



**RAPPORT ANNUEL 2017**

du médecin hygiéniste en chef de l'Ontario à l'Assemblée législative de l'Ontario



**COLLECTIVITÉS UNIES :** en santé ensemble



**CONFIANCE**

Participation

famille

**RÉCONFORT**

Camaraderie

SOUTIEN SOCIAL

SE SENTIR CHEZ SOI  
acceptation

**PARTAGE**

REDONNER  
INTÉGRATION

**STABILITÉ**

contribution  
Chaleur

SÉCURITÉ

**unité**

faire partie d'un tout

**COLLABORATION**

SOLIDARITÉ

Relations

**COLLECTIVITÉ**

personne en qui se confier

Respect mutuel

**RÉSEAUX SOCIAUX**

Signification

importance

**INCLUSION**

**ATTACHEMENT**

**SYMPATHIE**

**BONNE VOLONTÉ**

**RAISON D'ÊTRE**

**AMITIÉ**

Souci des autres

**Ministry of Health  
and Long-Term Care**

Office of Chief Medical Officer of Health,  
Public Health  
393 University Avenue, 21<sup>st</sup> Floor  
Toronto ON M5G 2M2

Telephone: (416) 212-3831  
Facsimile: (416) 325-8412

**Ministère de la Santé  
et des Soins de longue durée**

Bureau du médecin hygiéniste en chef,  
santé public  
393 avenue University, 21<sup>e</sup> étage  
Toronto ON M5G 2M2

Téléphone : (416) 212-3831  
Télécopieur : (416) 325-8412



Février 2019

L'honorable président  
Président de l'Assemblée législative de l'Ontario  
Édifice de l'Assemblée législative, bureau 104  
111, rue Wellesley Ouest  
Toronto (Ontario) M7A 1A2



Monsieur le Président,

J'ai le plaisir de vous transmettre le Rapport annuel du médecin hygiéniste en chef 2017 en vue de sa soumission à l'Assemblée, conformément aux dispositions du paragraphe 81(4) de la Loi sur la protection et la promotion de la santé.

Je vous prie d'agréer, Monsieur le président, l'expression de mes salutations distinguées.

A handwritten signature in black ink, appearing to read "D. Williams".

David C. Williams, M.D., M.H.Sc., F.R.C.P.S.  
Médecin hygiéniste en chef

# RÉSUMÉ

Entretenir des liens sociaux avec sa famille, ses amis et sa collectivité – avoir un sentiment d'appartenance – est un élément important du bien-être. Les gens qui ont de tels liens sont plus heureux. Ils sont en meilleure santé et ont recours à moins de services de santé. Ils sont plus résilients devant les épreuves et vivent plus longtemps.

Les collectivités où les gens sentent qu'ils ont des liens sociaux connaissent moins de criminalité et ont une croissance économique plus vigoureuse. Les enfants ont de meilleurs résultats scolaires. Les citoyens participent plus : ils ont plus tendance à collaborer pour le bien de tous les membres de la collectivité et sont plus susceptibles de collaborer pour améliorer les déterminants sociaux de la santé, ce qui mène à une plus grande équité en matière de santé.

À quel point les Ontariens sentent-ils un lien d'appartenance? Des signes inquiétants indiquent qu'un grand nombre d'entre eux, en particulier des jeunes, sentent qu'ils ont moins de liens sociaux qu'avant. Si la plupart des Ontariens ont des amis, ils les voient cependant beaucoup moins souvent. Ils ont aussi beaucoup moins tendance qu'avant à faire du bénévolat dans leur collectivité, et quand ils en font, ils y consacrent moins de temps.

Notre sentiment d'appartenance à la collectivité est menacé par des pressions et changements systémiques importants. Avec les changements aux structures familiales et sociales, la pression accrue imposée par le travail et la gestion du temps, l'urbanisation et l'étalement urbain ainsi que l'inégalité croissante des revenus, il est plus difficile pour les gens d'avoir un sentiment d'appartenance. Les technologies, notamment la télévision, les ordinateurs et les téléphones intelligents, se disputent notre attention, de sorte que de plus en plus de gens ont des centaines d'amis en ligne, mais peu d'amis qu'ils rencontrent en personne. Plus préoccupant encore, un nombre croissant de gens ont perdu confiance en leurs gouvernements et leurs institutions et les uns envers les autres, ce qui a tendance à diminuer leur participation active dans leur collectivité.

Ces importantes pressions systémiques exigent des solutions à une échelle comparable.

Le temps d'agir est venu. La solitude et l'isolement social sont de graves problèmes de santé publique qui représentent un coût pour nous tous. Ils se répercutent sur notre productivité, notre santé, notre bien-être et même notre longévité. Il est temps de revitaliser les collectivités et de faire de l'Ontario une province plus saine.

Il revient à tout le monde d'aider les personnes et les collectivités à établir ou à rétablir des liens. Pour construire ou reconstruire un sentiment d'appartenance, et créer des collectivités unies, les gens, les organismes, les entreprises, les collectivités et les gouvernements doivent travailler ensemble pour créer une société qui valorise les liens sociaux.

Le présent rapport recommande trois grandes façons de créer des collectivités plus unies :

- 1. Investir dans les collectivités :** Les gouvernements devraient mettre en lumière l'importance capitale des collectivités unies en investissant dans la collecte de données sur les liens sociaux et le sentiment d'appartenance à la collectivité, en examinant toutes les politiques gouvernementales quant à leur incidence sur les collectivités, en créant des milieux bâtis qui facilitent la participation des gens à la vie de leur collectivité, et en luttant contre les facteurs sociaux et économiques plus larges qui contribuent à l'isolement social.

- 2. Favoriser l'esprit communautaire :** Les bureaux de santé publique, qui sont idéalement positionnés entre les collectivités et les différents ordres de gouvernement, devraient jouer un rôle crucial pour favoriser l'esprit communautaire. Ils peuvent faire connaître aux gens les avantages des liens sociaux, utiliser les données pour concevoir des programmes ciblés de renforcement communautaire, encourager les organismes à collaborer pour s'attaquer aux problèmes systémiques qui favorisent l'isolement social, et promouvoir des cadres de développement communautaire efficaces.
- 3. Être axé sur la collectivité et porté par elle :** Nous devrions nous inciter nous-mêmes et les uns les autres à faire de la santé et du bien-être communautaires une priorité.

Les collectivités se créent à partir de la base. Les actions individuelles peuvent apporter de grands changements. À l'échelle locale, les gens et les organisations, y compris les entreprises, peuvent susciter le changement. Ils peuvent collaborer et mettre en commun leurs forces et leurs atouts pour établir des liens communautaires. Ils peuvent faire de la santé et du bien-être communautaires une priorité dans toutes leurs décisions.

Il est temps de faire en sorte que les liens sociaux et le sentiment d'appartenance à la collectivité soient une mesure tout aussi importante de notre santé et de notre bien-être que le sont la tension artérielle et les résultats économiques.

# TABLE DES MATIÈRES

<b>Comment les liens sociaux se répercutent-ils sur la santé?</b> .....	<b>5</b>
<b>Comment le sentiment d'appartenance à la collectivité protège-t-il notre santé?</b> .....	<b>5</b>
<b>À quel point les Ontariens sentent-ils un lien d'appartenance?</b> .....	<b>8</b>
<b>Comment les gens acquièrent-ils un sentiment d'appartenance à la collectivité?</b> .....	<b>11</b>
<b>Qu'est-ce qui effrite notre sentiment d'appartenance à la collectivité?</b> .....	<b>12</b>
<b>Que pouvons-nous faire pour aider les Ontariens à établir ou à rétablir des liens communautaires?</b>	<b>18</b>
Établissement de liens entre les gens .....	18
Établir des liens entre les nouveaux arrivants et leurs voisins .....	18
Établir des liens entre les gens et la culture .....	19
Établir des liens entre les professionnels de la santé .....	19
Prescription contre la solitude .....	20
Création de collectivités bienveillantes et unies .....	20
Établir des liens avec les personnes âgées isolées .....	20
Établir des liens entre les proches aidants et les mesures de soutien et ressources .....	21
Établir des liens avec les nouveaux arrivants et les intégrer .....	21
Créer des milieux bâtis qui encouragent l'établissement de liens .....	22
Intégrer la santé à la planification urbaine .....	23
Miser sur les projets d'infrastructure pour augmenter l'appartenance à la collectivité .....	24
<b>Cadres pour mesurer l'attachement et établir des liens communautaires</b> .....	<b>25</b>
Mesure de l'attachement et des liens communautaires .....	25
Toronto Social Capital Study (étude sur le capital social à Toronto) .....	25
Canadian Index of Wellbeing (indice canadien du mieux-être) .....	26
Déclaration politique de Rio sur les déterminants sociaux de la santé .....	28
Établissement de liens communautaires .....	29
Modèle d'impact collectif .....	29
Connected Community Approach (approche des collectivités unies) .....	30
Asset-Based Community Development (développement communautaire axé sur les atouts) .....	32
Principes et pratiques de la méthode ABCD .....	33
<b>Ressources</b> .....	<b>34</b>
<b>Conclusion</b> .....	<b>35</b>
Messages clés .....	35
Recommandations .....	36
1. Investir dans les collectivités .....	36
2. Favoriser l'esprit communautaire .....	36
3. Être axé sur la collectivité et porté par elle .....	37
<b>Remerciements</b> .....	<b>38</b>
<b>Références</b> .....	<b>39</b>
<b>Annexe</b> .....	<b>42</b>



## COMMENT LES LIENS SOCIAUX SE RÉPERCUTENT-ILS SUR LA SANTÉ?

Il est dans la nature même des êtres humains d'établir des liens. Notre besoin d'appartenir à un groupe (une famille, un réseau d'amis ou une collectivité) fait partie de notre ADN.

Le désir de sentir un lien d'appartenance et de créer des liens n'est pas qu'un besoin primitif; il a aussi des effets sur notre santé physique et mentale, notre sentiment de bien-être et même notre durée de vie.

Les personnes isolées ont 50 % plus de risques de décéder prématurément que celles qui ont de solides liens sociaux, ce qui représente à peu près la même incidence négative que le fait de fumer 15 cigarettes par jour. L'isolement social peut être deux fois plus fatal que l'obésité et tout aussi fatal que le diabète<sup>1, 2</sup>. Il augmente aussi de 64 fois le risque de démence<sup>3</sup>.

Par contre, le fait d'entretenir des liens sociaux peut aider les gens à surmonter l'adversité et à vivre une vie plus longue et plus heureuse :

- D'après une étude menée sur 50 ans auprès de 17 000 enfants nés le même jour en Grande-Bretagne en 1958, ceux qui bénéficiaient d'un solide soutien familial étaient plus susceptibles de surmonter les désavantages d'ordre social<sup>4</sup>.
- D'après une étude de l'université Harvard menée sur une période de 75 ans auprès d'un groupe d'hommes très privilégiés et éduqués, le facteur qui contribuait le plus à un vieillissement en santé était le fait d'avoir des relations affectives solides. Les hommes qui avaient des liens familiaux rapprochés et de bonnes amitiés étaient plus en santé et plus heureux durant leur vieillesse que ceux qui n'avaient pas ces relations<sup>5</sup>.

Même les personnes qui se trouvent au sommet de l'échelle socioéconomique vivent des différences marquées en matière de santé selon les liens qu'elles entretiennent avec d'autres.



## COMMENT LE SENTIMENT D'APPARTENANCE À LA COLLECTIVITÉ PROTÈGE-T-IL NOTRE SANTÉ?

Le fait d'avoir de solides liens sociaux aide les gens à se remettre plus rapidement de situations stressantes. Le stress fait partie de la vie, mais quand nous arrivons à le gérer, nous nous sentons plus en confiance et moins anxieux. Nous arrivons plus facilement à calmer la réaction « de lutte ou de fuite » causée par le cortisol, l'hormone du stress.

Des niveaux de cortisol élevés et non contrôlés menacent notre santé. Ils déclenchent l'inflammation, des maux de tête, l'hypertension, des taux de glycémie élevés, la prise de poids, la dépression, des problèmes de mémoire ou de concentration et des problèmes de sommeil<sup>6</sup>. Le fait d'être isolé se traduit souvent par l'inactivité, ce qui augmente aussi le risque d'obésité et de diabète. L'absence de liens sociaux (l'isolement) est mauvaise pour le corps et l'esprit.

Par contre, les personnes qui ont de solides liens sociaux et un sentiment d'appartenance à la collectivité reçoivent davantage de soutien affectif, de compagnie et d'aide pratique, notamment de l'aide financière en cas d'urgence et d'autres ressources pour les aider à réussir dans la vie.

Par exemple, en cas de désastre, les gens qui ont des liens sociaux sont entourés d'autres personnes qui pourront leur prêter de l'argent ou leur offrir de l'aide, comme du gardiennage d'enfants ou un endroit où se loger, tandis que ceux qui sont isolés ont moins de chances d'obtenir de l'aide d'autres personnes<sup>7, 8</sup>. Durant la canicule de 1995 à Chicago, les personnes âgées isolées étaient celles qui étaient les plus susceptibles de décéder et de ne pas être trouvées pendant des jours<sup>9</sup>. Plus de décès ont eu lieu dans une communauté afro-américaine pauvre qui avait accès à moins d'espaces publics et de capital social qu'une communauté hispanique avoisinante tout aussi pauvre<sup>10</sup>.

**Les manières de connaître autochtones peuvent nous aider à comprendre le lien entre un sentiment d'appartenance à la collectivité et la santé.**

Les peuples autochtones reconnaissent que « la collectivité est le contexte naturel de la vie et de l'activité humaines. Nous sommes tous des êtres sociaux qui vivent en relation les uns avec les autres. Notre survie physique et biologique est intimement liée aux collectivités que nous créons et qui nous créent. La collectivité est un ensemble complexe de relations physiques, sociales et psychologiques qui changent et évoluent constamment au fil du temps et au fil des générations de personnes qui s'identifient à elle<sup>11</sup> ».

L'une des expressions les plus puissantes de l'importance de liens vient de la conception autochtone de la santé et du bien-être, qui met à l'honneur et célèbre non seulement les liens entre les gens (et l'importance de s'occuper des jeunes et des personnes âgées), mais aussi les liens entre les êtres humains et la terre, le monde naturel et le monde spirituel.

## LES COLLECTIVITÉS UNIES SONT RÉSILIENTES

Un fort sentiment d'appartenance rend les gens et les collectivités plus résilients<sup>10</sup>.

