyens retraités. De cette façon, nous disposerons d'un outil durable qui pourra mesurer le niveau de connaissance des compétences numériques de la population âgée à l'avenir. Parallèlement, cet outil permettra aux formateurs et aux travailleurs sociaux de connaître le niveau de connaissance de la population âgée et, à partir de là, d'essayer d'améliorer leurs connaissances. Ils seront en mesure de se concentrer sur les besoins spécifiques des aînés.

Deux questionnaires différents ont été préparés pour atteindre notre objectif.

1. La première a été adressée aux associations de seniors, aux aidants naturels, aux institutions privées de solidarité sociale, aux associations travaillant dans le but de soutenir les personnes retraitées, aux institutions d'aide sociale et à tous ceux qui travaillent avec les seniors et connaissent leur situation. Les associations dédiées aux seniors ont donné leur avis sur l'impact de l'isolement sur la population âgée car ce sont elles qui ont passé une plus grande période d'isolement avec les citoyens âgés et savent exactement comment cela les a affectées et comment elles ont essayé de réduire cette influence dans leurs organisations. Chaque partenaire a reçu les réponses d'au moins 10 organisations/institutions.
2. Le deuxième questionnaire consistait à demander aux seniors de répondre à des questions sur leur connaissance des outils et des compétences numériques et sur leurs besoins en matière de créativité. Chaque partenaire a recueilli les réponses d'au moins 10 seniors.

Les résultats de la recherche seront utilisés comme source d'inspiration pour mettre en œuvre des activités visant à former les seniors aux TIC, à mieux comprendre les besoins de ce groupe cible vulnérable et à sensibiliser aux problèmes de santé mentale qui découlent de l'isolement de la population âgée.

# 1. Analyse du questionnaire " L'impact de l'isolement social chez les seniors "

## 1.1 Sommaire

Ce questionnaire a été diffusé auprès des associations de seniors, des aidants informels, des institutions privées de solidarité sociale, des associations travaillant dans le but de soutenir la période de retraite, des institutions d'aide sociale et d'autres personnes qui travaillent avec les seniors et connaissent leur situation.

Après l'analyse conjointe, nous sommes parvenus à certaines conclusions communes, mais l'analyse qui a été faite dans chacun des pays sera plus pertinente pour la suite du travail. Les résultats par pays diffèrent légèrement, mais nous avons tout de même obtenu un cadre des réponses les plus remarquables, sur la base duquel nous pouvons énoncer les conclusions qui seront mises en évidence dans le texte suivant.

La plupart des participants à la recherche ont une grande expérience dans le domaine du bien-être des seniors. Les participants sont employés dans divers domaines tels que les associations de seniors, les institutions publiques et privées de solidarité sociale, les maisons de retraite, les centres de santé et les institutions qui fournissent une assistance psychologique aux seniors et travaillent dans une variété de professions.

Grâce à nos recherches, nous avons découvert que la pandémie de Covid-19 n'a pas affecté de manière drastique les contacts des seniors avec leurs proches. Il y a eu des fluctuations mineures dans la fréquence des contacts pendant l'épidémie, mais dans l'ensemble, le nombre de contacts plus fréquents (plus de deux fois par semaine) a même augmenté pendant la pandémie et est resté élevé même après la pandémie.

Les participants s'accordent généralement à dire que l'isolement des seniors peut entraîner des problèmes de santé et a de graves conséquences sur la longévité, la santé et le bien-être.

L'isolement social a le plus grand impact sur les seniors qui vivent seules et surtout sur celles qui ne communiquent pas régulièrement avec leurs amis et leur famille.

La plupart des participants estiment que l'inaccessibilité de la technologie numérique et le manque de compétences numériques accroissent la solitude des seniors.

Plusieurs causes peuvent conduire à l'isolement social et, selon les participants, les causes les plus courantes sont les possibilités de transport inadéquates, l'inaccessibilité à la technologie numérique, le manque de ressources socio-économiques et la marginalisation.

Les solutions les plus appropriées pour lutter contre l'isolement social, selon l'avis des participants, sont de motiver les seniors à être actifs dans les événements en ligne, d'encourager les activités intergénérationnelles et d'informer les seniors sur les différentes sources locales (non cliniques) de soutien et de conseil auxquelles ils peuvent s'adresser.

