



Bienvenue

Cette action est soutenue
financièrement par



QUIZ – COMMENT LUTTER CONTRE L'ISOLEMENT SOCIAL ?

*Quiz créé dans le cadre de l'action de prévention réalisée
le 26 septembre 2024 à St Just La Pendue.
Chaque question peut avoir plusieurs bonnes réponses.*





QUESTION 1

Le lien social pour vous, c'est quoi ?

- Les relations que vous entretenez avec la famille ?
- Les relations que vous entretenez avec les amis ?
- Les relations que vous entretenez avec les voisins ?



REPONSE

Toutes les propositions sont exactes. Le lien social est représenté par toutes les relations que nous entretenons avec autrui.

-  Les relations que vous entretenez avec la famille
-  Les relations que vous entretenez avec les amis
-  Les relations que vous entretenez avec les voisins





QUESTION 2

Comment puis-je maintenir le lien social après 60 ans ?

- Je stimule mon esprit (jeux, livres, visites culturelles, ...)
- Je conserve une activité sportive (marche, vélo, natation, ...)
- Je m'implique dans une association ou dans un club
- Je reste chez moi et je regarde la télévision



REPONSE

Stimuler son esprit, conserver une activité sportive et s'impliquer dans des associations ou des clubs favorisent le maintien du lien social.

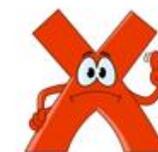


- ✔ Je stimule mon esprit (jeux, livres, visites culturelles, ...)
- ✔ Je conserve une activité sportive (marche, vélo, natation, ...)
- ✔ Je m'implique dans une association ou dans un club
- ✘ Je reste chez moi et je regarde la télévision
Si « regarder la télévision » permet de rester en lien avec l'actualité, « rester chez soi » ne favorise pas le maintien du lien social.



QUESTION 3

L'isolement social, c'est avoir peu (ou pas du tout) de relations avec d'autres personnes (famille, amis, voisins, ...). L'isolement social, c'est être malheureux de ne pas avoir beaucoup d'échanges avec les autres. L'isolement social peut mettre une personne en danger.





REPONSE



VRAI



Le CESE (Conseil Economique Social et Environnemental) propose la définition suivante :

L'isolement social est la situation dans laquelle se trouve une personne qui, du fait de relations durablement insuffisantes dans leur nombre ou leur qualité, est en situation de souffrance et de danger.



QUESTION 4

Qui peut jouer un rôle dans le repérage d'une situation d'isolement social ?

- Votre médecin
- Votre aide-ménagère
- Vos voisins
- Vous
- Votre facteur
- Votre infirmière
- Votre épouse, vos enfants, ...
- Tout le monde



REPONSE

Tout le monde a un rôle à jouer dans le repérage des situations d'isolement social, même vous !



 Votre médecin

 Votre aide-ménagère

 Vos voisins

 Vous



 Votre facteur

 Votre infirmière

 Votre épouse, vos enfants, ...

 Tout le monde



QUESTION 5

Pour repérer une situation d'isolement social, quels signes peuvent m'alerter ?



Citer 3 signes d'alerte.





REPONSE

Dans le repérage des situations d'isolement social, plusieurs signes peuvent vous alerter :



Les signes qui peuvent m'alerter :

- Volets fermés en journée
- Logement négligé, boîte aux lettres pleine
- Visage triste
- Tenue négligée ou inadaptée à la saison
- En demande d'échanges ou au contraire replié sur soi, mutisme

- Méfiance, sentiment d'insécurité
- Problèmes d'addiction
- Perte d'appétit, de poids
- Manque de sommeil
- Désintérêt pour des activités qui l'intéressaient auparavant
- Renoncement aux soins

*Extrait de la brochure « Isolement social des aînés : des repères pour agir »
octobre 2021 - Ministère chargé de l'autonomie*



QUESTION 6

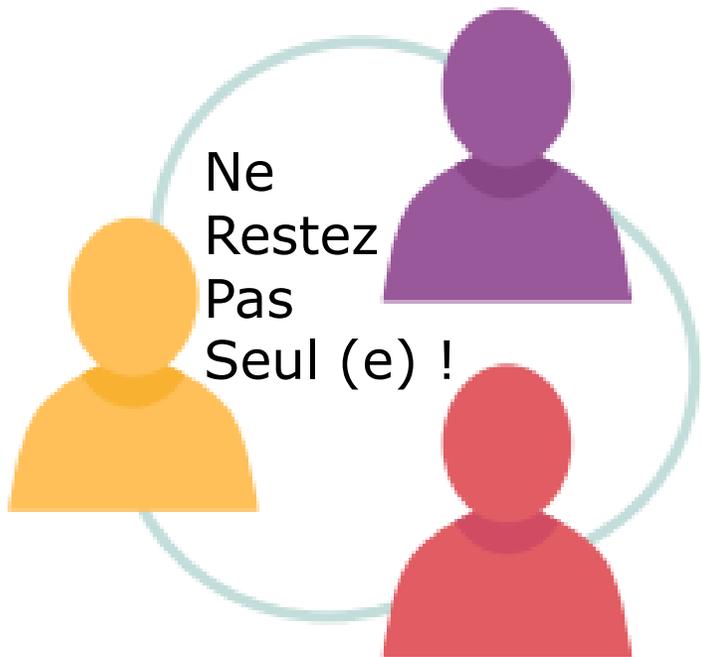
Je connais une personne en situation d'isolement social, à qui puis-je m'adresser ?

- A la mairie de la commune
- Au centre d'action sociale de la commune (CCAS)
- Au service social du département
- Je ne sais pas



REPONSE

Si vous êtes face à une situation d'isolement social, ne restez pas seul(e). N'hésitez pas à contacter la mairie de votre commune, le CCAS le plus proche, le service social de votre département.



A la mairie de la commune



Au centre d'action sociale de la commune (CCAS)



Au service social du département



Pour aller plus loin, n'hésitez pas à consulter la brochure « Isolement social des aînés : des repères pour agir » - octobre 2021 - Ministère chargé de l'autonomie.



Cette action est soutenue financièrement par



Action de prévention – Avec l'âge, je cultive mon lien social ! – 26 09 2024