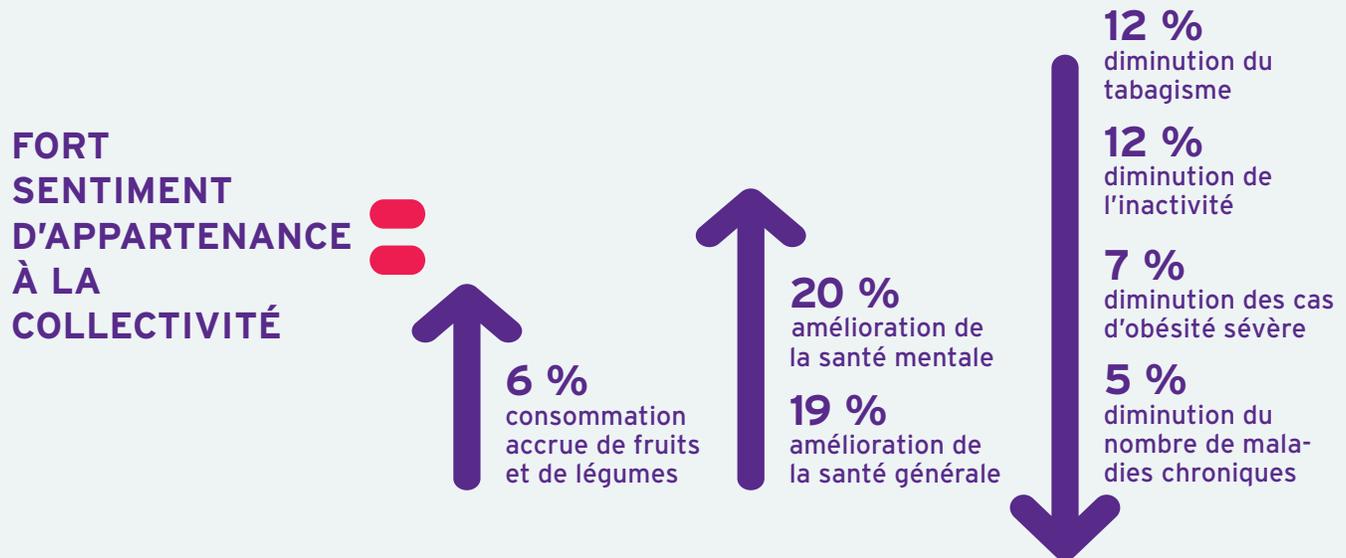
Les collectivités unissent souvent leurs efforts pour survivre et surmonter des désastres<sup>12, 13</sup>.

Après le tremblement de terre qui a secoué la ville de Kobe en 1995, la plupart des personnes secourues des décombres de maisons effondrées ont été sauvées par des voisins, et non des pompiers ou des secouristes<sup>14, 15, 16</sup>.

Comparativement à ceux qui ont un faible sentiment d'appartenance, les Canadiens qui ressentent une forte appartenance à la collectivité, peu importe leur revenu, profitent d'importants avantages pour la santé. Ils ont une meilleure opinion d'eux-mêmes et sont plus enclins à faire des choix sains, comme faire de l'exercice, bien manger, boire modérément et suivre les conseils de leurs fournisseurs de soins de santé, ce qui mène à une meilleure santé. Par contre, les personnes qui disent se sentir stressées affirment que l'isolement social est un facteur de leur stress.

## Figure I : Lien entre l'appartenance à la collectivité et la santé et les comportements en matière de santé

Ratio de prévalence rajusté à l'aide de la cohorte de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes de 2013-2014



Les gens qui ont un faible sentiment d'appartenance à la collectivité sont plus susceptibles de faire partie de la tranche supérieure de 5 % des plus grands usagers des services de santé; ces 5 % comptent pour plus de 50 % des dépenses totales en soins de santé. Parmi la tranche supérieure de 1 % des plus grands usagers, 83,5 % utilisent les services d'urgence et 92,5 % ont besoin de soins hospitaliers actifs, comparativement à 7,8 % et à 0 % pour la tranche inférieure de 50 % des usagers. En 2018 – 2019, ces grands usagers coûteront environ 16,5 milliards de dollars<sup>17</sup> au système de santé ontarien, un coût qui pourrait être réduit si ces personnes faisaient partie de collectivités unies.

### Qu'est-ce que le capital social?

Il s'agit des ressources et des avantages connexes auxquels les gens ont accès grâce à leurs réseaux sociaux et à leurs relations<sup>18</sup>.

Le fait d'avoir des liens sociaux et de participer à la vie de nos collectivités a des avantages au-delà de la santé et du bien-être individuels. Un fort sentiment d'appartenance à la collectivité fait ressortir des valeurs communes qui profitent à la société en général. Dans les collectivités où règne un sentiment d'appartenance (ce qu'on appelle souvent un niveau élevé de capital social), les gens ont tendance à se faire confiance, même s'ils ne se connaissent pas. Ces collectivités connaissent moins de criminalité et ont une croissance économique plus vigoureuse. Leurs enfants ont de meilleurs résultats scolaires et leurs membres participent davantage à la vie politique<sup>19</sup>.

Les membres des collectivités où il y a un plus fort sentiment d'appartenance et un plus grand capital social sont plus susceptibles de coopérer pour leur bien à tous. Ils sont plus résilients en cas de désastre et plus susceptibles de collaborer pour améliorer les déterminants sociaux de la santé, ce qui mène à une plus grande équité.

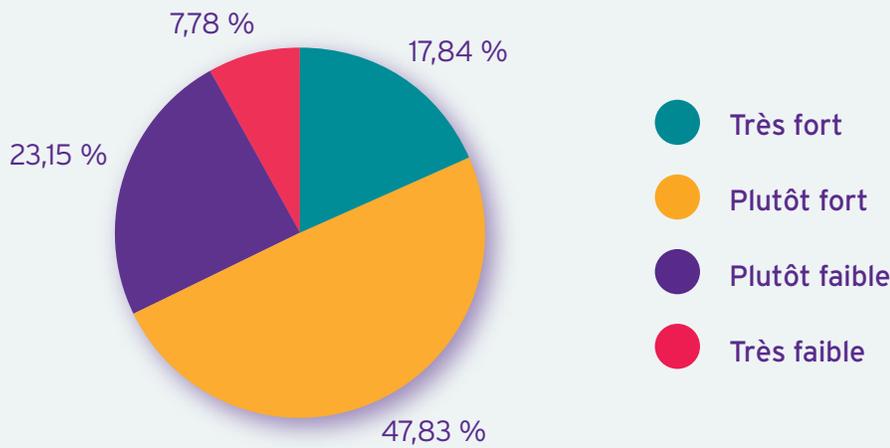


# À QUEL POINT LES ONTARIENS SENTENT-ILS UN LIEN D'APPARTENANCE?

Plus de six Ontariens sur dix disent avoir un très bon ou un assez bon sentiment d'appartenance à la collectivité.

## Figure II : Sentiment d'appartenance à la collectivité

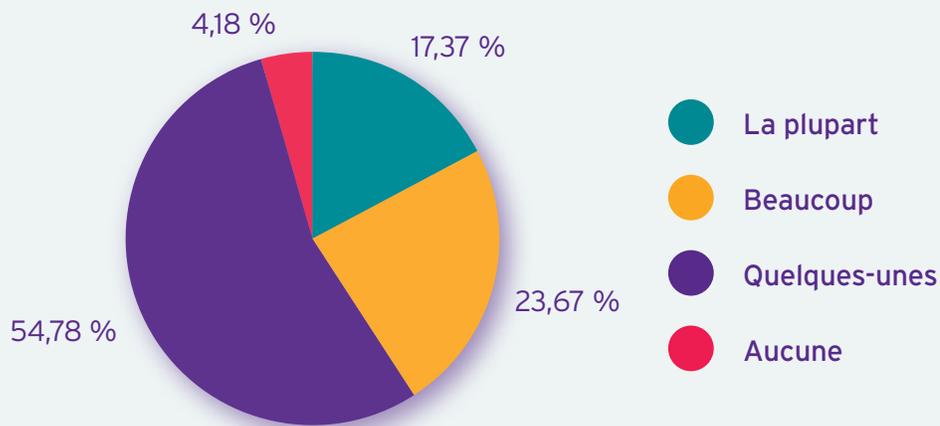
Répartition pondérée en Ontario à l'aide de la cohorte de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes de 2013 – 2014



Cependant, seulement quatre Ontariens sur dix connaissent un grand nombre ou la plupart de leurs voisins.

## Figure III : Combien de personnes connaissez-vous dans votre quartier?

Répartition pondérée en Ontario à l'aide de la cohorte de l'Enquête sociale générale de 2013 – 2014



Selon l'Enquête sociale générale de Statistique Canada, les Canadiens ont plus d'amis, mais voient leurs amis proches ou leur famille moins souvent<sup>19</sup>. Il y a un sentiment grandissant de solitude que nous devons tenter d'atténuer dès maintenant.

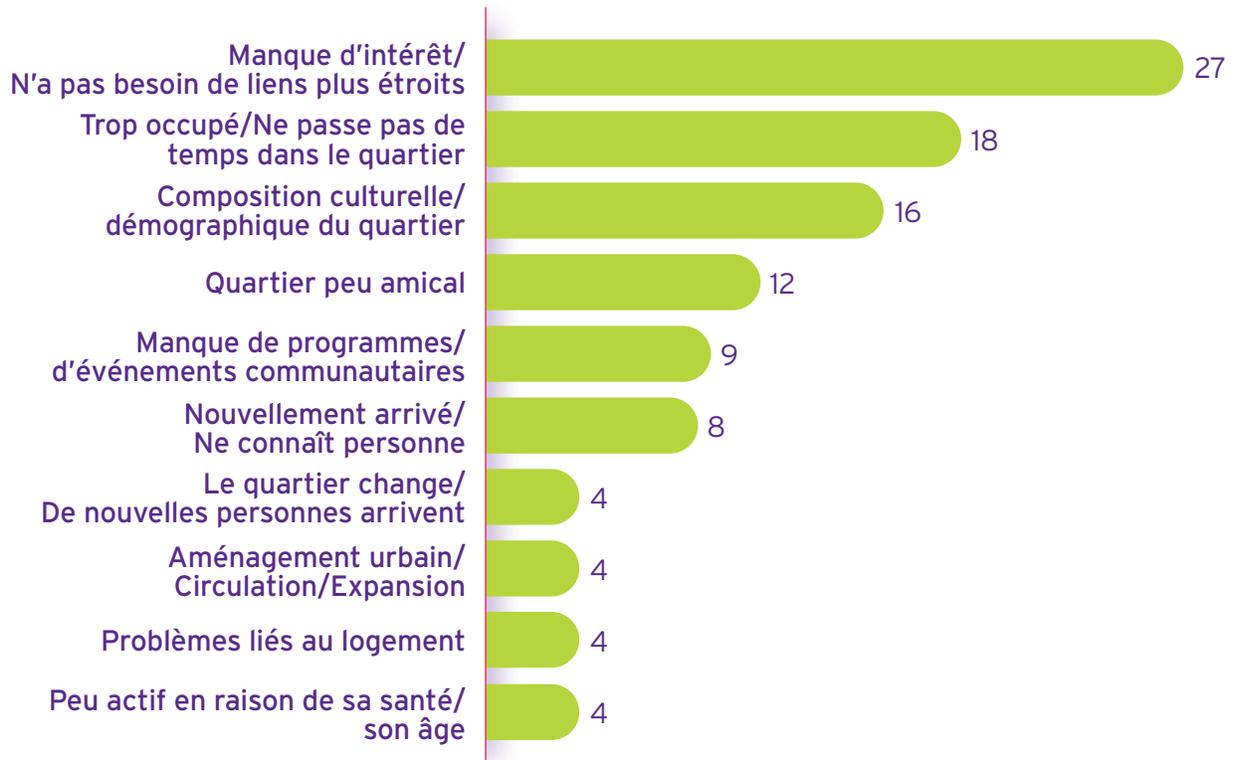
Les responsables d'une étude appelée Toronto Social Capital Study ont récemment posé des questions aux Torontois sur certains des principaux indicateurs qui sont associés à de solides réseaux sociaux et liens avec la collectivité<sup>20</sup>. Selon les conclusions :

- Les gens sont plus susceptibles de faire confiance aux autres s'ils connaissent leurs voisins ou sont âgés d'au moins 55 ans.
- **Plus de la moitié** des résidents de la ville ont au moins **un ami proche** dans leur quartier, et plus de 8 sur 10 d'entre eux ont au moins un autre ami proche. Cependant, environ 6 % (environ 100 000 personnes) des résidents ont dit ne pas avoir de famille proche et une proportion semblable d'entre eux ont indiqué ne pas avoir d'amis proches.
- **Deux tiers** des Torontois participent à au moins **un groupe communautaire** ou à une association, comme des groupes culturels, éducatifs et récréatifs, des syndicats ou des associations professionnelles et des ligues sportives ou récréatives.
- Seulement **4 Torontois sur 10** ont indiqué avoir fait du **travail bénévole non rémunéré** au cours des 12 derniers mois, et ceux qui en font y accordent moins d'heures.

À la question de savoir pourquoi ils n'avaient pas un sentiment d'appartenance plus fort, les Torontois ont déclaré que **ce n'était pas important ou qu'ils étaient trop occupés**. Les Ontariens ne comprennent peut-être pas à quel point les liens sociaux sont importants pour leur santé.

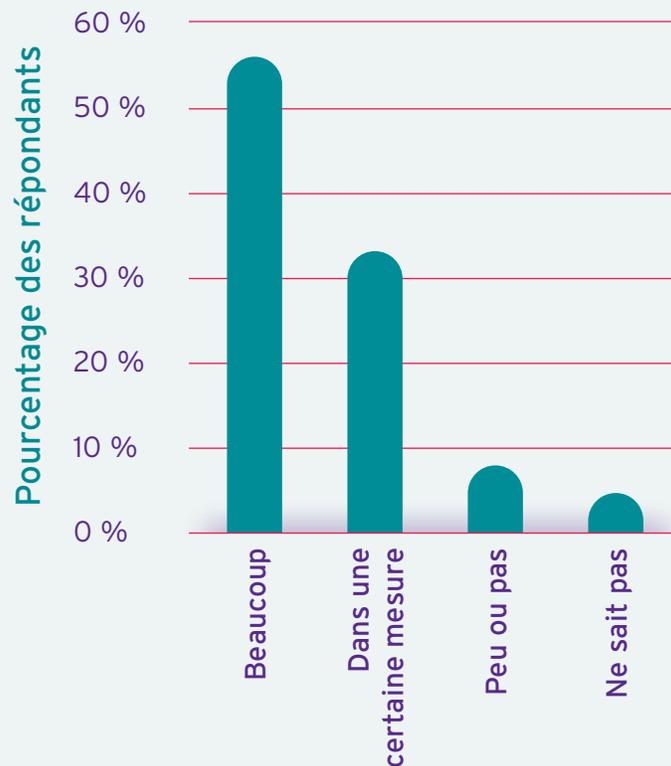
### Figure IV : Raison pour ne pas avoir un sentiment d'appartenance plus fort à la collectivité (%)<sup>20</sup>

Sans choix de réponse – principales raisons (parmi ceux qui n'avaient pas un très fort sentiment d'appartenance)



Cela dit, la plupart des Torontois sont d'accord pour dire que les gens peuvent vraiment faire changer les choses dans leur collectivité, s'ils sont prêts à travailler ensemble pour résoudre les problèmes.

