



**Politique sociale de la solitude : Etude et plan d'action dans le cadre de la réponse au postulat de M. Robert Joosten et consorts**

« Pour une étude sur la solitude à Lausanne »

Rapport-préavis N° 2023 / 33

Lausanne, le 29 juin 2023

Madame la Présidente, Mesdames, Messieurs,

**1. Résumé**

Eprouver un sentiment de solitude, se sentir ou être isolé recouvrent autant de réalités qu'il y a de personnes. La recherche dans ce domaine permet toutefois de tracer une différence entre solitude et isolement. La première relève du domaine des sentiments. Elle peut être ressentie par une personne bien intégrée socialement. L'isolement peut être objectivement défini, notamment par la quantité et la qualité des interactions sociales d'une personne. Celle-ci, bien qu'isolée, peut se sentir parfaitement bien dans sa vie.

La crise sanitaire, par ses épisodes de confinement et de restrictions, a mis en lumière cette thématique. Pour répondre au postulat de M. Robert Joosten et consorts « pour une étude sur la solitude à Lausanne », et faire un état des lieux au sein de la population lausannoise, la Ville a choisi de mener une étude auprès d'une population plus sujette à la solitude et à l'isolement, les personnes âgées de 75 et plus. Les résultats obtenus après réponse de 30% de cette tranche de population ne montrent pas que leur situation, notamment psychique, se soit dégradée après la crise sanitaire. Leurs réponses permettent cependant de définir les facteurs sur lesquels intervenir afin de prévenir l'installation d'un sentiment de solitude et préserver les liens et interactions au sein de la population et ainsi renforcer la cohésion sociale.

A cette fin, la Ville développe des politiques et des offres dans de nombreux domaines de la vie et pour l'ensemble de la population, quel que soit son âge, son genre ou son origine. Ainsi, dans le domaine du logement, on peut citer le programme « Vieillir chez soi » qui vise à adapter les lieux de vie et maintenir l'autonomie des habitantes et habitants ; dans le domaine du sport, un large programme est proposé pour pratiquer une activité physique selon ses capacités, rester en forme et développer des liens sociaux ; dans le domaine culturel, les bibliothèques et les musées offrent de nombreuses activités ; à cela il faut encore ajouter le soutien au riche tissu associatif lausannois qui réalise un travail essentiel pour développer et renforcer la cohésion sociale.

La Ville va poursuivre le développement de ces offres qui favorisent les liens entre les différentes générations ainsi que la communication auprès de la population. Elle le fera avec ses partenaires associatifs et institutionnels, tout en explorant avec eux les domaines à développer.

**2. Objet du rapport-préavis**

Le présent rapport-préavis répond au postulat de M. Robert Joosten et consorts « Pour une étude sur la solitude à Lausanne », déposé le 11 janvier 2021 au Conseil communal et renvoyé à la Municipalité le 9 février 2021.

Le postulant « invite la Municipalité à étudier l'opportunité de réaliser une étude quantitative et qualitative sur la solitude des habitants lausannois. Il serait notamment intéressant de comparer la situation que nous vivons avant le premier semi-confinement au printemps

2020 à Lausanne avec la situation qui prévaut depuis. D'autre part, l'étude pourrait « inventorier l'ensemble des ressources associatives, publiques et parapubliques existantes sur le front de la lutte contre la solitude et détecter les trous dans les mailles du filet lausannois <sup>1</sup>.

### **3. Contexte**

En février 2020, l'Office fédéral de la santé publique (OFSP) annonçait le premier cas d'infection au SARS-CoV-2 en Suisse. L'ensemble de la Suisse était frappé par la pandémie de la COVID-19, et très vite, une crise sanitaire unique et sans précédent s'abattait sur l'ensemble du pays. Afin d'éviter la propagation de la pandémie, Les autorités politiques ont été contraintes de prendre des mesures de limitation drastique des rassemblements, concerts, assemblées, activités sportives et culturelles.

Cette situation exceptionnelle a généré une prise de conscience de la population sur la solitude vécue par de nombreuses personnes, des élans de solidarité entre voisins et voisins, la mise en œuvre d'aides ponctuelles pour faire des courses ou soutenir des personnes en difficulté, des distributions alimentaires dans les quartiers ont été mis en œuvre rapidement afin de faire face à des situations d'extrême précarité et de de perte soudaine des liens sociaux générant un sentiment solitude.

