

## ISOLEMENT SOCIAL



15 % des aînés au Québec sont isolés socialement et 30% sont à risque<sup>1</sup>

Les personnes isolées socialement sont plus à risque des maladies chroniques, de démence et de troubles neurocognitifs<sup>2</sup>

L'isolement social est un important facteur de risque de dépression et de suicide<sup>3</sup>

L'isolement social est un important facteur de risque de mortalité prématurée<sup>4</sup>

### L'isolement social n'est pas une fatalité!

Si vous vivez seul(e) ou que vous n'êtes pas satisfait(e) de la qualité de votre soutien social, SVP contactez les travailleurs de milieu du PAVRE au sein du Campus 3. On vous donnera des ressources pouvant vous aider à vous sentir moins isolé(e). Contactez-nous par téléphone au (819) 663-3305 ou par courriel à l'adresse [Pavre3@Campus3.ca](mailto:Pavre3@Campus3.ca)

- (1) Maltais, Nadine (2018). L'isolement social, une épidémie évitable par l'entraide et les liens sociaux dans le cadre des JASP2018. Institut national de Santé publique. <https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/jasp/archives/2018/jasp2018-isolement-social-nadine-maltais.pdf>
- (2) McCourt, Penny (2016). Isolement social des aînés. Volume I, comprendre l'enjeu et trouver des solutions. Gouvernement du Canada. [http://publications.gc.ca/collections/collection\\_2017/edsc-esdc/Em12-12-1-2016-fra.pdf](http://publications.gc.ca/collections/collection_2017/edsc-esdc/Em12-12-1-2016-fra.pdf)
- (3) Conseil national des aînés (2014). Rapport sur l'isolement social des aînés 2013-2014. Gouvernement du Canada, p.9. [http://www.conseildesaines.gc.ca/fra/recherche\\_publications/isolement\\_social/page00.shtml](http://www.conseildesaines.gc.ca/fra/recherche_publications/isolement_social/page00.shtml)
- (4) Juneau, Martin (2017). L'isolement social, un important facteur de risque de mortalité prématurée. Institut de Cardiologie de Montréal. <https://observatoireprevention.org/2017/05/03/lisolement-social-important-facteur-de-risque-de-mortalite-prematuree/>