Figure V : Dans quelle mesure les gens qui travaillent ensemble peuvent-ils faire changer les choses en vue de résoudre les problèmes dans votre collectivité (%)<sup>20</sup>?



## COMMENT LES GENS ACQUIÈRENT-ILS UN SENTIMENT D'APPARTENANCE À LA COLLECTIVITÉ?

Les gens créent des liens avec la collectivité à différents endroits et de différentes façons, notamment :

- relations rapprochées avec des membres de la famille (famille biologique et famille de prédilection);
- amitiés forgées durant la jeunesse que les gens continuent d'entretenir;
- liens solides avec des voisins;
- relations de soutien avec des collègues de travail;
- Liens avec d'autres personnes se trouvant au même stade de vie, comme des mères de jeunes enfants qui se rencontrent au parc et s'offrent du soutien social et parental, et des personnes âgées qui se réunissent pour des activités sociales;
- appartenance à un groupe de soutien culturel, ethnique, religieux ou spirituel;
- liens créés en raison d'un intérêt commun, comme les arts, les sports ou le désir de protéger l'environnement;
- collaboration avec d'autres personnes qui ont les mêmes valeurs ou croyances politiques au sein de clubs philanthropiques ou de groupes communautaires.



Certains établissent des liens en personne dans leur quartier et leur collectivité. D'autres le font au moyen des réseaux en ligne qui permettent de réunir les gens malgré la distance.



## QU'EST-CE QUI EFFRITE NOTRE SENTIMENT D'APPARTENANCE À LA COLLECTIVITÉ?

Notre société a beaucoup changé au cours des dernières décennies. Les réseaux de soutien traditionnels sont plus faibles, et nos modes de vie et de communication font en sorte qu'il est plus difficile de créer des liens importants.

**Les structures familiales et sociales ont changé.** Les familles sont moins nombreuses et plus éparpillées, ce qui signifie que les gens ne sont pas toujours entourés de membres de leur famille. Moins de gens se marient. Plus de gens sont divorcés. Et le nombre de ménages d'une personne continue d'augmenter.

Voici les conclusions d'un récent rapport de l'Institut Vanier sur l'évolution des familles canadiennes, de 1981 à 2016<sup>21</sup> :

- Le pourcentage de familles comptant un couple marié est passé de 83 % à 66 %.
- Le nombre de familles monoparentales a augmenté pour passer de 11 % à 16 %.
- Les familles sont moins nombreuses, le nombre de personnes par ménage étant passé de 3,9 à 2,4.

Étant donné que les gens vivent plus longtemps et que les structures familiales changent, **un plus grand nombre de personnes âgées sont isolées**. Le Conseil national des aînés estime que jusqu'à 16 % des Canadiens de 65 ans ou plus (950 000 personnes âgées) souffrent de solitude et d'isolement<sup>22</sup>. L'isolement se répercute sur la santé physique et mentale, ce qui peut mener à une perte d'autonomie et de capacités cognitives, à un plus grand nombre de visites à l'urgence et d'hospitalisations, et à des coûts plus élevés en matière de santé et de services sociaux.

**Les contraintes liées au travail et au temps ont augmenté, et l'emploi devient plus précaire.** Au cours des 50 dernières années, nous avons observé d'importantes transformations du marché du travail : plus grand nombre de familles à deux revenus, plus grande concentration des emplois dans un plus petit nombre de centres urbains, plus de travail contractuel, plus d'emplois à temps partiel et moins grande certitude ou stabilité économique. Durant cette même période, le coût de la vie, en particulier celui du logement, a augmenté de façon exponentielle, en particulier dans les zones urbaines. Par conséquent, les gens se sentent plus anxieux et stressés, et ils sont moins susceptibles de participer aux différentes formes de vie sociale et communautaire<sup>23</sup>. Les changements qui rendent les entreprises plus efficaces et productives ont un effet négatif sur les employés.

**Il coûte plus cher d'entretenir des liens sociaux.** Le stress financier général que de nombreuses personnes ressentent est exacerbé par le fait que de nombreuses activités sociales, comme les cours d'éducation aux adultes, les programmes d'entraînement physique, les concerts de musique et la danse, coûtent cher et sont de plus en plus hors de la portée de bien des gens. Il coûte beaucoup moins cher de rester à la maison et de regarder la télévision que de sortir dans la collectivité pour participer à des activités qui pourraient améliorer les liens sociaux et la santé.

**En raison de l'urbanisation et de l'étalement, les gens consacrent plus de temps à leurs déplacements quotidiens et moins de temps à entretenir des liens.** À mesure que les emplois se sont déplacés vers les villes, les gens y ont aussi convergé. Cependant, certaines collectivités n'ont pas été conçues de façon à encourager les liens sociaux. Beaucoup de collectivités ne favorisent pas la marche, et les gens prennent l'autobus ou leur voiture pour aller faire leurs emplettes. Ces collectivités manquent souvent de parcs et de lieux de rassemblement communautaires.

En raison des coûts de logement de plus en plus élevés dans le centre-ville, beaucoup de gens se sont installés dans des quartiers de banlieue pour y avoir de plus grandes maisons avec des cours. Plus le temps de déplacement augmente, moins les gens sont portés à participer à des activités communautaires : chaque tranche supplémentaire de 10 minutes consacrée aux déplacements quotidiens fait diminuer la participation aux affaires communautaires d'environ 10 %<sup>23</sup>. L'étalement urbain fait en sorte que les gens passent plus de temps seuls dans leur voiture ou dans les transports en commun et moins de temps avec leur famille, leurs amis et leurs voisins. Il se répercute aussi sur le sentiment d'appartenance à la collectivité des gens, car ils vivent, travaillent et font leurs emplettes souvent dans différents quartiers et ont l'impression de n'appartenir à aucun d'eux<sup>23</sup>.

**La télévision, les ordinateurs et les téléphones intelligents augmentent l'isolement.** Au milieu du XX<sup>e</sup> siècle, les Canadiens se divertissaient surtout en sortant dans leur collectivité. Avec l'avènement de la télévision, il était possible de se divertir à peu de frais chez nous, et nous avons commencé à préférer des « soirées tranquilles à la maison ». À mesure que le nombre de téléviseurs par ménage a augmenté, les gens ont commencé à passer moins de temps à regarder la télévision ensemble et plus de temps à la regarder seuls<sup>23</sup>.



**La télévision est un moyen de divertissement qui permet à des millions de personnes d'écouter la même plaisanterie, au même moment, tout en demeurant dans leur solitude.**

**– T.S. Eliot**

Au tournant du XXI<sup>e</sup> siècle, la télévision était la variable prédictive la plus constante du détachement des gens de leur collectivité; ce facteur était plus important que l'éducation, l'âge, le sexe, l'état matrimonial, les enfants, le revenu, les problèmes financiers, les obligations professionnelles et le temps de déplacement quotidien<sup>23</sup>. Au cours des 20 à 30 dernières années, d'autres technologies, comme les ordinateurs, les téléphones intelligents, les réseaux en ligne et les services de diffusion en continu, se sont livrés concurrence pour nous prendre plus de temps et d'attention. De plus en plus de personnes ont des centaines d'amis en ligne, mais peu de contacts en personne. Dans certains cas, ces liens virtuels apportent beaucoup de soutien. Ils permettent aux enfants de « voir » leurs grands-parents qui habitent loin et de leur parler pour développer un plus fort sentiment d'attachement à la famille. Ils aident aussi des gens qui habitent dans des régions rurales et isolées à surmonter leur isolement géographique.

Mais les médias sociaux peuvent aussi accroître le sentiment d'isolement des personnes souffrant de solitude. Ils peuvent mener à la création de liens entre des personnes isolées socialement et d'autres personnes qui tentent de les manipuler. Certaines personnes peuvent interagir seulement avec d'autres qui partagent ou amplifient leurs opinions, ce qui leur donne moins d'occasions de parler à des personnes ayant différents points de vue ou de les comprendre.



**Certaines plateformes de médias sociaux ont pris des mesures pour limiter l'information inexacte et trompeuse et pour réduire la cyberintimidation. Certaines plateformes offrent des outils simples qui sont conçus pour aider les personnes à réduire le temps qu'elles passent devant l'écran, comme des programmes qui indiquent aux personnes combien de temps elles passent à regarder leur écran chaque jour. Cependant, des mesures supplémentaires doivent être prises pour réduire l'incidence négative de la technologie sur les liens sociaux.**

Les technologies des médias sociaux permettent aussi aux gens d'échanger de l'information qui n'est peut-être pas toujours exacte. La diffusion de renseignements de nature inflammatoire non vérifiés ou faux peut causer de véritables torts, tant à l'individu qu'à la société.

## L'INCIDENCE DE L'EXPOSITION À DES ÉCRANS SUR LES JEUNES

Une exposition excessive aux écrans est particulièrement nocive pour les adolescents. L'enquête appelée *Monitoring the Future*, qui est financée par le National Institute on Drug Abuse des États-Unis, demande aux adolescents à quel point ils sont heureux et quelle quantité de leurs temps de loisirs ils consacrent à différentes activités, y compris les activités non liées à un écran (p. ex. interactions sociales en personne, exercice) et les activités liées à un écran (p. ex. utilisation des médias sociaux, envoi de textos, navigation sur le Web). Les résultats sont clairs : les adolescents qui passent plus de temps que la moyenne devant un écran sont plus susceptibles d'être malheureux, et ceux qui consacrent plus de temps que la moyenne à des activités non liées à un écran ont plus de chances d'être heureux<sup>24</sup>.

Les technologies peuvent, en fait, augmenter les inégalités en matière de santé parmi les jeunes : les adolescents à plus faible revenu passent beaucoup plus de temps devant un écran (huit heures sept minutes par jour) que ceux dont le revenu est plus élevé (cinq heures et 42 minutes). Ils sont moins susceptibles d'avoir des interactions sociales directes et plus susceptibles de souffrir d'isolement social et de subir d'autres répercussions négatives en raison d'une exposition excessive à des écrans<sup>25</sup>.

Plus les adolescents passent du temps à regarder des écrans, plus ils ont de chances d'indiquer qu'ils ont des symptômes de dépression. Cette situation peut être attribuable au fait que les médias sociaux exacerbent les inquiétudes que les adolescents ont depuis toujours au sujet de l'exclusion. La proportion d'adolescents qui se sentent exclus a atteint des sommets inégalés dans tous les groupes d'âge, tout comme le nombre d'adolescents (en particulier les filles) qui disent faire l'objet d'intimidation en ligne. La cyberintimidation se traduit par une augmentation des cas de dépression et de suicide<sup>26</sup>.

S'il fallait formuler un conseil pour une adolescence heureuse en se fondant sur cette enquête, celui-ci serait très simple : déposez votre téléphone, éteignez votre ordinateur portable et faites quelque chose – n'importe quoi – sans être devant un écran<sup>27</sup>.

**Les gens ont perdu confiance dans leurs gouvernements et leurs institutions.** Selon le sondage appelé *Edelman Trust Barometer* qui est mené dans 28 pays, le monde fait face à une crise de confiance dans ses institutions. Dans 20 des 28 pays, le taux de confiance moyen dans le gouvernement, les entreprises, les organisations non gouvernementales et les médias s'élevait à moins de 50 %.

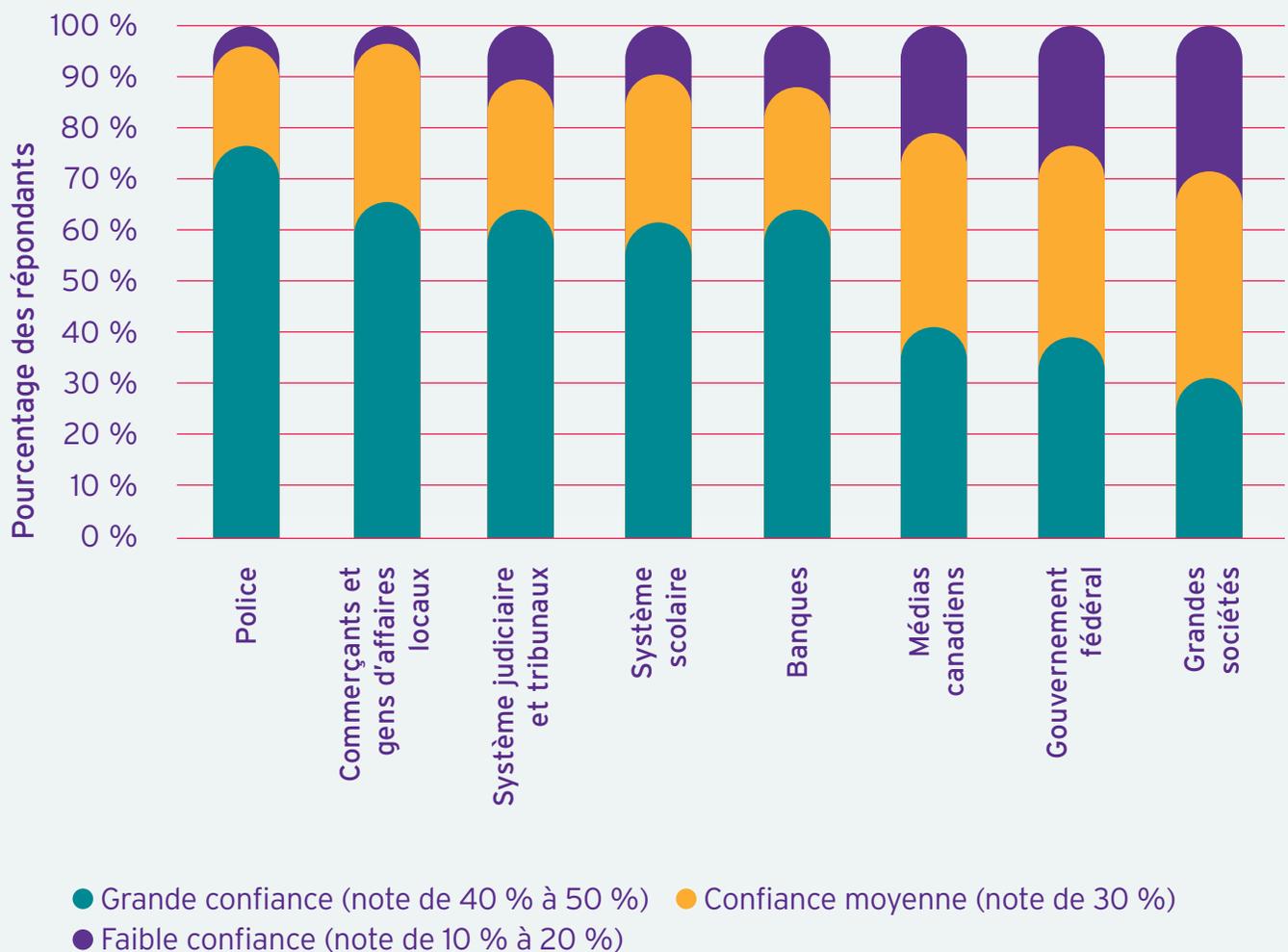
La confiance est la croyance qu'une personne ou une chose est fiable, bonne, honnête ou efficace. Des niveaux élevés de confiance favorisent de saines interactions, tandis que de faibles niveaux de confiance nuisent à l'établissement de relations constructives<sup>28</sup>.