Dans ce contexte, il faut relever que la Municipalité a pris la mesure des conséquences du confinement partiel et a mis en œuvre des mesures concrètes d'aide à la population durant la pandémie. On peut citer par exemple le programme « une visite pour les Fêtes » proposant à plus de 10'200 seniors de 75 ans et plus une visite à domicile par deux personnes. Plusieurs centaines de personnes ont bénéficié de ces visites qui ont permis de limiter quelque peu l'impact de la réduction des activités et de la distanciation des liens familiaux.

### **4. Réponse au postulat : Etude sur le sentiment de solitude chez les personnes âgées de 75 ans et plus résidant en ville de Lausanne**

La Ville de Lausanne a décidé de mener une étude pour connaître la situation auprès de la population et faire ressortir les facteurs menant au sentiment de solitude. La Municipalité a donc choisi de se concentrer sur une tranche de la population particulièrement sujette à éprouver de la solitude, les personnes âgées de 75 ans et plus. Si ce sentiment n'est pas uniquement lié aux personnes âgées, les facteurs de l'âge et de l'état de santé sont déterminants dans les liens sociaux et leur évolution. C'est pourquoi les politiques publiques doivent intégrer ces facteurs, en particulier dans un contexte de vieillissement de la population.

La Municipalité a ainsi mandaté la Haute école de travail social et de la santé Lausanne (HETSL) afin de réaliser une enquête par questionnaire auprès des lausannoises et lausannois âgés de 75 ans et plus en décembre 2021. Le document, ainsi qu'un courrier, ont été envoyés à l'ensemble des personnes concernées avec une possibilité de répondre au document dans sa version papier ou par voie électronique. Le questionnaire a été envoyé à 10'144 personnes et 2'955 questionnaires valides ont été renvoyés. L'échantillon comprend ainsi près de 30% de la population lausannoise âgées de 75 ans et plus, ce qui en garantit la bonne représentativité.

#### **4.1 Définition de la solitude**

Le sentiment de solitude et la solitude réelle sont deux choses différentes. Il est important de souligner qu'il faut différencier l'isolement social objectif et la solitude, avec laquelle on le confond très souvent. L'étude réalisée par la HETSL est basée sur la définition selon laquelle la solitude n'est pas mesurée uniquement en nombre de contacts réguliers. Une

---

<sup>1</sup> Postulat Robert Joosten et consorts « Pour une étude sur la solitude à Lausanne ».

personne peut avoir des contacts quotidiens, un cercle d'amis fidèles, participer régulièrement à des activités de loisirs et ressentir néanmoins un sentiment de solitude ; a contrario, une autre personne peut avoir moins de contacts, sortir moins de chez elle, maintenir des relations moins soutenues et se sentir malgré tout moins seule.

#### 4.2 Etude sur la solitude : analyse et recommandations

Pour pouvoir faire une comparaison avec la situation de la solitude plus généralement au niveau de la Suisse, les chercheuses ont repris la mesure de la solitude effectuée en 2019 par le Panel suisse des ménages. La comparaison de la population générale âgée de 75 ans et plus en Suisse en 2019 avec la population âgée de 75 ans et plus à Lausanne en 2021 n'indique pas de grandes différences en ce qui concerne la solitude.

Quant à l'évolution entraînée par la pandémie due à la COVID-19, la comparaison entre avant et après relève que le sentiment de solitude de la population âgée lausannoise ne s'est pas accentué depuis le début de la pandémie en 2020.

Le sentiment de solitude est inégalement distribué dans la population. L'analyse multivariée montre que les facteurs suivants exercent une influence déterminante, toutes choses égales par ailleurs, sur la solitude ressentie :

1. avec l'âge, le cercle d'amis se restreint, renforçant le sentiment de solitude ;
2. la fragilisation de l'état de santé est également un facteur important. Les seniors en mauvaise santé ont tendance à moins sortir, à limiter leurs activités et être plus isolés socialement ;
3. la situation financière de la personne est également un élément très important. À Lausanne, environ 5'000 seniors bénéficient des prestations complémentaires ; leurs moyens financiers sont limités et constituent un frein à la participation d'activités comme le partage d'un repas au restaurant, des sorties ou des voyages.