Nous avons également eu un aperçu de plusieurs mesures prises par les participants pour relever les défis de l'isolement social des seniors, qui sont énumérées ci-dessous dans ce texte.

## **1.2 Les répondants impliqués dans la recherche**

La plupart de nos répondants sont très expérimentés dans le domaine du bien-être des seniors. La majorité (**43%**) travaille dans ce domaine depuis plus de 10 ans. **12%** des répondants travaillent avec les seniors depuis plus de 5 ans, **24%** d'entre eux entre 3 et 5 ans et **21%** d'entre eux depuis moins de 3 ans. Le profil général des participants au questionnaire, professionnels travaillant avec les seniors, est très expérimenté. La grande majorité des répondants travaillent dans le domaine du bien-être des seniors depuis plus de 3 ans.

Nous avons des participants répondant à des organisations telles que des associations de seniors, des institutions publiques et privées de solidarité sociale, des maisons de retraite, des centres de santé, et des institutions qui fournissent une assistance psychologique aux seniors.

Les répondants exercent des professions variées telles que soignant, thérapeute, conseiller / psychothérapeute, ergothérapeute, travailleur social, éducateur social, animateur socioculturel, centre de stimulation cognitive, conseiller, technicien d'intervention sociale, assistant de clinique, psychologue, neuropsychologue, gérontologue, ou encore qu'ils représentent le personnel de direction ou le responsable de l'unité opérationnelle.

## **1.3 À quelle fréquence les seniors communiquent-ils avec leurs proches (avant/pendant/après le Covid) ?**

A la question "A quelle fréquence les seniors communiquent-ils avec leurs proches dans les différentes périodes (avant/pendant/après le covid) ?", les différences entre les différentes périodes ne sont pas très élevées.

La plupart des personnes interrogées estiment que les seniors ont contacté leurs proches plus de deux fois par semaine (**41,6% avant l'épidémie de covid-19/43,4% pendant l'épidémie de covid-19/44% après l'épidémie de covid-19**). Certains répondants estiment que les seniors ont contacté leurs proches deux fois par semaine (**21,4% avant l'épidémie de grippe aviaire/27,2% pendant l'épidémie de grippe aviaire/18,8% après l'épidémie de grippe aviaire**) ou au moins une fois par semaine (**16,2% avant l'épidémie de grippe aviaire/14,2% pendant l'épidémie de grippe aviaire/24,4% après l'épidémie de grippe aviaire**). Un faible nombre de répondants ont déclaré que les seniors avaient contacté leurs proches une ou deux fois par mois ou rarement.

Grâce à nos recherches, nous avons découvert que la pandémie de Covid-19 n'a pas affecté de manière drastique les contacts des seniors avec leurs proches. Au moment de la pandémie, on a constaté une légère diminution des contacts à une fois par semaine, mais leur nombre a de nouveau augmenté après la pandémie de coronavirus. Le nombre de contacts plus fréquents (plus de deux fois par semaine) a même augmenté pendant la pandémie et est resté élevé même après la pandémie.

## **1.4 L'impact de l'isolement social sur les seniors (surtout au cours des 2 dernières années à cause du Covid-19)**

Les répondants s'accordent généralement à dire que l'isolement des seniors peut entraîner des problèmes de santé. La plupart des répondants estiment que l'isolement social a un impact sur les sentiments d'infériorité, de solitude et de dépression chez les seniors.

La grande majorité des répondants pensent qu'il est tout à fait vrai que l'isolement social a de graves conséquences sur la longévité, la santé et le bien-être. Il a affecté les fonctions cognitives des seniors et a influencé négativement la santé mentale et physique des seniors.

Les répondants pensent que l'isolement social a le plus grand impact chez les seniors qui vivent seules, alors que chez celles qui vivent en institution, ils ne perçoivent pas un impact aussi important de l'isolement social.

Il y a un impact négatif sur la santé des seniors qui ne communiquent pas régulièrement avec leurs amis et leurs parents par rapport à celles qui le font.

La plupart des personnes interrogées estiment que l'inaccessibilité de la technologie numérique et le manque de compétences numériques augmentent la solitude des seniors.

## **1.5 Les effets négatifs les plus courants de l'isolement social chez les seniors, et les causes de l'isolement social et de la solitude**

Les impacts négatifs les plus courants qui ont été considérés par les répondants sont : l'augmentation de la solitude, la réduction de la qualité de vie, les accidents vasculaires cérébraux et le diabète.

