

COMMENT DEVENIR

CHASSEUR DE SOLITUDE

PENDANT LES FÊTES DE FIN D'ANNÉE

Pour les personnes âgées isolées, Noël et les fêtes de fin d'année sont synonymes de très grande solitude. Parce qu'elles sont un symbole du partage de moments chaleureux avec ceux qu'on aime, ces fêtes apparaissent plus que jamais comme un moment où l'isolement est plus gravement ressenti par nos aînés.

Les bénévoles des Petits Frères des Pauvres s'attachent depuis plus de 70 ans à recréer la magie des fêtes. Mais selon notre dernier baromètre, 530 000 personnes âgées vivent sans contact, dans un isolement extrême. Parce que nous ne pouvons agir seuls face à ce fléau, nous avons besoin de vous ! En tant que chasseur de solitude, il vous est possible de vous mobiliser pour que la fin d'année soit une fête pour tous.

CHAQUE GESTE, MÊME SIMPLE, COMPTE !



COMMENT IDENTIFIER ET RENCONTRER UNE PERSONNE ÂGÉE ISOLÉE ?

- ★ Première étape : identifier la personne que vous souhaitez ou pouvez aider. À l'aide des affichettes à poser dans votre immeuble ou les commerces ou des cartes postales de ce kit, vous pourrez savoir qui a besoin de votre soutien. Si vous connaissez déjà une personne isolée dans votre entourage, passons à la deuxième étape !
- ★ Convenez d'un rendez-vous avec la personne âgée et n'oubliez pas de venir avec le coloriage inclus dans ce kit : ce petit présent est un bon prétexte pour démarrer une conversation. Vous pouvez aussi prévoir un autre cadeau de votre choix, un gâteau par exemple.
- ★ Lorsque vous serez en présence de la personne âgée, présentez-vous simplement en indiquant votre prénom et la raison de votre venue. Par exemple, « Je suis Michelle, j'habite votre immeuble/rue/quartier... À l'occasion de la mobilisation citoyenne lancée par les Petits Frères des Pauvres pour rompre l'isolement des aînés, j'avais envie de m'engager à mon tour ».

QUELQUES IDÉES POUR BRISER LA SOLITUDE PENDANT LES FÊTES

- ★ Il est aussi possible d'inviter un aîné pour le repas du réveillon : l'idée semblera naturelle à certains pour qui Noël est traditionnellement la fête du partage... Cette invitation pourra illuminer la journée de ceux qui passent les fêtes seuls et leur permettre de rompre leur isolement.
- ★ C'est bien connu, on prévoit toujours trop pour les repas de fêtes ! C'est le moment d'aller toquer chez ce voisin âgé et isolé pour lui proposer un panier garni et d'en profiter pour échanger quelques mots.
- ★ Enfin, si vous êtes loin pour les fêtes ou que la personne âgée ne souhaite pas vous voir, rien n'empêche de déposer une jolie carte de vœux dans sa boîte aux lettres. Une touchante attention qui pourra éventuellement ouvrir le dialogue...

COMMENT ENGAGER LA DISCUSSION ?

Vous voilà avec une personne âgée qui a fait appel à vous ou qui vous a été signalée.

Quelle que soit l'option choisie pour passer les fêtes avec une personne âgée, voici quelques pistes pour entamer la conversation avec elle :

- ★ Préférez les questions ouvertes comme « Comment s'est passée votre journée ? »
- ★ Concentrez-vous sur les réponses de la personne. Encouragez-la à tout dire avant de parler à votre tour.
- ★ Offrez des conseils uniquement si on vous le demande. Le plus souvent, tout ce dont la personne a besoin c'est d'être écoutée.

**VOUS ÊTES DÉSORMAIS PRÊT À PASSER UN MOMENT ENRICHISSANT
AVEC UNE PERSONNE ÂGÉE ISOLÉE !**



BON À SAVOIR

**Solitud'
écoute** par les Petits
Frères des Pauvres
0 800 47 47 88 Service S. appel
gratuits Pour les plus
de 50 ans

La ligne d'écoute
des Petits Frères
des Pauvres,
Solitud'écoute,
**gratuite, anonyme
et joignable 7j/7
de 15h à 20h au
0 800 47 47 88**



Si la personne que
vous rencontrez
vous semble être
dans une situation
particulièrement
délicate, n'hésitez pas
à nous contacter :

webmaster@petitsfreresdespauvres.fr

**PETITS FRÈRES
DES PAUVRES**
Non à l'isolement de nos aînés