La participation sociale dans des associations ou dans un club sportif, les loisirs, ainsi que toute forme d'interaction avec le voisinage, la famille et les amies et amis protègent de la solitude.

L'étude démontre qu'à Lausanne, la grande majorité des personnes âgées de 75 ans et plus n'est pas isolée objectivement : « 64,9% des personnes interrogées ne risquent pas d'être isolées socialement selon l'indicateur de risque utilisé. Quant au sentiment de solitude, les mesures montrent que 32,5% des personnes ont un niveau d'isolement social subjectif moyen et 31,4% se sentent modérément seules. La littérature sur les interventions de réduction de la solitude suggère que c'est au niveau de cette population qui se sent modérément seule qu'il convient d'agir, car il est important de prévenir la solitude avant qu'elle ne devienne sévère et trop complexe pour pouvoir la réduire.

Une des différences fondamentales est que la solitude varie fortement selon les caractéristiques individuelles tandis que l'isolement objectif ne diffère pas (ou peu). La solitude augmente avec l'âge et s'avère plus forte chez les personnes âgées nées à l'étranger, au bénéfice d'un faible niveau d'éducation et à l'état de santé se dégradant. Le genre fait exception à la règle avec une relation inversée : les hommes sont objectivement plus isolés alors que les femmes se sentent plus seules et isolées ».<sup>2</sup>

L'étude formule les recommandations d'interventions suivantes pour réduire le sentiment de solitude des personnes âgées de 75 ans et plus, en ville de Lausanne :

1. Faire un état des lieux qui recense les programmes et interventions en place dans la ville de Lausanne, les institutions qui les conduisent et les responsables de ces

---

<sup>2</sup> Etude sur le sentiment de solitude chez les personnes âgées de 75 ans et plus résidant en ville de Lausanne.

interventions directes ou indirectes (de Jong-Gierveld, Fokkema & van Tilburg, 2011, p. 44).<sup>3</sup>

Réaliser un tel état des lieux n'est actuellement pas en projet. Les interventions sont en effet du ressort de nombreux acteurs (institutionnels, cantonaux et communaux, associatifs, publics ou parapublics), rendant un état des lieux exhaustif difficile à mettre en place. En revanche, différentes mesures, structures et interventions ont été répertoriées et sont présentées au chapitre suivant ; celles-ci favorisent la création et le renforcement de liens sociaux au sein de la population, et en particulier seniors.

2. Sensibiliser les médecins de famille, le personnel soignant, les travailleuses et travailleurs sociaux, les éducatrices et éducateurs sociaux et d'autres personnes au fait que les sentiments de solitude peuvent être très néfastes pour les personnes âgées (Fokkema & van Tilburg, 2007).

La sensibilisation des professionnelles et professionnels de la santé sur les effets néfastes du sentiment de solitude sur les personnes âgées n'est pas du ressort direct des communes. Néanmoins, de par les interfaces existant entre les services de la ville et les instances régionales, cantonales ou fédérales en la matière, cet effort de sensibilisation doit être pris en compte.

3. Identifier les interventions qui fonctionnent et cas échéant pouvoir améliorer celles qui présentent un potentiel intéressant: mesurer les sentiments de solitude avant et après l'intervention (Cattan et al. 2005 ; Fokkema & van Tilburg, 2007).

Un grand nombre d'interventions publiques ou associatives sont mises en œuvre à Lausanne et peuvent avoir un impact positif sur le sentiment de solitude. Le chapitre suivant en donne quelques exemples. Néanmoins, une analyse systématique de mesure du sentiment de solitude avant et après l'intervention n'est actuellement pas mesurée. Au vu de sa complexité, cette mesure spécifique ne pourrait être réalisée que sur un petit nombre d'interventions.

#### 4.3 Exemples de mesures et pistes d'action en lien avec l'étude sur la solitude

##### 4.3.1 Vie associative

La Ville de Lausanne a la chance d'avoir une richesse associative extraordinaire. On estime à environ 1'500 les associations actives à Lausanne. Elles jouent un rôle très important en proposant des activités de sport ou de loisir, des services ou prestations, elles contribuent à lutter contre la solitude et à renforcer la cohésion sociale. Elles sont complémentaires dans les offres proposées et dans le type de public cible.