Lorsqu'on leur demande quelles sont les causes de l'isolement social et de la solitude, les personnes interrogées estiment que les causes les plus courantes sont les possibilités de transport inadéquates, l'inaccessibilité aux technologies numériques, le manque de ressources socio-économiques et la marginalisation. Les autres causes pertinentes selon nos répondants sont également l'âgisme, le fait de vivre dans des endroits éloignés et les mauvaises conditions de logement.

## **1.6 Les solutions au défi de l'isolement social des seniors**

Les répondants ont classé les différentes solutions possibles pour lutter contre l'isolement social. Les solutions les plus appropriées selon l'opinion des répondants sont :

- Motiver les seniors à être actifs dans les événements en ligne
- Encourager les activités intergénérationnelles
- Apprendre aux seniors à être créatifs en ligne
- Les seniors doivent être informées des diverses sources locales (non cliniques) de soutien et de conseil auxquelles elles peuvent s'adresser
- Stratégies au niveau communautaire : Des stratégies dans différents domaines peuvent contribuer à réduire la solitude et l'isolement social des seniors au niveau communautaire

## **1.7 Les actions menées par nos répondants pour tenter de résoudre le problème de l'isolement social des seniors dans leur réseau/institution**

Les mesures qui ont été prises par nos répondants sont les suivantes :

- Mise en œuvre d'innovations numériques et utilisation accrue des technologies et outils numériques (appels vidéo, utilisation des réseaux sociaux, formation à l'utilisation des smartphones et tablettes, éducation en ligne, participation à des activités en ligne)
- Un plus grand engagement des employés et un traitement plus individuel des seniors
- Mise en place d'une consultation psychologique gratuite, également par téléphone et par Skype, pour les personnes qui n'ont pas pu assister à la consultation en face à face
- Activation importante des bénévoles (discussions et rencontres intergénérationnelles, rédaction de lettres aux seniors, promenades avec les seniors, réalisation d'activités quotidiennes telles que aller au bureau de poste, faire les courses, faire des démarches administratives)
- Encourager les seniors, leur apporter un soutien émotionnel, être prêt à leur parler
- Promouvoir la socialisation dans les thérapies par l'intermédiaire des méthodes de prévention primaire d'hygiène et de sécurité en personne, et l'utilisation de la téléphonie mobile de manière non présenteielle
- Faire un plan de lutte contre la solitude
- Par la gestion du téléphone, les communications en ligne et le service d'aide à domicile
- Encourager ceux qui ont un niveau cognitif décent à communiquer par téléphone et développer des réseaux d'action communautaire locaux
- Assistance téléphonique et éducation aux TIC par la prévention
- Pendant la période Covid-19, le centre a dû fermer ses portes en raison de réglementations politiques, mais plusieurs cahiers de travail ont été envoyés aux utilisateurs (ludique, physique et mémoire)
- Jusqu'à présent, les centres de jour ont beaucoup travaillé sur la partie sociale et émotionnelle, en favorisant les relations entre les utilisateurs et en améliorant leur estime de soi
- Vidéoconférences avec les proches, activités de loisirs, soutien psychologique

## 2. Analyse du questionnaire "Besoins de communication et de créativité des seniors"

### 2.1 Sommaire

Ce questionnaire a été diffusé auprès des seniors pour répondre à des questions sur leur connaissance des outils et compétences numériques et sur leurs besoins en matière de créativité. Chaque partenaire a invité au moins 10 seniors.

De plus, pour ce questionnaire, l'analyse qui a été faite dans chacun des pays partenaires sera plus pertinente pour la suite des travaux, car les résultats varient légèrement d'un pays à l'autre. Nous tenterons donc d'adapter les activités de suivi aux résultats obtenus dans chacun des pays partenaires. Dans le texte suivant, nous présenterons les points les plus mis en avant ou les plus soulignés par les participants.

La majorité des répondants ayant participé à cette recherche sont des femmes. La plupart des participants ont entre 65 et 75 ans. Le niveau d'éducation des répondants est diversifié, nous avons tous les niveaux d'éducation. Le nombre le plus faible est celui des personnes ayant suivi une scolarité primaire incomplète, et le plus élevé est celui des personnes ayant suivi une formation professionnelle ou universitaire. Cependant, le pourcentage de tous les niveaux d'éducation est très proche, nous ne pouvons donc pas dire qu'un niveau se démarque.