Comparativement à de nombreux autres pays, le Canada s'est classé plutôt bien dans le sondage Edelman Trust Barometer de 2018. Entre 2017 et 2018, la confiance des Canadiens dans le gouvernement et les médias a augmenté (en passant de 58 % à 61 % et de 52 % à 59 %, respectivement), tandis que la confiance dans les organisations non gouvernementales a diminué (en passant de 74 % à 65 %) et que la confiance dans les entreprises est restée relativement stable (63 %). En général, les Canadiens ont dit vouloir que toutes leurs institutions jouent un rôle plus actif dans la création d'une société plus forte et plus équitable<sup>29</sup>.

En Ontario, plus de trois personnes sur quatre ont une très bonne confiance dans la police, et environ six sur dix font confiance aux entreprises locales, au système judiciaire et au système scolaire. Par contre, un moins grand nombre d'Ontariens font confiance aux médias, au gouvernement fédéral et aux grandes sociétés.

### Figure VI: Confiance dans les institutions

Répartition pondérée en Ontario à l'aide de la cohorte de l'Enquête sociale générale de 2013



Les gens font moins confiance aux systèmes politiques quand ils ont des problèmes financiers ou quand ils sont au chômage<sup>30</sup>. Par contre, les gens qui vivent dans des pays ayant adopté un système plus rigoureux de droits de propriété et des règlements exhaustifs en matière de travail ont une plus grande confiance dans leurs institutions et leurs gouvernements<sup>31</sup>.

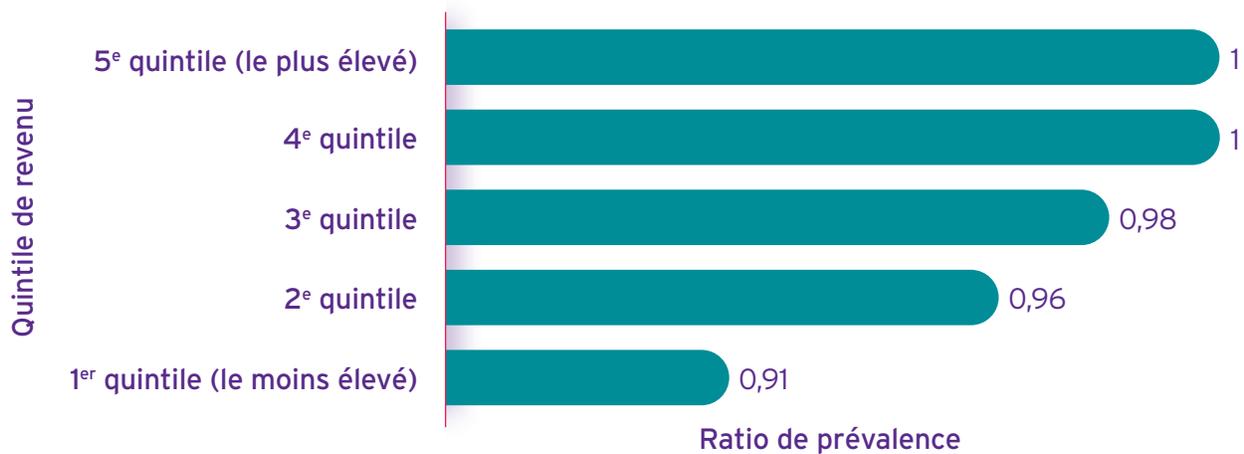
Quand les gens qui ont le plus de ressources ou de pouvoir ont une influence disproportionnée sur les débouchés économiques, les écarts de revenu s'accroissent, un plus grand nombre de personnes deviennent marginalisées, les inégalités augmentent, et les liens communautaires et la confiance sont brisés<sup>32</sup>.

## L'INÉGALITÉ DES REVENUS MENACE LES COLLECTIVITÉS

Un regard de plus près permet de constater que le revenu a une incidence sur le sentiment d'appartenance. Les Ontariens qui se situent dans les quintiles de revenu les plus élevés indiquent avoir un sentiment d'appartenance plus fort que les personnes à faible revenu, qui se sentent plus isolées.

### Figure VII: Sentiment d'appartenance selon le quintile de revenu

Ratio de prévalence rajusté à l'aide de la cohorte de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes de 2013-2014



**L'absence de liens et le manque de confiance se traduisent par un plus grand isolement.** L'absence de liens avec nos collectivités et le manque de confiance dans le gouvernement peuvent mener au désordre public. Les gens qui vivent dans des quartiers montrant des signes visibles de désordre, comme des personnes qui consomment ou vendent des drogues, du vandalisme, des graffitis ou des dommages matériels, se sentent plus vulnérables et ont plus peur du crime<sup>33</sup>. Ils sont plus susceptibles de déclarer qu'ils ont peur de marcher seules après la tombée de la nuit, de prendre les transports en commun ou de rester seuls à la maison en soirée. Ils se disent aussi moins satisfaits de leur vie<sup>34</sup>.

Les gens qui font confiance aux responsables de l'application de la loi sont plus susceptibles de participer à des activités conçues pour améliorer la sécurité communautaire. Cependant, les personnes qui vivent dans des quartiers affichant des taux de criminalité élevés, en particulier les membres de communautés racialisées, indiquent qu'elles ont plus de chances d'être arrêtées et interrogées et qu'elles se méfient davantage de la police. Ces écarts créent un sentiment d'inégalité sociale, car certaines personnes sont rassurées par la loi, tandis que d'autres s'en méfient<sup>28</sup>.



# QUE POUVONS-NOUS FAIRE POUR AIDER LES ONTARIENS À ÉTABLIR OU À RÉTABLIR DES LIENS COMMUNAUTAIRES?

Le sentiment d'isolement social grandissant des Ontariens peut être atténué ou éliminé. De nombreux facteurs de l'isolement et de la solitude sont d'ordre systémique, ce qui signifie qu'ils nécessitent une approche à l'échelle du système. Les gens, les organismes, les entreprises, les collectivités et les gouvernements doivent travailler ensemble pour créer une société qui valorise les liens sociaux et la collectivité et qui y investit.

## De saines politiques publiques peuvent favoriser le bien-être.

Il y a de nombreuses étapes relativement simples que nous pouvons tous suivre pour établir ou rétablir les liens communautaires. Beaucoup de gens participent déjà à des mesures innovantes qui visent à établir des liens entre les gens et à créer des collectivités bienveillantes et unies.

## Établissement de liens entre les gens

Les liens communautaires et sociaux s'établissent souvent de façon informelle. C'est parfois aussi simple que de parler à ses voisins ou d'inviter quelqu'un à un événement. Ce peut être le résultat d'efforts plus structurés de la part d'organismes pour rassembler les gens ou pour créer des espaces de rassemblement.

## Établir des liens entre les nouveaux arrivants et leurs voisins

Depuis 2015, des groupes de Canadiens se rassemblent pour offrir un parrainage privé à des familles de réfugiés syriens. Une évaluation récente des programmes de réinstallation des réfugiés au pays a permis de conclure que les réfugiés parrainés par le secteur privé avaient de bien meilleures chances d'obtenir de l'aide pour s'établir au Canada, de trouver un emploi et d'avoir de meilleurs résultats en matière de santé que les réfugiés pris en charge par le gouvernement. Ils étaient plus susceptibles d'avoir reçu de l'aide pour apprendre des compétences essentielles, comme parler l'anglais ou le français, faire l'épicerie et trouver un médecin. Dans les neuf mois suivant leur arrivée au Canada, plus de 50 % des réfugiés parrainés par le secteur privé avaient un emploi, comparativement à 10 % des réfugiés pris en charge par le gouvernement<sup>35</sup>.

Contrairement aux institutions gouvernementales, les répondants privés offrent du soutien affectif. Ils présentent les réfugiés à leurs réseaux sociaux, leur font visiter les meilleurs endroits en ville pour faire ses emplettes et les aident à fonder de nouvelles entreprises. L'expérience est aussi positive pour les répondants eux-mêmes. Ils ont un meilleur sentiment d'appartenance à la collectivité parce qu'ils contribuent au bien-être des autres<sup>36</sup>.

## Établir des liens entre les gens et la culture

La plupart des autochtones atteints de maladies qui limitent l'espérance de vie finissent par décéder dans des hôpitaux ou des foyers de soins de longue durée urbains. Ils n'ont pas accès à des soins palliatifs chez eux ou dans leur communauté autochtone, au milieu de leur famille, de leurs amis, de leur culture et de leur spiritualité.

Pour établir des liens entre les gens et des soins en fin de vie adaptés à la culture, le Réseau local d'intégration des services de santé (RLISS) du Sud Ouest a collaboré avec le Southwest Ontario Aboriginal Health Access Centre (SOAHAC) et d'autres partenaires – dont la Première Nation des Chippewas de la Thames, la Nation Munsee-Delaware, la Première Nation Oneida de la Thames et Action cancer Ontario – pour mettre en œuvre un modèle de soins palliatifs dirigé par des Autochtones, y compris une équipe de soins palliatifs appelée Indigenous Palliative Care Team (IN-PaCT). L'équipe comprend un médecin, un infirmier praticien, un infirmier autorisé, un conseiller en santé mentale, ainsi qu'un guérisseur autochtone traditionnel qui répond aux besoins spirituels des patients et des membres de leur famille.

Pour les familles, l'un des aspects les plus importants du modèle de l'équipe IN-PaCT est le fait qu'il offre des soins après le décès de la personne. L'équipe rend visite aux familles et les soutient durant leur processus de deuil et de guérison. Dans la culture autochtone, la famille et les soins de suivi favorisent un sentiment d'appartenance sociale qui encourage la guérison.

## Établir des liens entre les professionnels de la santé

Certaines parties de la province sont désignées aux fins de la prestation de services en français. À l'origine, la Communauté de pratique Santé publique en français visait la collaboration entre les unités de santé, afin d'établir des liens entre les professionnels qui offrent des services en français pour qu'ils puissent mettre en commun des ressources et de l'expertise.

La Communauté de pratique, qui compte plus de 100 membres, permet d'éviter que les professionnels se sentent isolés dans leur travail, ce qui, en retour, aide à soutenir et à renforcer la communauté francophone et à améliorer l'accès à des services de santé publique équitables et de qualité. Les membres connaissent aujourd'hui mieux les ressources et les outils à leur disposition, et ils sont plus susceptibles de collaborer entre eux pour offrir des services cohérents.

## PRESCRIPTION CONTRE LA SOLITUDE

Les gens qui sont aux prises avec la solitude n'ont pas besoin de se faire prescrire des traitements, mais plutôt d'établir des liens avec des gens et des groupes dans leur collectivité. L'Alliance pour des communautés en santé – l'association des centres de santé communautaire, des centres d'accès aux services de santé pour les Autochtones, des équipes communautaires de santé familiale et des cliniques dirigées par du personnel infirmier praticien – met à l'essai un projet de prescription sociale. Onze différents centres de santé communautaire prescrivent des activités qui aident les gens à socialiser dans leur collectivité, comme des groupes de soutien pour les femmes nouvellement arrivées, un groupe de tricot intergénérationnel et un groupe de soutien pour les jeunes LGBTQ. Ils surveilleront l'incidence de la prescription sociale sur la santé. La prescription sociale prend une forme légèrement différente selon les besoins et la capacité de chaque collectivité locale, mais l'approche ressemble généralement au processus décrit ci-dessous :



Adapté avec la permission de l'Alliance pour des communautés en santé

## Création de collectivités bienveillantes et unies

### Établir des liens avec les personnes âgées isolées

Pour aider à briser le cycle de l'isolement social chez les personnes âgées, sept organismes de Hamilton se sont rassemblés pour créer un plan appelé Hamilton Seniors Isolation Impact Plan (HSIIP). Le plan vise à aider un plus grand nombre de personnes âgées à maintenir des liens avec leur famille et leurs amis, à accéder aux mesures de soutien, à participer à des activités physiques et sociales, et à se sentir valorisées.

Le HSIIP a créé trois programmes d'établissement de liens :

- Le programme appelé Hospital Connector Program établit des liens entre des personnes âgées qui ont reçu leur congé de l'hôpital et des services et activités dans la collectivité.
- Le programme Community Connector Program établit des liens entre des personnes âgées isolées dans la collectivité et des services et activités.
- Enfin, le programme appelé Peer Connector Program forme des pairs pour qu'ils offrent des services de visite amicale.

Le HSIP s'efforce :

- de trouver et aider des personnes âgées qui courent un risque d'isolement social;
- d'aider à réduire les obstacles à la participation des personnes âgées aux activités et aux réseaux;
- de créer des occasions pour que les personnes âgées participent à des activités sociales importantes et à la vie de leur collectivité;
- de créer des collectivités plus durables et inclusives qui valorisent la contribution de tous leurs membres, peu importe leur âge.

**Le HSIP et le groupe ENRICHES Collaborative sont financés en partie par le programme Nouveaux Horizons pour les aînés du gouvernement du Canada. Ce programme fournit des subventions et des contributions à des projets qui ont une influence positive sur la vie des personnes âgées et sur leurs collectivités.**

De mai 2016 à mars 2018, le regroupement a aidé 1 014 personnes âgées. Toutes les personnes âgées ont été dirigées vers une forme quelconque de services de visite et d'échange d'information, et la plupart d'entre elles ont été inscrites à d'autres services et activités. Le programme a pu combler des lacunes de services et atténuer la pression qui s'exerçait sur un système de santé surchargé.