Elles sont regroupées en faitières comme :

- l'USL (Union des sociétés locales) créée en 1897 et œuvre au service du monde associatif lausannois ;
- l'UDSL (Union des sociétés de développement de Lausanne) qui fait le lien entre les habitantes et habitants et les autorités municipales et cantonales ;
- Trait d'Union, un projet participatif du Bureau lausannois pour les immigrés (BLI), visant à renforcer, visibiliser et mettre en réseau les 160 associations actives en matière d'intégration ;
- Bénévolat Vaud soutenue par l'Etat de Vaud ; elle est un centre de compétences pour la vie associative, et a pour mission de soutenir les associations et le bénévolat dans le canton ;

<sup>3</sup> P Fokkema, T., & van Tilburg, T. (2007). Loneliness interventions among older adults: Sense or nonsense ? Tijdschrift voor Gerontologie en Geriatrie, 38(4), 185-203.

- Agora Vaud : plateforme qui regroupe une vingtaine d'associations seniors.

#### 4.3.2 Sport

Le sport est une activité qui favorise l'intégration, il prône des valeurs de respect, d'engagement, de tolérance d'effort, et de courage. Il nivelle les différents niveaux sociaux ou culturels et est essentiel dans la cohésion sociale d'une ville. Le projet des Volontaires Sportifs Lausannois (VSL), qui permet à toute personne désireuse de contribuer bénévolement à l'une ou l'autre des 25 manifestations organisées par le Service des sports, d'une part récompense et d'autre part valorise le travail participatif du volontaire. Lausanne compte près de 300 associations ou clubs sportifs, qui comprennent près de 40'000 membres dont près de 30'000 licencié-e-s. Le Service des sports a recensé l'ensemble des offres sportives gratuites ou à bas coût destinée aux seniors, qui leur permettent de continuer à pratiquer un sport quel que soit leur âge ou leurs moyens financiers. Lausanne est une ville où le sport est « un art de vivre » et contribue activement à la cohésion sociale.

#### 4.3.3 Bibliothèques

Le réseau des Bibliothèques de la Ville de Lausanne assure une offre documentaire et de nombreux services relevant de la lecture publique. Il agit en acteur social et culturel et contribue par ses missions à faciliter l'accès à l'information, à encourager la lecture, les loisirs, la formation et l'éducation. Quelques 300 animations annuelles ont pour but d'offrir ces différentes prestations à tous les publics, tous âges confondus. Si la médiation culturelle touche de nombreux jeunes et très jeunes citoyennes et citoyens, le constat suivant est à appréhender : la population âgée de 65 ans et + augmentera de 25% entre 2020 et 2050. 67% des personnes âgées de 55 à 74 ans se disent intéressées à l'innovation, et une majorité de personnes de moins de 79 ans disposent d'une connexion à Internet. De plus, les nouvelles générations de personnes âgées adhèrent à l'idéologie de l'apprentissage tout au long de la vie. Toutefois, les restrictions fonctionnelles propres à la vieillesse réduisent l'utilisation des nouvelles technologies, ainsi que l'accès à la lecture. Cette situation oblige les bibliothécaires à s'interroger tant sur leur rôle que sur la place de l'usagère et de l'utilisateur. Il s'agit aujourd'hui d'offrir une variété de services qui dépasse la gestion de documents. Dans ce contexte, de nombreuses prestations autour de l'inclusion permettent d'accompagner les seniors et les personnes empêchées dans leur apprentissage et développement personnel.

#### 4.3.4 Fracture numérique

La lutte contre la fracture numérique creuse les inégalités sociales déjà existantes, il est donc capital de faire connaître les offres de formation larges et variées proposées par les différents acteurs dans le domaine, afin de permettre à l'ensemble de la population d'accéder à des compétences numériques qui lui permettent de ne pas se sentir exclue.

#### 4.3.5 Politique des quartiers et animation socioculturelle

La politique des quartiers consiste, par différents moyens, à soutenir le tissu associatif et les solidarités informelles et à encourager l'engagement dans des projets collectifs. Les seniors sont concernés à plusieurs titres : en tant que public spécifique de certaines actions, en faisant partie des bénéficiaires de projets avec un public plus large, ou en tant qu'acteurs et actrices d'activités associatives ou de projets. Leur expérience et leur disponibilité sont des qualités appréciées, et les activités de quartier offrent en retour une reconnaissance de leur rôle et un réseau de relations qui peuvent constituer des soutiens à long terme.