La plupart des répondants vivent seuls ou en couple et la plupart d'entre eux sont des habitants de l'environnement urbain. En pourcentage, très peu de répondants utilisent les services pour seniors car ils n'ont pas besoin de ce type de services et quelques répondants ont déclaré que ces services ne sont pas disponibles pour eux.

Dans tous les pays partenaires où l'enquête a été menée, la grande majorité des seniors ont déclaré qu'ils communiquent ou souhaitent communiquer avec plus de 5 personnes, par exemple des amis ou des parents ou au moins 2 à 5 personnes.

Il est extrêmement encourageant de constater que les seniors qui ont participé à la recherche communiquent généralement avec leurs amis et leur famille tous les jours, ou au moins toutes les semaines. Seuls quelques seniors ont déclaré qu'ils communiquaient avec leur famille et leurs amis une fois par mois ou rarement.

Nous pouvons conclure de cette recherche que la majorité des répondants ont des compétences numériques très basiques, trouvant difficile d'utiliser internet efficacement et en général, presque tous les répondants manquent de connaissances avancées d'internet et de compétences numériques. Nous pouvons conclure à partir des données que la plupart

des participants sont conscients des avantages de la communication numérique mais qu'il y a également un manque de compétences et de confiance.

L'appareil intelligent le plus utilisé par les seniors est le smartphone. La plupart des personnes interrogées l'utilisent tous les jours ou au moins tous les mois. Elles utilisent aussi occasionnellement un ordinateur ou un portable, tandis que la tablette est le dispositif le moins utilisé par les seniors.

Une grande partie des répondants considèrent que l'utilisation des outils numériques est importante ou très importante. En ce qui concerne l'utilisation des appareils technologiques, la plupart des participants utilisent leurs appareils technologiques pour naviguer sur Internet et vérifier leurs e-mails.

En ce qui concerne les obstacles rencontrés par les seniors dans l'utilisation des nouvelles technologies, la plupart des répondants ont indiqué que le manque de connaissances et de compétences était le principal obstacle.

La grande majorité des personnes interrogées n'ont pas déclaré de sentiments de solitude drastiques. Cependant, certains de nos répondants ont parfois l'impression que leurs relations sociales sont superficielles, qu'ils manquent de compagnie et qu'ils se sentent en manque de compagnie. Ce malaise se manifeste parfois chez les seniors, mais ces sentiments ne sont pas très fréquents.

## 2.2 Les répondants impliqués dans la recherche

Les répondants qui ont participé au questionnaire sur les générations numériques représentent **63,8%** de femmes et **36,2%** d'hommes. La majorité des répondants sont donc des femmes.

En termes de tranche d'âge, la plupart des répondants (**67%**) ont entre 65 et 75 ans, **24,2%** ont entre 75 et 85 ans. Seuls **9%** des répondants sont âgés de plus de 85 ans.

Le niveau d'éducation des répondants est varié. Nous avons **3,6%** des répondants qui n'ont pas terminé l'école primaire et **19%** qui ont terminé l'école primaire, **15,6%** des répondants qui ont suivi un enseignement professionnel, **10,4%** qui ont suivi un enseignement professionnel, professionnel ou général de quatre ans, **13,2%** qui ont suivi un enseignement supérieur, **23,6%** qui ont obtenu un diplôme universitaire et **14,4%** qui ont obtenu une maîtrise, une spécialisation ou un doctorat.

En ce qui concerne la situation de vie, la plupart des répondants vivent seuls (**41%**), les autres vivent en couple (**35%**), en famille (**15,5%**) ou dans une institution d'aide sociale (**7,6%**).

La plupart des répondants, **67%**, sont des habitants de l'environnement urbain, bien que **33%** des répondants vivent actuellement dans les zones rurales.

À la question "Êtes-vous bénéficiaire d'un service local pour les seniors ?", la grande majorité des personnes interrogées ont déclaré ne pas avoir besoin de ce type de service. Seuls quelques répondants utilisent le service de livraison de nourriture, et/ou participent aux exercices organisés pour les seniors et aux soins à domicile. En pourcentage, très peu de répondants utilisent les services destinés aux seniors et **11,4%** des répondants déclarent que ces services ne sont pas disponibles pour eux.