## **Établir des liens entre les proches aidants et les mesures de soutien et ressources**

Quand des personnes âgées qui ont des problèmes de santé complexes vieillissent à la maison, elles se fient souvent à un membre de la famille ou à un aidant naturel, qui vieillit lui aussi, pour s'occuper d'elles. Les proches aidants ont souvent de la difficulté à fournir les soins nécessaires. Ils peuvent souffrir de niveaux de stress élevés, de problèmes financiers et d'isolement. Cinq organismes de Toronto – l'Alzheimer Society Toronto, l'Association canadienne pour la santé mentale (section de l'Ontario), la North York Community House, les WoodGreen Community Services et le Reitman Centre du Sinai Health System (qui dirige le collectif) – font partie du groupe ENRICHES Collaborative. Ensemble, ils essaient de réduire l'isolement social chez les proches aidants de 55 ans ou plus.

À l'aide du modèle d'impact collectif (voir la page 29), les organismes du ENRICHES Collaborative trouvent des proches aidants qui ont besoin de soutien, les font participer à des activités, les aiguillent vers des programmes et des services, et renforcent la capacité du système de santé à répondre à leurs besoins.

Le groupe ENRICHES a rejoint plus de 12 000 proches aidants et les a dirigés vers des services, comme des ateliers et des séances de formation, des activités sociales et récréatives, ainsi que des programmes de littératie numérique et d'autonomisation financière offerts par divers partenaires d'ENRICHES. Ces services aident les proches aidants à devenir plus résilients et à élargir leurs réseaux sociaux. Ils leur apprennent aussi à naviguer sur le système de santé et à gérer leurs propres santé et bien-être.

## **Établir des liens avec les nouveaux arrivants et les intégrer**

Les collectivités rurales ont souvent des problèmes d'ordre démographique, comme les jeunes qui partent vivre ailleurs et les pénuries de main-d'œuvre. Beaucoup d'entre elles ont besoin de nouveaux arrivants pour maintenir leur vitalité et leur santé économique. Quand les nouveaux arrivants parviennent à se constituer un capital social, ils ont un sentiment d'appartenance à leur nouvelle collectivité et sont plus susceptibles d'y rester.

Nouvel arrivant : Personne qui s'est installée dans la collectivité au cours des cinq dernières années. Il peut s'agir d'une personne qui arrive de l'étranger ou d'ailleurs au Canada ou d'une personne qui revient après une longue absence<sup>18</sup>.

Quand les résidents de la collectivité d'accueil utilisent leur influence pour aider les nouveaux arrivants, tout le monde en profite. Quand les nouveaux arrivants développent leurs réseaux, leurs ressources et leurs atouts, ils édifient la collectivité<sup>18</sup>. Il est crucial que les collectivités offrent aux nouveaux arrivants des occasions d'établir des liens et de se constituer un capital social.

Le Rural Ontario Institute a recueilli et synthétisé des renseignements sur les moyens qui sont efficaces pour aider les nouveaux arrivants à s'intégrer :

- **Leadership solide et intentionnel au sein des collectivités.** Les municipalités font un effort conscient pour créer des collectivités accueillantes.
- **Engagement à réduire les obstacles systémiques.** Les collectivités qui réussissent s'efforcent de régler des problèmes comme ceux liés au transport en commun, au soutien social, au logement abordable, à la langue et aux services d'établissement. De plus, elles communiquent activement des messages positifs sur l'importance et la valeur des nouveaux arrivants pour la collectivité.
- **Possibilités d'établir des relations.** Les collectivités créent des possibilités pour que les nouveaux arrivants puissent établir des liens importants avec des gens dans la collectivité, ce qui peut avoir un effet profond sur le capital social. Les nouveaux arrivants et les membres de la collectivité apprennent à se connaître et à forger des liens durables qui profiteront à tout le monde.
- **Systèmes de soutien robustes.** Les collectivités rurales qui mettent en place des systèmes de soutien solides et accessibles pour les nouveaux arrivants sont plus susceptibles de conserver leurs nouveaux résidents.

## Créer des milieux bâtis qui encouragent l'établissement de liens

Les espaces physiques dans lesquels les gens vivent, se divertissent, travaillent et étudient (le milieu bâti) ont une incidence sur leur santé.

Dans tous les types de collectivités, qu'elles soient urbaines, de banlieue ou rurales, des milieux bâtis bienveillants peuvent promouvoir le bien-être mental et physique, améliorer la qualité de vie et favoriser l'établissement de liens sociaux. La façon dont les collectivités, les quartiers et les complexes d'habitation sont aménagés peut avoir un effet sur le capital social et le sentiment d'appartenance à la collectivité<sup>11</sup>.

Il est déraisonnable de s'attendre à ce que de grands segments de la population changent leurs comportements individuels si ces changements sont découragés par l'environnement existant et les normes sociales<sup>37</sup>.

La conception des rues et des quartiers doit tenir compte des liens sociaux et des objectifs liés à la santé et doit prévoir notamment :

- l'aménagement de rues plus larges et sans obstacles, qui encouragent les interactions sociales et permettent différents modes de transport, comme la marche, le vélo, le patin à roues alignées et l'automobile;
- la construction de quartiers à usage mixte qui comprennent des maisons, des magasins de détail, des services et des cafés pour que les gens puissent obtenir ce dont ils ont besoin à pied;
- la création d'espaces publics et verts de qualité comprenant des aménagements paysagers, de l'éclairage, des installations de service et des sentiers qui invitent les gens à se rassembler.

Quand les résidents ont plus de contrôle sur les espaces autour de chez eux, y compris les halls d'entrée, les rues et les terrains, ils ont l'impression d'avoir des liens plus forts avec ces espaces communautaires et leurs voisins. Ces quartiers ont souvent des taux de criminalité inférieurs et des niveaux de capital social supérieurs<sup>1</sup>.

Quand les résidents ont accès à des lieux de rencontre (souvent appelés « troisièmes lieux » parce qu'il ne s'agit pas de résidences ni de lieux de travail), comme des cafés, des librairies, des bars, des salons de coiffure, ainsi que des places publiques et des bibliothèques, ils ont des occasions de socialiser qui permettent de créer des collectivités unies<sup>37</sup>.

## **Intégrer la santé à la planification urbaine**

La Loi de 2005 sur les zones de croissance de l'Ontario reconnaît que les collectivités doivent être aménagées de façon stratégique pour qu'elles offrent une bonne qualité de vie<sup>39</sup>.

Les bureaux de santé publique de la région élargie du Golden Horseshoe collaborent avec des planificateurs municipaux et des partenaires communautaires pour favoriser l'adoption de politiques sur la santé des collectivités qui :

- favorisent la marche, le vélo et d'autres formes de transports actifs;
- favorisent la conception de collectivités complètes;
- visent à protéger les terres et l'eau pour garantir un système alimentaire durable;
- améliorent le milieu bâti pour augmenter la cohésion sociale et le bien-être.

Le Bureau de santé du district de Simcoe Muskoka a apporté son appui à une série d'ateliers sur les transports actifs qui ont incité de nombreuses municipalités à concevoir des plans de transports actifs et de sentiers. Certaines créent maintenant des sentiers reliés à des écoles, des projets de signalisation, des pistes cyclables, des projets de rétrécissement de chaussée, des initiatives de transport en commun et bien plus encore. Certaines ont été désignées comme des collectivités amies des aînés, adaptées aux jeunes, propices à la marche et adaptées à la circulation en vélo. Toutes ces activités sont le fruit d'une mobilisation communautaire.

Ces collectivités sont également des chefs de file en matière de conception communautaire d'avant-garde :

- Le canton d'Essa a inclus des cours d'eau dans son réseau de sentiers.
- Wasaga Beach a été la première municipalité en Ontario à installer sur la plage des matelas portatifs à dérouler pour que tous les résidents et les visiteurs, y compris ceux qui se déplacent en fauteuil roulant ou en poussette, puissent profiter de la plage et avoir un plus grand sentiment d'appartenance à la collectivité.
- Collingwood, Essa et Wasaga Beach ont établi des comités sur la santé des collectivités qui se penchent sur la conception de collectivités saines, la cohésion sociale et le bien-être.

L'initiative Healthy Barrie – un partenariat inédit entre la Dalla Lana School of Public Health (Université de Toronto), la Ville de Barrie, la Barrie and Community Family Health Team et le Bureau de santé du district de Simcoe Muskoka – utilise des indicateurs de la santé des populations pour mesurer la santé et le bien-être collectif dans les quartiers locaux et pour évaluer l'incidence de l'aménagement des quartiers et de l'accès aux services municipaux et de santé. Les conclusions orienteront les changements aux services et le plan municipal officiel. Idéalement, cette évaluation sera répétée pour que la ville de Barrie puisse mesurer l'incidence des changements sur la santé de la collectivité.

## **Miser sur les projets d'infrastructure pour augmenter l'appartenance à la collectivité**

La pauvreté et les réalités économiques sont d'importants facteurs de l'isolement social. Les ententes sur les avantages pour la collectivité sont des ententes officielles entre un organisme d'aménagement public ou privé et une coalition qui reflète et représente les personnes touchées par un projet d'aménagement de grande envergure. Ces ententes permettent de s'assurer que les collectivités profitent, tant sur le plan économique que sur le plan social, des investissements dans les infrastructures et des achats de biens et de services.

Les ententes sur les avantages pour la collectivité sont des clauses qui sont ajoutées aux contrats et qui exigent, par exemple, que les entreprises participantes améliorent les espaces publics, engagent des travailleurs locaux ou fournissent une formation appropriée. Pour qu'elles portent fruit, ces ententes demandent souvent beaucoup de temps et un engagement important, mais elles peuvent être un outil stratégique pour stimuler la prospérité de la collectivité.

**Les ententes sur les avantages pour la collectivité sont habituellement négociées entre le gouvernement, des entreprises, des organismes de travailleurs, des coalitions de défense des droits et des résidents locaux.**

Le Toronto Community Benefits Network utilise cette approche pour orienter le processus d'aménagement et obtenir des avantages sociaux qui aident à bâtir des collectivités unies. Voici quelques exemples de réussites découlant d'ententes sur les avantages pour la collectivité :

- Des résidents locaux ont obtenu des emplois dans le cadre du projet de réaménagement de Regent Park.
- Le contrat pour la ligne de transport léger sur rail Eglinton Crosstown comprenait l'engagement d'offrir une formation et des emplois aux résidents locaux et d'acheter des fournitures auprès des entreprises locales.
- Dans le cadre des Jeux panaméricains, des fournisseurs locaux et des entreprises sociales ont été encouragés à soumissionner pour obtenir des contrats.



# CADRES POUR MESURER L'ATTACHEMENT ET ÉTABLIR DES LIENS COMMUNAUTAIRES

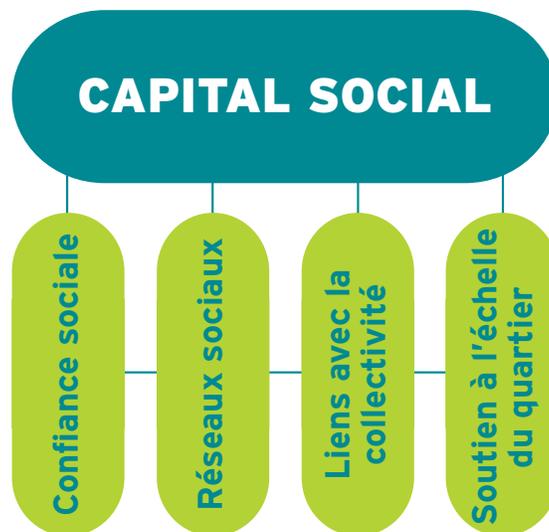
Pour réduire l'isolement social et développer le capital social, il nous faut des façons de mesurer l'attachement et le sentiment d'appartenance, ainsi que des cadres qui favorisent l'établissement de liens communautaires.

## Mesure de l'attachement et des liens communautaires

Un certain nombre d'administrations essaient de mesurer l'attachement (le capital social) et l'isolement social, et elles utilisent les conclusions de leurs analyses pour favoriser l'établissement de liens communautaires et améliorer la santé.

### Toronto Social Capital Study (étude sur le capital social à Toronto)

L'étude appelée Toronto Social Capital Study évalue dans quelle mesure le capital social contribue à certains résultats, comme la santé, le bonheur et la satisfaction à l'égard de la vie<sup>20</sup>. L'équipe chargée de l'étude a recensé quatre mesures du capital social, notamment :



Les questions sur les réseaux sociaux aident à évaluer l'ampleur des réseaux sociaux des gens, la fréquence à laquelle ils socialisent, leur degré d'investissement dans ces amitiés, et la mesure dans laquelle ils se fient à leurs réseaux sociaux pour obtenir de l'aide et du soutien.

Les questions sur les liens avec la collectivité aident à évaluer le degré de participation des gens à la vie de leur collectivité et la fréquence à laquelle ils font du bénévolat ou participent à des activités qui profitent à leur collectivité. Par exemple, est-ce qu'ils participent à des rencontres, se joignent à des activités et collaborent avec d'autres (des mesures de l'attachement) ou est-ce qu'ils participent moins souvent et sont plus isolés?

Pour créer le sondage du Toronto Social Capital Study, les chercheurs ont utilisé des questions qui sont comprises dans des enquêtes établies au Canada, comme l'Enquête sociale générale canadienne, l'Equality, Security and Community Survey et l'étude Neighbourhood Effects on Health and Well-being Study.

Les questions sur le soutien à l'échelle du quartier permettent d'évaluer comment les gens perçoivent leur quartier et à quel point celui-ci est accueillant et résilient. Y a-t-il des endroits sûrs où les enfants peuvent jouer? Les gens sont-ils prêts à aider leurs voisins?

Ces mesures du capital social, qui ont récemment été appliquées dans la ville de Toronto, aident les planificateurs du système de santé et les planificateurs municipaux à comprendre à quel point leurs collectivités sont unies et le rôle que joue le capital social dans ce sentiment d'appartenance à la collectivité. L'information peut également être utilisée pour déterminer quels quartiers pourraient profiter du renforcement des liens communautaires.

## Qu'est-ce que le bien-être?

La présence du plus haut degré de qualité de vie possible, dans sa pleine expression, y compris, sans s'y limiter : un bon niveau de vie, une santé robuste, un environnement durable, des collectivités dynamiques, une population éduquée, une utilisation équilibrée du temps, des niveaux élevés de participation démocratique, et un accès à des activités de loisirs et culturelles et la participation à celles-ci<sup>40</sup>.

