

Un accompagnement désinstitutionnalisé : promouvoir l'autodétermination et la vie sociale pour favoriser une bonne santé globale

Handicap & Santé

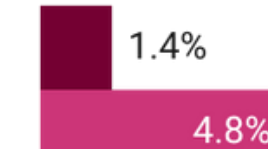
ARAPH asbl

Handicap & Santé mène actuellement une recherche action sur la solitude et l'isolement des personnes en situation de handicap. Notre objectif est de comprendre les facteurs isolants et d'identifier des leviers contre la solitude, pour une meilleure santé globale.

La solitude ressentie

■ Population belge
■ Personnes en incapacité

Tout à fait



La plupart du temps



Parfois



Source: Handicap & Santé • Created with Datawrapper

LA SOLITUDE ET L'ISOLEMENT



Solitude ou institution : un dilemme évitable

Le **manque d'opportunités sociales** et la **solitude** éprouvée conduisent certaines personnes, pourtant suffisamment **autonomes** pour vivre **hors institution**, à reconsidérer leur choix.

En institution



Vie en **collectivité** mais **difficultés d'autodétermination** en raison des **logiques institutionnelles** (horaires, contrôle du quotidien, fonctionnement normé)



En milieu ordinaire



Vie en **autonomie** mais **difficultés sociales** en raison d'une **société trop peu inclusive** (espaces sociaux, travail, loisirs,...)