## 2.3 Les besoins de communication et de créativité

Dans tous les pays partenaires où l'enquête a été menée, la grande majorité des seniors ont déclaré qu'ils communiquent ou souhaitent communiquer avec plus de 5 personnes, par exemple des amis ou des parents, ou au moins 2 à 5 personnes.

Il est extrêmement encourageant de constater que les seniors qui ont participé à la recherche communiquent généralement avec leurs amis et leur famille tous les jours, ou au moins toutes les semaines. Seuls quelques seniors ont déclaré qu'ils communiquaient avec leur famille et leurs amis une fois par mois ou rarement.

## 2.4 Internet et compétences numériques

Nous pouvons conclure de cette recherche que la majorité des répondants ont un niveau de compétences numériques très basique, ayant du mal à utiliser internet efficacement.

Les compétences les plus courantes qu'ils possèdent sont :

- Ils savent comment utiliser internet pour trouver différentes informations
- Ils savent comment ouvrir un nouvel onglet dans leur navigateur
- Ils savent comment utiliser les applications de messagerie et d'appel
- Ils savent quelles informations ils doivent ou ne doivent pas partager en ligne

Moins de répondants sont sûrs de savoir créer un compte de courrier électronique et de l'utiliser pour se connecter avec d'autres personnes, et ils ne savent pas exactement comment utiliser un éditeur de texte ou comment télécharger/enregistrer une photo qu'ils ont trouvée en ligne.

En général, presque toutes les personnes interrogées n'ont pas de connaissances avancées d'internet et des compétences numériques. Beaucoup d'entre elles ne savent pas comment partager le contenu qu'elles ont créé avec leurs amis ni comment créer quelque chose de nouveau à partir d'images, de musique ou de vidéos en ligne existantes. Ils ne se sentiraient pas en confiance pour mettre en ligne du contenu vidéo qu'ils ont créé.

Bien que la plupart des personnes interrogées préfèrent communiquer avec leurs amis et leurs proches en personne, elles reconnaissent que la communication en ligne est un outil très utile et important qui contribue à prévenir l'isolement et que la communication en ligne renforce la connectivité sociale et rapproche les gens. De nombreuses personnes interrogées ont déclaré qu'elles n'avaient pas suffisamment de compétences en matière de communication numérique, qu'elles ne communiquaient qu'occasionnellement en ligne avec leurs amis et leurs proches et qu'elles pensaient avoir certaines limites pour pouvoir communiquer en ligne.

Les répondants ne sont pas tout à fait sûrs de vouloir assister à des événements en ligne et d'y participer activement et ils ne sont pas sûrs de vouloir apprendre à être créatifs en ligne.

Les données nous permettent de conclure que la plupart des participants sont conscients des avantages de la communication numérique, mais qu'ils manquent également de compétences et de confiance et qu'ils ne sont pas tout à fait sûrs de vouloir apprendre à être créatifs en ligne.

## **2.5 Utilisation des technologies numériques par les seniors**

L'appareil intelligent le plus utilisé par les seniors est le smartphone, la plupart des personnes interrogées l'utilisent tous les jours ou au moins tous les mois. Ils utilisent aussi occasionnellement un ordinateur ou un portable, tandis que la tablette est l'appareil le moins utilisé par les seniors. A partir de ces données, nous pouvons conclure que les smartphones seraient le meilleur appareil technologique à utiliser pour les activités de formation.

Nous avons des résultats très égaux en ce qui concerne l'utilisation des réseaux sociaux. Nous pouvons dire qu'environ 50 % des répondants n'utilisent pas les réseaux sociaux, tandis que les autres 50 % utilisent les réseaux sociaux au moins 2 à 3 fois par semaine (parmi eux, environ 20 % sont des seniors qui utilisent les médias sociaux tous les jours).

Une grande partie des répondants considère que l'utilisation des outils numériques est importante ou très importante, tandis qu'une petite partie des répondants déclare que l'utilisation des outils numériques n'est pas importante.

En ce qui concerne l'utilisation des appareils technologiques, la plupart des personnes interrogées s'en servent pour naviguer sur l'internet et vérifier leurs e-mails. Un certain nombre de seniors utilisent également des appareils technologiques pour communiquer via des outils numériques, comme le tchat vidéo et la prise de photos.