## Canadian Index of Wellbeing (indice canadien du mieux-être)

Le Canadian Index of Wellbeing (indice canadien du mieux-être) de l'Université de Waterloo, qui a été créé par des chercheurs aux quatre coins du Canada, est fondé sur des conversations avec des Canadiens sur les aspects les plus importants pour leur qualité de vie. À la suite de ces consultations, les chercheurs ont dégagé huit domaines :

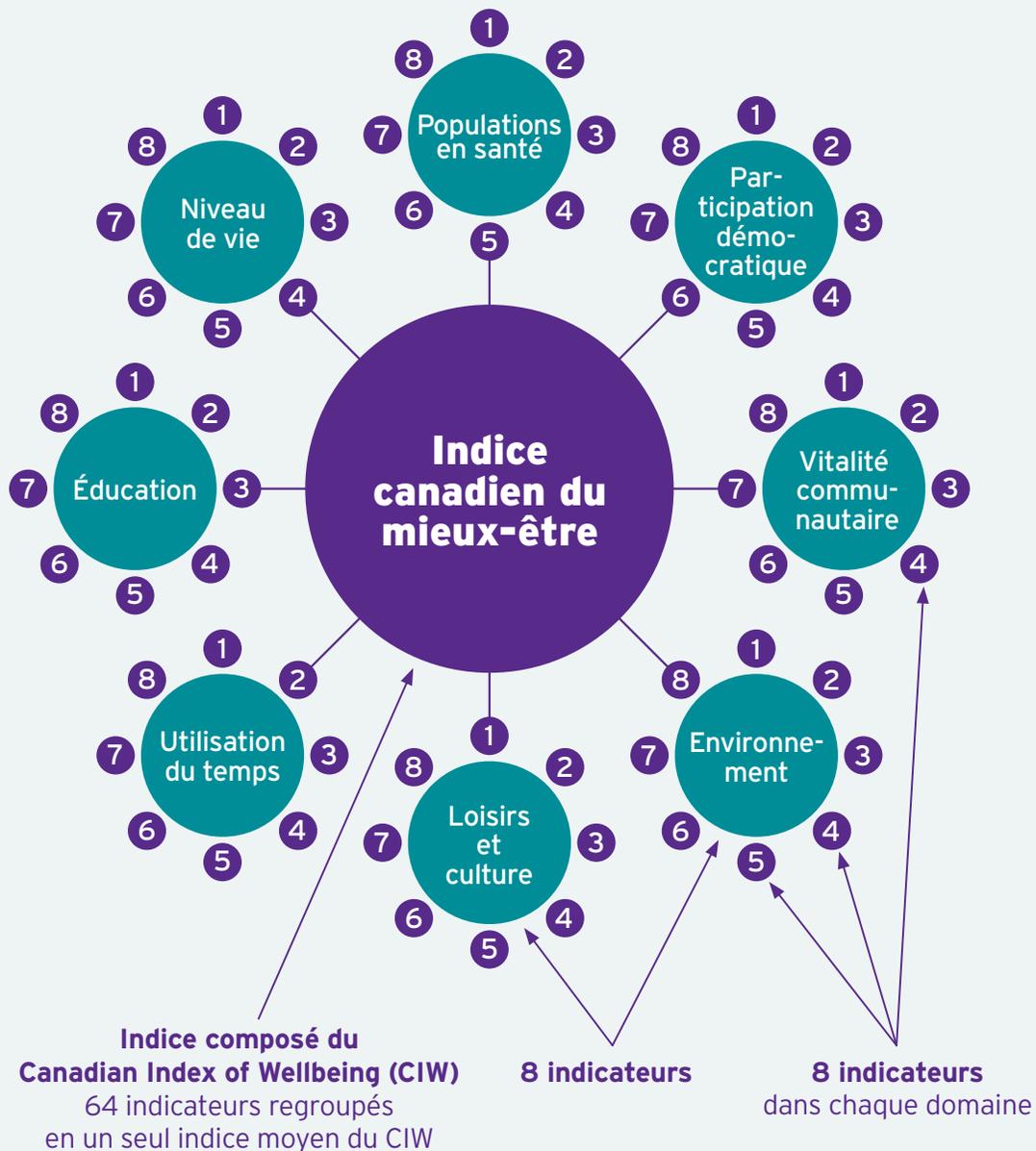
- Le domaine de la **vitalité communautaire** porte sur les relations sociales. Les gens ont-ils un sentiment d'appartenance? Font-ils du bénévolat? Ont-ils des amis proches vers qui ils peuvent se tourner et aident-ils d'autres personnes sans être rémunérés? Font-ils confiance aux autres et se sentent-ils en sécurité dans leur collectivité?
- Le domaine de la **participation démocratique** examine dans quelle mesure les gens participent au processus démocratique. Vont-ils voter? Participent-ils à des groupes politiques? Sont-ils satisfaits de la façon dont la démocratie fonctionne au Canada?
- Le domaine de l'**éducation** porte sur l'accès à l'éducation tout au long de la vie des gens. Combien de places dans des services de garde inscrits sont offertes dans la collectivité? Combien dépense la collectivité sur l'éducation des élèves? Combien de jeunes terminent l'école secondaire? Combien d'adultes ont des diplômes universitaires? Combien d'adultes participent à des activités de formation continue?
- Le domaine de l'**environnement** examine la disponibilité et l'utilisation des ressources naturelles, ainsi que les répercussions de l'activité humaine sur l'environnement. À quel point notre air est-il propre? Quelle quantité d'énergie utilisons-nous? Qu'en est-il de nos ressources en eau douce? Quelles mesures prenons-nous pour protéger l'environnement?

- Le domaine des **populations en santé** porte sur l'état de santé, le mode de vie et les comportements, ainsi que les facteurs liés au système de santé. Combien de Canadiens estiment être en bonne santé physique et mentale? Quelle est notre espérance de vie? Combien de personnes sont atteintes de diabète? Combien sont des fumeurs? Combien ont un médecin?
- Le domaine **des loisirs et de la culture** évalue la quantité de temps et d'argent que les Canadiens dépensent pour des activités sociales, physiques ou culturelles. Combien d'heures de bénévolat offrent-ils à des organismes récréatifs et culturels? Combien de temps passent-ils en vacances? À quelle fréquence visitent-ils des parcs nationaux et des lieux historiques?
- Le domaine du **niveau de vie** mesure le revenu moyen et la prospérité, ainsi que les écarts de revenu. Combien de Canadiens se trouvent sous le seuil de faible revenu? Combien de ménages sont en situation d'insécurité alimentaire? Quel pourcentage de la main-d'œuvre a un emploi? Combien de personnes ont des emplois de qualité? Qu'en est-il de l'accessibilité au logement?
- Le volet de l'**utilisation du temps** examine la façon dont les Canadiens passent leur temps et comment notre utilisation du temps se répercute sur notre bien-être. Combien de Canadiens travaillent plus de 50 heures par semaine dans leur emploi principal? Combien de minutes par jour passons-nous avec des amis? Combien de temps consacrons-nous à nos déplacements quotidiens? Combien de personnes ont des heures de travail flexibles? Combien disent avoir des contraintes de temps? Combien de personnes dorment de sept à neuf heures par nuit?

Ensemble, ces domaines dressent un portrait du bien-être des Canadiens. Les planificateurs peuvent utiliser les résultats pour comprendre les tendances et plaider en faveur de politiques, de programmes et d'autres changements qui améliorent le bien-être. Les conclusions peuvent permettre d'entamer un dialogue sur ce qui compte vraiment pour les Canadiens et sur la façon dont les collectivités, les gouvernements, les organisations et les entreprises peuvent améliorer la santé et renforcer les collectivités.

Les administrations peuvent se servir de l'indice canadien du mieux-être pour créer un profil de bien-être communautaire; déterminer les forces, les faiblesses et les inégalités; et utiliser les perspectives dégagées pour élaborer des plans communautaires.

En 2016, le comté d'Oxford a utilisé l'indice canadien du mieux-être. Constatations. Les résidents des milieux ruraux ont affirmé avoir une plus grande satisfaction à l'égard de leur vie que les résidents des milieux urbains, y compris un plus grand sentiment d'appartenance à la collectivité et une plus grande propension à aider les autres. Les adultes qui ont des enfants étaient plus susceptibles d'avoir des problèmes à équilibrer leur travail et leur vie personnelle. Les nouveaux arrivants consacraient plus de temps à leurs déplacements quotidiens et avaient une moins grande sécurité d'emploi. Les personnes qui vivaient seules avaient des niveaux de bien-être moins élevés. Les personnes à faible revenu (moins de 40 000 \$ par année) avaient une moins bonne qualité de vie. Le comté a pu voir comment tous les facteurs qui distinguent une collectivité interagissent dans la région. Le comté d'Oxford utilise les résultats du sondage pour surveiller les progrès réalisés vers l'atteinte des objectifs inclus dans son plan de viabilité des collectivités en vue de réduire les inégalités.



## Déclaration politique de Rio sur les déterminants sociaux de la santé

En 2011, les États membres de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) se sont engagés à réduire les inégalités en matière de santé, qui sont un important facteur de fragmentation des collectivités. Un groupe établi par l'OMS, l'Agence de la santé publique du Canada et l'Institut de la santé publique et des populations des Instituts de recherche en santé du Canada (IRSC) a dressé une liste de 36 indicateurs liés à cinq domaines dont les administrations peuvent se servir pour surveiller les progrès accomplis afin de réduire les inégalités en matière de santé<sup>41</sup>.

Les domaines comprenaient les suivants :

la gouvernance nationale

la gouvernance mondiale

la participation

la surveillance et la reddition de comptes

la réorientation du secteur de la santé

L'accent mis sur la participation souligne l'importance de faire participer la société civile à la création de politiques de santé équitables. Les gouvernements peuvent utiliser ces indicateurs pour évaluer l'efficacité des mesures prises afin de résoudre les problèmes systémiques sous-jacents et d'améliorer les déterminants sociaux de la santé qui favorisent l'isolement social.

## Établissement de liens communautaires

Le rapport de 2016 du médecin hygiéniste en chef, intitulé *Améliorer les perspectives : Défendre l'équité en matière de santé en Ontario*<sup>42</sup>, a souligné le rôle important que les collectivités peuvent jouer pour réduire les inégalités en matière de santé :

« Les interventions en matière de développement communautaire peuvent rapprocher les membres d'une collectivité et les pousser à agir ensemble pour résoudre des problèmes communs. Elles peuvent aussi aider à développer la cohésion sociale, ce qui contribue à améliorer la santé [...]. Divers intervenants et ordres de gouvernements disposent de différents leviers [...]. En agissant de concert, comme un système, ils peuvent réduire ou éliminer les inégalités en matière de santé. »

Le rapport encourage le gouvernement et les organisations à défendre le développement communautaire et à établir des partenariats dans le secteur de la santé et d'autres secteurs pour améliorer l'équité en matière de santé.

Voici trois approches efficaces pour établir des liens communautaires. Elles ont en commun un engagement à faire participer les personnes à la résolution de problèmes complexes qui fragmentent la collectivité.

### Modèle d'impact collectif

Le modèle d'impact collectif est fondé sur le principe que les organisations doivent travailler ensemble, et non séparément, pour susciter des changements sociaux et résoudre des problèmes dynamiques et complexes comme l'isolement social. Les initiatives d'impact collectif efficaces misent sur les forces de tous les partenaires et répondent à cinq critères :

- **Programme commun** : Vision du changement social qui est partagée par toutes les organisations : une compréhension commune du problème et une approche conjointe pour le résoudre.
- **Système de mesure commun** : Entente précisant la façon dont les réussites seront mesurées et diffusées, avec des indicateurs clés.
- **Activités qui se soutiennent mutuellement** : Un ensemble diversifié d'intervenants, habituellement dans plusieurs secteurs, qui coordonnent des activités au moyen d'un plan d'action.
- **Communication en continu** : Communications fréquentes entre les principaux intervenants, tant au sein des organismes qu'entre eux, pour bâtir la confiance et encourager l'apprentissage continu et l'adaptation.
- **Organisation centrale** : Soutien offert de façon continue par des employés indépendants qui aident à faire progresser le travail.

Le modèle d'impact collectif, qui a été élaboré aux États-Unis, a été adapté par le Tamarack Institute du Canada pour passer d'un paradigme de gestion à un paradigme axé sur la création de mouvements (cadre d'impact collectif 3.0) qui « ouvre les cœurs et les esprits des gens à de nouvelles possibilités » et qui « encourage les décideurs » et les dirigeants des systèmes. La création d'un mouvement nécessite des relations solides fondées sur une vision, des valeurs et des histoires communes qui peuvent rallier des organismes qui partagent les mêmes convictions<sup>43</sup>.

## Connected Community Approach (approche des collectivités unies)

L'approche dite des collectivités unies est une façon d'aborder le travail effectué dans une collectivité selon la perspective du développement communautaire. Elle vise à changer et à renforcer les systèmes locaux, y compris la façon dont les gens interagissent, accèdent aux programmes et aux services, et dépensent leur temps, leur énergie et leur argent. Elle inclut les moyens auxquels ont recours les organisations pour sensibiliser les membres de la collectivité et encourager leur participation, ainsi que les pratiques d'embauche des entreprises.

L'approche des collectivités unies vise à changer la collectivité elle-même, ce qui est très différent des services qui offrent du soutien et des connaissances. Elle s'inspire du modèle d'impact collectif<sup>44</sup> et utilise son propre langage pour décrire le travail des organismes de soutien, d'où le concept d'organisme communautaire central. En mettant l'accent sur le renforcement des réseaux sociaux entre les gens et les organisations, un organisme communautaire central peut agir comme un catalyseur qui stimule l'amélioration socioéconomique des collectivités et met à profit les atouts, les compétences, les aspirations, les talents et les ressources à l'échelle locale.

Le projet East Scarborough Storefront est un exemple de l'approche des collectivités unies. Se voulant au départ un guichet unique où les organismes de la collectivité pouvaient offrir une gamme de services éducatifs, juridiques, d'emploi et d'établissement, le projet Storefront a évolué pour devenir un organisme qui soutient la mobilisation des organismes locaux et la participation stratégique d'autres intervenants communautaires. Il a pour objectif de faciliter la collaboration et d'aider les gens à apprendre et à créer ensemble, à vivre sainement, à trouver de bons emplois, à se divertir et à s'épanouir.