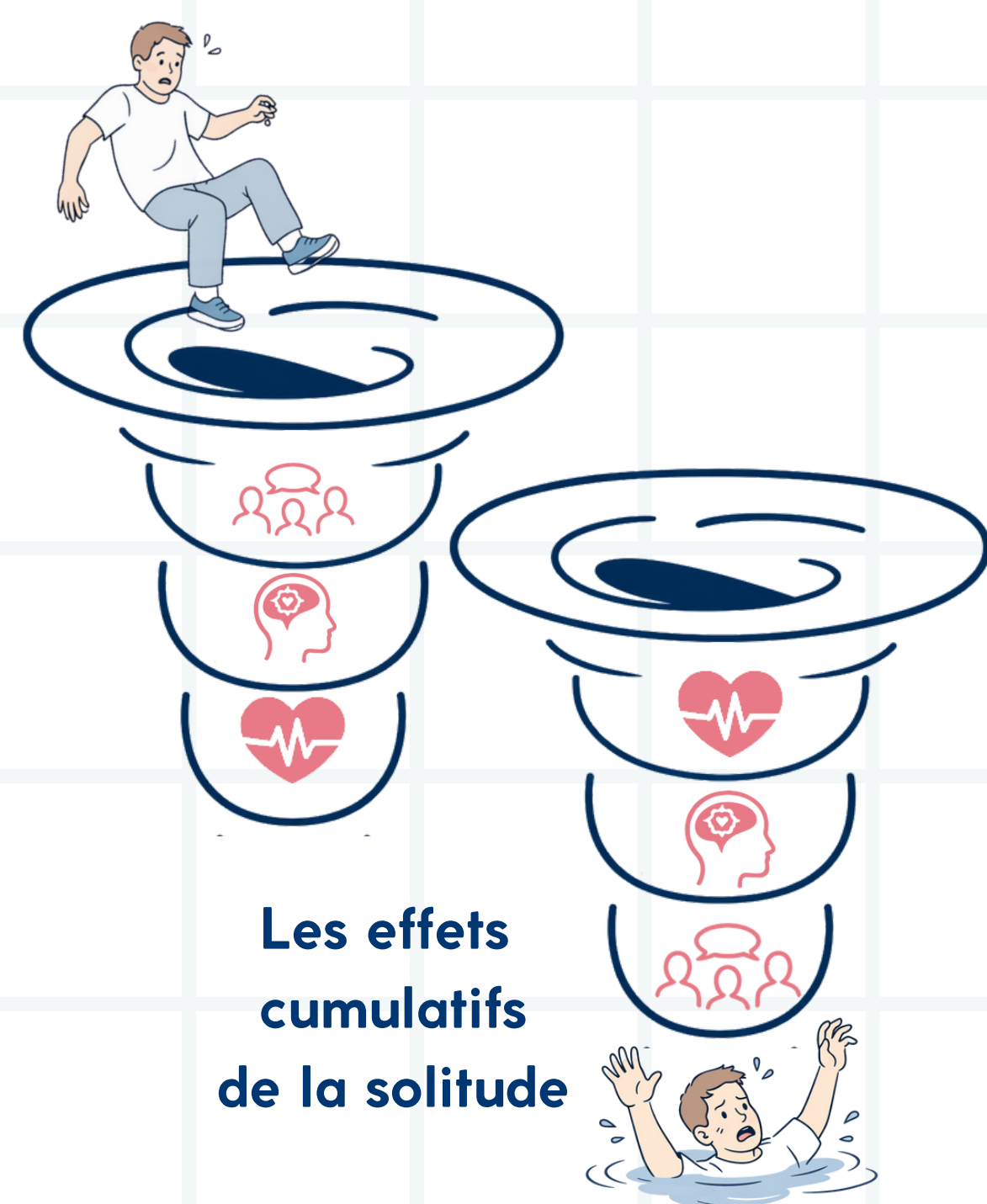
Effets sur la santé

Les effets de la solitude sont comparables, en termes de mortalité, à l'**obésité** et à l'**inactivité physique combinées**. Les effets néfastes qui y sont associés seraient **équivalents à une consommation journalière de 15 cigarettes** (d'Hombres et al., 2024)

SOLITUDE



En 2014, une étude constate que **50% des PSDI** présentent un **sentiment de solitude** contre **15 à 30%** pour la population ordinaire (Gilmore et Cuskelly, 2014)



Les effets cumulatifs de la solitude



Le collectif comme soin

Diversifier l'offre d'accompagnement et de loisir

- = Limiter le recours systématique à l'institution
- = Favoriser l'inclusion et l'épanouissement des personnes en situation de handicap vivant en milieu ordinaire
- = Favoriser à la fois l'autonomie et une meilleure santé

La recherche

L'action

Revue de la littérature

Observations participatives

Entretiens semi-directifs

Co-recherche



Projet CollectivH

Projet PAR et POUR des personnes en situation de handicap



Qu'est-ce que c'est ?

CollectivH est un collectif dédié aux adultes en situation de handicap, leur offrant un accompagnement axé sur l'**autonomie via les loisirs**.

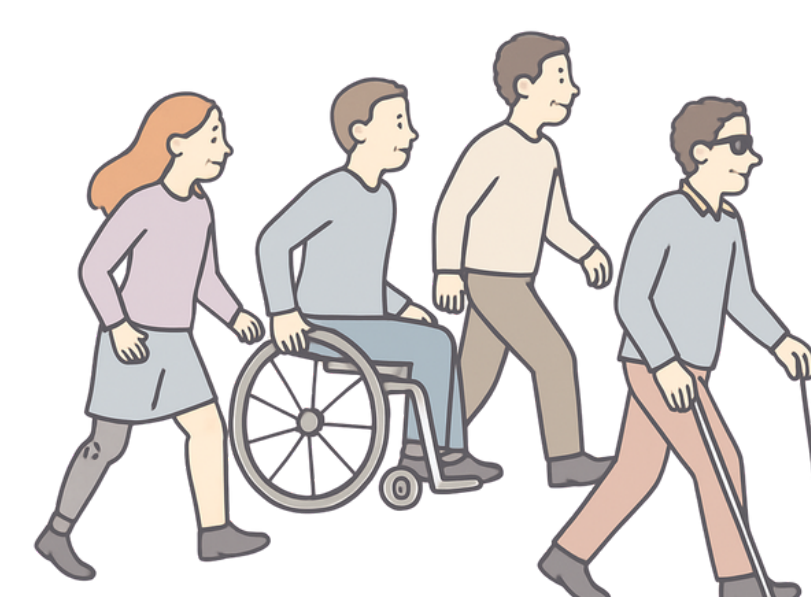
Objectifs

- Aider les membres à améliorer leur autonomie ainsi que le **développement personnel**
- Démontrer la plus-value de l'**approche non-directive dans l'accompagnement**, en particulier pour les transitions (sortie d'école spécialisée, SLS)



Ateliers/Activités

Phase 1 : Découvrir les opportunités et **prendre conscience des possibles**.
Phase 2 : **Coconstruire** ensemble.
Phase 3 : Reproduire l'expérience de manière autonome (**sans soutien**).



Suivi individuel

- Rythme** de la personne
- Adapter** au mieux à leurs besoins spécifiques
- Contribue au **travail réflexif**, à finalité de recherche