Les lieux d'animation socioculturelle déploient des activités spécifiques à l'attention des seniors afin de participer activement à la lutte contre leur isolement et à leur intégration dans la vie du quartier. De plus, ils relaient des informations sur les activités proposées par les associations actives auprès des seniors ou la déléguée seniors de la Ville de Lausanne.

#### 4.3.6 Portails pour seniors

On peut également citer les deux sites internet réalisés par Lausanne Région : guide seniors.ch ou celui réalisé par Pro Senectute : infoseniorsvaud.ch qui donne des informations précieuses sur les différentes activités de loisirs, culturelles ou sportives.

### 5. Pour conclure

Il est important de prévenir la solitude avant qu'elle ne devienne sévère et trop complexe pour pouvoir être réduite. A cet égard, une attention particulière doit être apportée lors du passage à la retraite qui représente un moment crucial dans la construction et la poursuite des liens sociaux. Les liens professionnels peuvent se distendre ou prendre fin en fonction des nouvelles habitudes de vie qui se mettent en place. Les questions relatives au réseau d'amis, aux liens familiaux, à un engagement associatif ou bénévole sont très importantes, puisqu'elles permettent de développer de nouveaux liens, de partager des activités sportives ou culturelles, de recréer des contacts avec des personnes proches et de trouver un nouvel équilibre. Ces années suivant immédiatement la retraite sont déterminantes car les nouvelles habitudes prises perdurent souvent jusqu'à un âge avancé.

Depuis de nombreuses années, la Ville de Lausanne mène de nombreux projets dans différentes directions afin d'offrir à la population des activités qui renforcent le lien social et favorisent une mixité sociale et intergénérationnelle. Une ville où il fait bon vivre contribue à la création et au renforcement des liens sociaux. Des transports publics performants et adaptés, une politique du logement volontariste qui intègre la dimension seniors, le développement des coopératives, le projet « Vieillir chez soi » qui favorise le maintien à domicile, des parcs conviviaux, une politique culturelle pour tous les publics, des bibliothèques offrant un programme d'activités gratuites et attrayantes, des clubs sportifs qui favorisent les échanges, l'organisation d'une cérémonie pour les nouveaux seniors : l'ensemble de ces éléments contribue au maintien du lien social et à la lutte contre la solitude.

En continuant de développer des offres adaptées et variées, en favorisant le lien entre les différentes générations, en incitant les Lausannois et Lausannoises à s'engager dans une activité bénévole, un club sportif, ou dans leur quartier, la Municipalité souhaite contribuer à construire ou reconstruire des liens sociaux, à réduire la solitude et à révéler l'apport essentiel et précieux des seniors dans notre société.

### 6. Impact sur le développement

Cette réponse s'inscrit pleinement dans la dimension de cohésion sociale du développement durable. Les engagements de la Ville en matière de développement durable mettent également une priorité sur le vivre ensemble et plus particulièrement l'intégration des seniors, objet principal de la présente démarche.

### 7. Impact sur l'accessibilité des personnes en situation de handicap

Ce rapport-préavis n'a aucun impact sur l'accessibilité des personnes en situation de handicap.

### 8. Aspects financiers

#### 8.1 Incidences sur le budget d'investissement

Ce rapport-préavis n'a pas d'incidence sur le budget d'investissement de la Ville.

## 9. Conclusions

Eu égard à ce qui précède, la Municipalité vous prie, Madame la Présidente, Mesdames, Messieurs, de bien vouloir prendre les résolutions suivantes :

Le Conseil communal de Lausanne,

vu le rapport-préavis N° 2023/ 33 de la Municipalité, du 29 juin 2023 ;

ouï le rapport de la commission nommée pour examiner cette affaire ;

considérant que cet objet a été porté à l'ordre du jour,

décide :

1. d'approuver la réponse de la Municipalité au postulat de M. Robert Joosten et consorts :  
« Etude sur la solitude à Lausanne ».

Au nom de la Municipalité

Le syndic  
Grégoire Junod

Le secrétaire  
Simon Affolter

Annexe : Etude sur le sentiment de solitude chez les personnes âgées de 75 ans et plus résidant en ville de Lausanne – Ruxandra Oana Ciobanu (HETSL/HES\_SO)