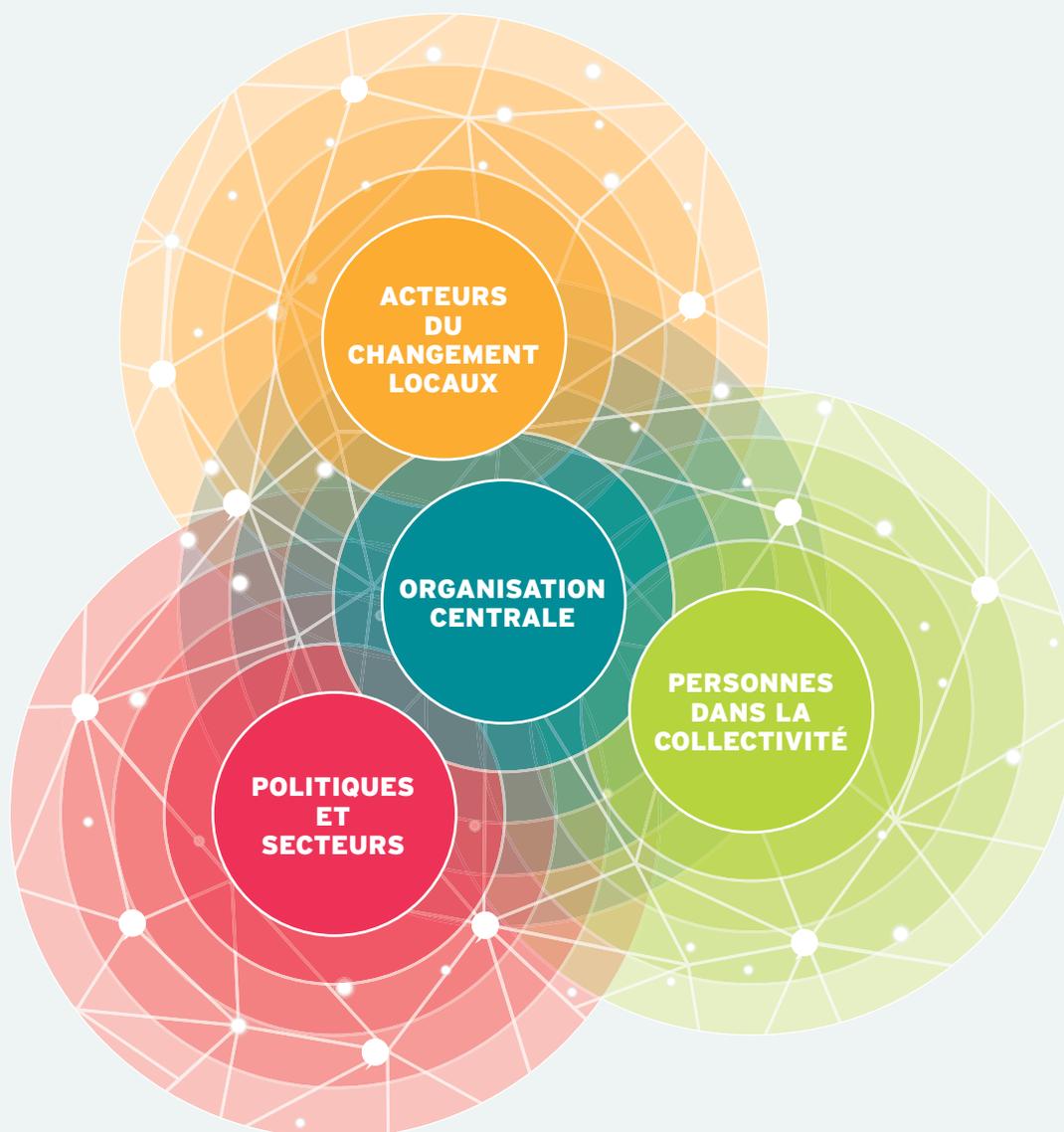
Les membres de la collectivité travaillent maintenant ensemble pour déceler et résoudre les problèmes. Parmi les solutions, notons les suivantes :

- des demandes d'amélioration du service d'autobus;
- un projet artistique communautaire pour les jeunes et un événement communautaire pour revaloriser un pont qui était impopulaire en raison de la vitesse de la circulation, des trottoirs étroits et d'un historique de suicides;
- un projet d'acquisition de compétences durant lequel des jeunes ont participé à la rénovation d'une ancienne station de police qui est devenue le siège du projet Storefront;
- le projet Residents Rising, qui envoie des bénévoles travailler dans la collectivité pour faire participer les résidents à la résolution des problèmes des quartiers;
- un réseau commercial qui fait la promotion des entreprises locales et les aide à apprendre les unes des autres, en plus d'aider les nouveaux entrepreneurs avec la planification commerciale.

**L'incidence de la création de collectivités unies est impressionnante : un plus grand nombre de jeunes à risque qui étudient au collège, une économie locale plus forte et une augmentation de la littératie et du leadership.**

## Les quartiers sont les endroits où les gens interagissent et où il existe de réelles occasions d'apporter des changements importants

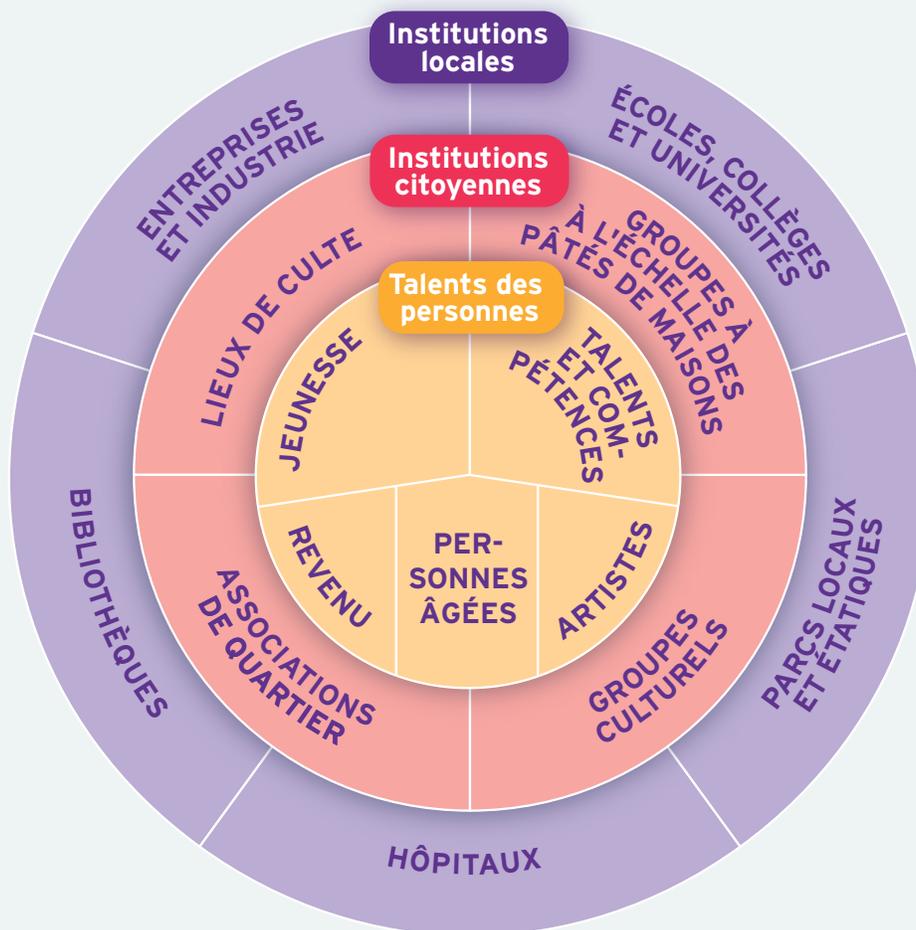
[...] Quand l'information, les idées, les relations, les mesures de soutien et les ressources sont mises en commun, il est possible de mobiliser et de combiner les talents et les atouts de différentes façons. Quand les gens et les organisations travaillent ensemble de différentes façons au fil du temps, ils commencent à cultiver un sentiment d'identité commune et d'appartenance. De nombreux intervenants de différents secteurs ont tous un rôle à jouer dans l'amélioration continue des quartiers. Voilà en quoi consiste l'approche des collectivités unies<sup>45</sup>.



Conception graphique : Randal Boutilier, graphiste agréé d'Openly

## Asset-Based Community Development (développement communautaire axé sur les atouts)

La méthode dite de développement communautaire axé sur les atouts (ABCD) est une approche de développement communautaire axée sur les forces<sup>46</sup>. Elle reconnaît que les collectivités sont diversifiées et comptent de puissants réseaux de talents et d'atouts, plutôt que des quantités complexes de besoins et de problèmes. Chaque collectivité a un ensemble unique de compétences et de capacités qui peuvent être mises à profit pour favoriser le développement communautaire.



La méthode ABCD divise les ressources et les atouts en six groupes :

1. **Personnes** : Chaque résident de la collectivité a des atouts et des talents qui doivent être reconnus. Dans le contexte du développement communautaire, il est possible de faire quelque chose seulement avec les atouts des personnes, pas avec leurs besoins.
2. **Associations** : De petits groupes informels de bénévoles qui travaillent dans un intérêt commun, comme des clubs, sont essentiels à la mobilisation communautaire. Ces groupes ne contrôlent rien; leurs membres ne font que se rassembler par choix individuel parce qu'ils ont un intérêt commun.
3. **Institutions** : Groupes de personnes rémunérées (habituellement des professionnels) organisés selon une structure définie. Il s'agit notamment des organismes gouvernementaux, des entreprises privées et des écoles. Les atouts de ces organisations aident la collectivité à tirer profit de précieuses ressources et à créer un sentiment de responsabilité citoyenne.
4. **Milieu bâti et environnement naturel** : Les actifs matériels comprennent les terres, les immeubles, les espaces et les fonds.

5. **Économie locale ou échanges** : Dans le monde non pécuniaire, il y a trois types d'échanges : 1) échanges intangibles, 2) échanges tangibles et 3) monnaies de remplacement. Dans le monde commercial, il y a un quatrième type d'échange : l'argent. Il doit y avoir un échange entre des gens qui partagent des ressources, par exemple le troc. Les gens qui établissent ces liens, normalement en créant des relations avec une personne à la fois, sont des rassembleurs.
6. **Histoires** : La culture locale ou « la coutume communautaire » s'exprime souvent dans les façons dont les gens ont appris au fil du temps à survivre et à s'épanouir dans leurs lieux d'attache. Quand nous coopérons avec nos voisins, afin de créer et d'échanger des histoires pour tracer un avenir attrayant qui respecte nos traditions, nous assurons la survie de notre culture ou « coutume ». Les histoires nous aident à transmettre d'importantes leçons de vie et permettent d'établir des liens puissants entre les générations.

## PRINCIPES ET PRATIQUES DE LA MÉTHODE ABCD

**Tout le monde a des talents** : Chaque membre de la collectivité peut apporter une contribution.

**Les relations soutiennent les liens communautaires** : Les gens doivent établir des liens entre eux pour qu'un développement communautaire durable soit possible.

**Les citoyens au cœur du processus** : Les citoyens doivent être perçus comme des acteurs, et non des bénéficiaires, de notre développement.

**Les leaders font participer les autres** : Le développement communautaire est plus efficace s'il est fondé sur un vaste ensemble d'actions communautaires.

**Les gens se soucient des autres** : Il faut remettre en question les notions d'« apathie » en étant à l'écoute de ce qui intéresse les gens.

**Écouter** : Les décisions doivent découler de conversations qui permettent aux gens de se faire entendre.

**Demander** : Il vaut mieux demander des idées que donner des solutions.

# RESSOURCES

Pour obtenir de plus amples renseignements sur les outils, les cadres et les initiatives, veuillez consulter les ressources suivantes :

- Asset Based Community Development Canada  
<http://www.deepeningcommunity.org/abcd-canada-home>
- Connected Community Approach (approche des collectivités unies)  
<https://thestorefront.org/how/the-connected-community-approach>
- Canadian Index of Wellbeing (indice canadien du mieux-être)  
<https://uwaterloo.ca/indice-canadien-du-mieux-etre/>
- Approche d'impact collectif  
[http://nccdh.ca/images/uploads/comments/Collective\\_impact\\_and\\_public\\_health\\_An\\_old\\_new\\_approach\\_Two\\_Canadian\\_initiatives\\_FR\\_FV.pdf](http://nccdh.ca/images/uploads/comments/Collective_impact_and_public_health_An_old_new_approach_Two_Canadian_initiatives_FR_FV.pdf)
- Communauté de pratique Santé publique en français  
[www.publichealthfrancais.ca](http://www.publichealthfrancais.ca)
- Déclaration politique de Rio sur les déterminants sociaux de la santé  
<https://www.who.int/sdhconference/declaration/en/>
- Alliance pour des communautés en santé  
<https://www.allianceon.org/fr/Ressources-Alliance>
- Environics Institute : Toronto Social Capital Project  
<https://www.environicsinstitute.org/projects/project-details/toronto-social-capital-project>



# CONCLUSION

La solitude et l'isolement social sont de graves problèmes de santé publique qui représentent un coût pour nous tous. Ils se répercutent sur notre productivité, notre santé, notre bien-être et même notre durée de vie.

## Les collectivités se créent à partir d'actions individuelles.

Face aux répercussions généralisées de l'isolement social, il revient à tout le monde d'aider les gens et les collectivités à établir ou à rétablir des liens. Les gens, les organismes, les entreprises et tous les ordres de gouvernement doivent agir ensemble pour favoriser le sentiment d'appartenance à la collectivité.

Il est temps de revitaliser les collectivités et de faire de l'Ontario une province plus saine.

## Messages clés

**L'établissement de liens avec d'autres personnes et l'appartenance à une collectivité sont essentiels à notre santé physique et mentale et à notre bien-être.** Le fait d'entretenir des liens sociaux peut aider les gens à surmonter l'adversité et à vivre une vie plus longue et plus heureuse. Les personnes qui ont un sentiment d'appartenance à la collectivité récupèrent plus rapidement des situations stressantes. Elles ont une meilleure opinion d'elles-mêmes et font des choix plus sains. Elles se font confiance et collaborent pour le bien de tous les membres de la collectivité. Les collectivités unies connaissent moins de criminalité et ont une croissance économique plus vigoureuse. Leurs enfants ont de meilleurs résultats scolaires et leurs membres participent davantage à la vie politique.

**Des problèmes systémiques complexes fragmentent la collectivité et menacent notre sentiment d'appartenance.** Au cours des 50 dernières années, des changements rapides, qui ont touché les structures familiales, le marché du travail et les technologies, ont effrité notre sentiment d'appartenance à la collectivité. Les familles sont moins nombreuses. Un plus grand nombre de personnes vivent seules. Le travail est devenu plus précaire, et la vie moins certaine. Les gens consacrent maintenant plus de temps à leurs déplacements quotidiens et moins de temps à l'établissement de liens. Les technologies, comme les téléviseurs, les ordinateurs et les téléphones intelligents, se disputent notre attention. Toute l'attention est accordée aux objectifs économiques, au détriment des objectifs sociaux et environnementaux. À mesure que les écarts en matière de revenu et d'occasions s'élargissent et que de plus en plus de personnes se sentent « laissées pour compte » sur les plans social et économique, celles-ci perdent leur confiance dans les institutions, y compris le gouvernement. Les gens sont moins disposés à participer à la vie de leur collectivité et deviennent plus isolés.