Peu de répondants utilisent les appareils technologiques pour organiser des voyages, jouer à des jeux, faire des achats en ligne, accéder à des services de santé en ligne, mesurer leur état de santé et visiter des sites pour seniors.

En ce qui concerne les obstacles rencontrés par les seniors dans l'utilisation des nouvelles technologies, la plupart des répondants ont indiqué que le manque de connaissances et de compétences était le principal obstacle. Le deuxième obstacle le plus souvent cité est le manque de motivation et d'intérêt. Les obstacles pertinents mentionnés par les seniors sont également : le manque de méthodologie pédagogique adaptée, le manque de soutien, le manque de confiance et le manque de formateurs compétents. Les répondants les moins nombreux ont indiqué comme obstacles les difficultés financières, le manque de temps et les problèmes de santé.

Concernant les applications utilisées par les seniors, ils utilisent occasionnellement la messagerie électronique / gestion personnelle (Gmail / Outlook) et les applis de messagerie instantanée en ligne (ex : Messenger, Viber, Facetime, WhatsApp). Les plateformes de communication en ligne (ex. ZOOM, Skype, etc.), les réseaux sociaux (ex. Facebook, Instagram, TikTok) et les plateformes d'écoute et de visionnage direct sur le web (ex. Youtube, Spotify, Netflix), les jeux en ligne, les jeux d'argent en ligne et les rencontres en ligne (ex. Tinder, etc.) sont très rarement utilisés.

## **2.6 Sentiment de solitude exprimé par les seniors**

La grande majorité des répondants n'ont pas déclaré de sentiments de solitude radicaux. La plupart des répondants déclarent qu'ils ont quelqu'un à qui parler, qu'ils peuvent tolérer d'être seuls, qu'ils ne sont pas malheureux de faire tant de choses seuls, qu'ils n'ont pas l'impression que personne ne les comprend vraiment et qu'ils ne se sentent pas exclus et isolés des autres.

Nous sommes heureux que les seniors aient également déclaré qu'ils n'ont pas l'impression de ne plus être proches de quelqu'un, qu'ils ne se sentent pas repliés sur eux-mêmes et malheureux et qu'ils n'ont pas l'impression que les gens sont autour d'eux mais pas avec eux.

La plupart d'entre eux n'attendent pas qu'on les appelle ou qu'on leur écrive, ils sont capables de tendre la main et de communiquer avec leur entourage, il ne leur est pas

difficile de se faire des amis, ils ont quelqu'un vers qui se tourner, leurs intérêts et leurs idées sont partagés par leur entourage et ils ne se sentent pas seuls ou exclus par les autres.

Cependant, certaines de nos personnes interrogées ont parfois l'impression que leurs relations sociales sont superficielles, qu'elles manquent de compagnie et qu'elles se sentent privées de compagnie. Il arrive que certains des malaises énumérés ci-dessus se manifestent chez les seniors, mais ces sentiments ne sont pas très fréquents.

## 3. ANNEXES

Liste des annexes :

- **Annexe 1 : Questionnaire #1 : L'impact de l'isolement social parmi la population âgée**
  - Annexe 1.1 : [Analyse du questionnaire #1 – Slovénie](#)
  - Annexe 1.2 : [Analyse du questionnaire #1 – Grèce](#)
  - Annexe 1.3 : [Analyse du questionnaire #1 – Bulgarie](#)
  - Annexe 1.4 : [Analyse du questionnaire #1 – Espagne](#)
  - Annexe 1.5 : [Analyse du questionnaire #1 – France](#)
  
- **Annexe 2: Questionnaire #2: Définir votre niveau de compétences numériques, vos besoins en communication et en créativité**
  - Annexe 2.1 : [Analyse du questionnaire #2 – Slovénie](#)
  - Annexe 2.2 : [Analyse du questionnaire #2 – Grèce](#)
  - Annexe 2.3 : [Analyse du questionnaire #2 – Bulgarie](#)
  - Annexe 2.4 : [Analyse du questionnaire #2 – Espagne](#)
  - Annexe 2.5 : [Analyse du questionnaire #2 – France](#)



# DIGITAL GENERATIONS

Partenaires du projet :



Defoin



Cofinancé par  
l'Union européenne

Le soutien de la Commission européenne à la production de cette publication ne constitue pas une approbation de son contenu, qui n'engage que ses auteurs, et la Commission ne peut être tenue responsable de l'usage qui pourrait être fait des informations qu'elle contient.