**Des collectivités fortes et résilientes sont un moyen efficace de briser l'isolement social.** Les efforts visant à établir ou à rétablir des liens communautaires et des liens entre les gens soulignent l'importance critique de les mobiliser dans leur collectivité et d'investir dans des activités qui favorisent et qui équilibrent la santé sociale, environnementale et économique. Le capital social augmente la capacité des gens à gérer le stress de la vie et mène à des politiques novatrices qui valorisent les familles, les amis, les voisins et d'autres relations qui créent des collectivités unies. Des organisations partout en Ontario travaillent à établir des liens communautaires. Il existe des approches très efficaces pour mesurer le bien-être et développer des liens communautaires dont l'Ontario doit se servir pour améliorer la santé.

## Recommandations

Pour enrayer l'« épidémie » de santé publique associée à l'isolement social, au stress et à la perte des liens communautaires, les gouvernements doivent être favorables au milieu communautaire, les bureaux de santé publique doivent soutenir l'établissement de liens communautaires, et tous les organismes et toutes les personnes doivent axer leurs efforts sur la collectivité.

### 1. Investir dans les collectivités

Le gouvernement provincial et les administrations municipales doivent investir activement dans les collectivités, notamment en prenant les mesures suivantes :

- Faire en sorte que la mesure des liens sociaux et du sentiment d'appartenance à la collectivité soit tout aussi importante que la mesure d'autres indicateurs du bien-être, comme la tension artérielle et les résultats économiques.
- Recueillir des données sur le bien-être collectif et le capital social, au fil du temps, pour établir une valeur de référence, puis mesurer et évaluer l'incidence des initiatives de renforcement communautaire.
- Évaluer toutes les politiques et les initiatives pour déterminer leur incidence sur la collectivité.
- S'attaquer aux facteurs socioéconomiques plus vastes qui fragmentent les collectivités.
- Créer des milieux bâtis et des infrastructures qui permettent aux gens d'établir des liens plus facilement et de participer à la vie de leur collectivité.

### 2. Favoriser l'esprit communautaire

Les bureaux de santé publique ont un rôle crucial à jouer pour favoriser l'esprit communautaire. Ils sont idéalement positionnés pour évaluer et résoudre cet important problème de santé publique, notamment en prenant les mesures suivantes :

- Faire connaître aux collectivités les avantages des liens sociaux et du capital social.
- Établir des liens entre les collectivités et les gouvernements pour orienter le changement.
- Miser sur les nouvelles Normes de santé publique de l'Ontario moins prescriptives pour élaborer des programmes ciblés d'établissement de liens communautaires.
- Forger des partenariats avec les municipalités et d'autres organismes pour établir ou rétablir des liens communautaires et éliminer les obstacles systémiques, les politiques et les pratiques qui favorisent l'isolement social.
- Utiliser des données sur le bien-être communautaire et le capital social pour aider les collectivités à créer des plans d'action concrets.
- Adopter des cadres de développement communautaire efficaces et fondés sur des données probantes qui font participer les gens à l'amélioration des déterminants sociaux de la santé, à la création de collectivités en santé et à l'augmentation de l'équité en matière de santé.



Les services de santé publique contribuent depuis longtemps au développement communautaire et devraient jouer un rôle de premier plan dans la création de collectivités unies. Les bureaux de santé publique peuvent agir comme chefs de file en mesurant l'attachement à la collectivité et le bien-être, en déterminant les forces et les ressources, en organisant des événements qui favorisent l'établissement de liens, et en utilisant les données pour réorienter les programmes et les services, afin de mettre l'accent sur les liens sociaux. Ils peuvent attirer l'attention sur les facteurs socioéconomiques sous-jacents de l'isolement social et de la perte des liens communautaires et sur le manque d'investissements de la part des gouvernements, des entreprises et des organismes communautaires dans les personnes et les services qui renforcent le sentiment d'appartenance. Ils peuvent attirer l'attention sur des investissements qui favorisent l'établissement de liens avec la collectivité et la mobilisation sociale, comme des programmes de services de garde d'enfants abordables, des programmes pour les personnes âgées et leurs proches aidants, des collectivités propices à la marche, et des projets d'infrastructure comprenant des ententes sur les avantages pour la collectivité.

### 3. Être axé sur la collectivité et porté par elle

Les collectivités se créent à partir de la base. Les actions individuelles peuvent apporter de grands changements. À l'échelle locale, les gens et les organisations, y compris les entreprises, peuvent susciter le changement en étant axés sur la collectivité et portés par elle. Ils peuvent collaborer et mettre en commun leurs forces et leurs atouts pour établir des liens communautaires. Ils peuvent faire de la santé et du bien-être communautaires une priorité dans toutes leurs décisions, en prenant les mesures suivantes :

- Savoir comment leurs décisions se répercutent sur le sentiment d'appartenance des gens.
- Améliorer leur propre capital social et leurs propres relations et partenariats.
- Investir dans la collectivité.



Des collectivités fortes et résilientes sont un moyen efficace de s'attaquer à ces importants problèmes sociaux, économiques et environnementaux. Il existe déjà de nombreux exemples d'actions visant l'établissement de liens communautaires en Ontario, notamment des actions visant à établir des liens entre les gens, à créer des collectivités unies et à créer des milieux bâtis qui réduisent l'isolement social. Il existe aussi des cadres pour mesurer l'attachement et établir des liens communautaires – décrits dans le présent rapport – que nous pouvons utiliser pour créer des collectivités plus saines et plus unies.

# REMERCIEMENTS

**Comité consultatif :**

Dianne Alexander, Charles Gardner, Thelma Gee, Heather Mair, Heather Manson, Patricia O'Campo, Joanne Plaxton, Blake Poland, Suzanne Stewart

**Direction :**

Elizabeth Choi, Daniel Warshafsky

**Personnel :**

Catherine Fraser, Fiona Kouyoumdjian, Gillian MacDonald, Laura Seeds

**Rédaction :**

Jean Bacon

**Édition :**

Leora Conway

**Données et analyses :**

Laura Rosella, Ph. D., Meghan O'Neill et Kathy Kornas du Population Health Analytics Laboratory, à l'Université de Toronto, ont fourni les données des figures I, II, III, VI et VII. Laura Rosella est soutenue par une subvention du volet Fondation (FDN-148456) des Instituts de recherche en santé du Canada et par la Chaire de recherche du Canada en analyse de la santé des populations.

**Contributeurs :**

Alliance pour des communautés en santé, Canadian Index of Well-Being, Centre for Connected Communities, Engagement to Reduce Social Isolation in Caregivers at Home and Enhance Seniors Collaborative, Hamilton Social Isolation Impact Project, Indigenous Primary Health Care Council, Rural Ontario Institute, Southwest Ontario Aboriginal Health Access Centre, Bureau de santé du district de Simcoe Muskoka, Toronto Social Capital Project

**Autres :**

Ministère de la Santé et des Soins de longue durée, ministère des Affaires municipales

Un grand merci à Clayton Shirt, à Suzanne Stewart et au Waakebiness Bryce Institute for Indigenous Health.

# RÉFÉRENCES

- <sup>1</sup> Holt-Lunstad, J., T. B. Smith et J. B. Layton, 2010, *Social Relationships and Mortality Risk: A Meta-analytic Review*, PLoS Med, 7(7):e1000316.
- <sup>2</sup> Holt-Lunstad, J., T. B. Smith, M. Baker, T. Harris et D. Stephenson, 2015, *Loneliness and Social Isolation as Risk Factors for Mortality: A Meta-analytic Review*, *Perspect Psychol Sci*, 10(2):227-237.
- <sup>3</sup> Holwerda, T. J., Deeg, D. J., Beekman, A. T., van Tilburg, T. G., Stek, M. L., Jonker, C., & Schoevers, R. A. (2014). Feelings of Loneliness, but not Social Isolation, Predict Dementia Onset: Results From the Amsterdam Study of the Elderly (AMSTEL). *J Neurol Neurosurg Psychiatry*, 85, 135-142.
- <sup>4</sup> Elliott, J., et R. Vaitilingam, 2008, *Now we are 50: Key Findings from the National Child Development Study*, London, UK: The Centre for Longitudinal Studies.
- <sup>5</sup> Waldinger, R. J., et M. S. Schulz, 2010, *What's Love Got to Do With It? Social Functioning, Perceived Health, and Daily Happiness in Married Octogenarians*, *Psychol Aging*, 25(2), 422-431.
- <sup>6</sup> Grant, N., M. Hamer et A. Steptoe, 2009, *Social Isolation and Stress-related Cardiovascular, Lipid, and Cortisol Responses*, *Ann Behav Med*, 37:29-37.
- <sup>7</sup> Dynes, R., 2005, *Community Social Capital as the Primary Basis for Resilience*, Université du Delaware, Disaster Research Center, Newark (New Jersey).
- <sup>8</sup> Dynes, R., 2006, *Social Capital: Dealing with Community Emergencies*. *Homeland Security*, 2(2):1-26.
- <sup>9</sup> Klinenberg, E., 2002, *Heat Wave: A Social Autopsy of Disaster in Chicago*, University of Chicago Press, Chicago (Illinois).
- <sup>10</sup> Aldrich, D. P., et M. A. Meyer, 2015, *Social Capital and Community Resilience*. *Am Behav Sci*, 59(2):354-269.
- <sup>11</sup> Cajete, G., 1994, *Look to the Mountain: An Ecology of Indigenous Education*, Kivakí Press, Durango (Colorado).
- <sup>12</sup> Fischer, H. W., 2008, *Response to Disaster: Fact versus Fiction and its Perpetuation* (3<sup>e</sup> éd.), University Press of America, Lanham (Maryland).
- <sup>13</sup> Quarantelli, E. L., et R. R. Dynes, 1977, *Response to Social Crisis and Disaster*. *Ann Rev Sociol*, 3:23-49.
- <sup>14</sup> Aldrich, D. P., 2011, *The Power of People: Social Capital's Role in Recovery From the 1995 Kobe Earthquake*, *Nat Hazards*, 595-611.
- <sup>15</sup> Horwich, G., 2000, *Economic Lessons of the Kobe Earthquake*. *Econ Dev Cult Change*, 48:521-542.
- <sup>16</sup> Shaw, R., et K. Goda, 2004, *From Disaster to Sustainable Civil Society, the Kobe Experience*. *Disasters*, 28:16-40.
- <sup>17</sup> Rosella, L. C., T. Fitzpatrick, W. P. Wodchis, A. Calzavara, H. Manson, et V. Goel, 2014, *High-cost Health Care Users in Ontario, Canada: Demographic, Socio-economic, and Health Status Characteristics*. *BMC Health Serv Res*, 14:532.
- <sup>18</sup> Rural Ontario Institute. 2017, *Newcomer Engagement and Social Capital in Rural Communities*, Rural Ontario Institute, Guelph (Ontario).
- <sup>19</sup> Turcotte, M. (2015). *Tendances du capital social au Canada*, Ottawa, ON: Statistics Canada.
- <sup>20</sup> Environics Institute for Survey Research. 2018, *Toronto Social Capital Study*, Toronto Foundation, Toronto (Ontario).

- <sup>21</sup> Battams, N., 2018, *Coup d'œil sur la diversité familiale au Canada*, The Vanier Institute of the Family. consulté à : <https://institutvanier.ca/coup-d-oeil-sur-la-diversite-familiale-au-canada-fevrier-2018>.
- <sup>22</sup> National Seniors Council. 2016, *Qui est à risque et que peut-on faire à cet égard? Une revue de la littérature sur l'isolement social de différents groupes d'aînés*, Emploi et Développement social Canada, Gatineau (Québec).
- <sup>23</sup> Putnam, R. D., 2001, *Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community*, Simon & Schuster, New York (New York).
- <sup>24</sup> Twenge, J. M. (2017). *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy – and Completely Unprepared for Adulthood – and What That Means for the Rest of Us*. New York, NY: Atria Books.
- <sup>25</sup> Common Sense Media. 2015, *The Common Sense Census: Media Use by Tweens and Teens*, Common Sense Media Inc.
- <sup>26</sup> Twenge, J. M., T. E. Joiner, M. L. Rogers et G. N. Martin, 2018, *Increases in Depressive Symptoms, Suicide-Related Outcomes, and Suicide Rates Among U.S. Adolescents After 2010 and Links to Increased New Media Screen Time*, *Clin Psychol Sci*, 6(1):3-17.
- <sup>27</sup> Twenge, J. M. (2017, September). Have Smartphones Destroyed a Generation? *The Atlantic*.
- <sup>28</sup> Edelman, Inc. (2018). 2018 *Edelman Trust Barometer*.
- <sup>29</sup> Friedman, M. (2014, September 9). *What Happens When We Don't Trust Law Enforcement? The Importance of Law Enforcement's Role in Our Society's Well-Being*, *Psychology Today*. Edelman, Inc., 2018, 2018 *Edelman Trust Barometer*.
- <sup>30</sup> Guiso, L., H. Herrera, M. Morelli et T. Sonno, 2018, *Populism: Demand and Supply*. *CEPR Discussion Paper*, n° DP11871.
- <sup>31</sup> Robbins, B. G., 2016, *What is Trust? A Multidisciplinary Review, Critique, and Synthesis*. *Sociology Compass*, 10(10), 972-986.
- <sup>32</sup> Wakefield, S. E., et B. Poland, 2005, *Family, Friend or Foe? Critical Reflections on the Relevance and Role of Social Capital in Health Promotion and Community Development*, *Soc Sci Med*, 60(12):2819-2832.
- <sup>33</sup> Cotter, A., 2016, *Les perceptions des Canadiens à l'égard des problèmes dans leur voisinage*, Statistics Canada.
- <sup>34</sup> Pain, R., 2000, *Place, Social Relations and the Fear of Crime: A Review*. *Prog Hum Geog*, 24(3):365-387.
- <sup>35</sup> Immigration, Refugees and Citizenship Canada. 2016, *Rapid Impact Evaluation of the Syrian Refugee Initiative*, Ottawa, ON: Immigration, Refugees and Citizenship Canada.
- <sup>36</sup> El-Chidiac, S., 20 juillet 2018, *The Success of the Privately Sponsored Refugee System*. Policy Options.
- <sup>37</sup> Schmid, T. L., M. Pratt et E. Howze, 1995, *Policy as Intervention: Environmental and Policy Approaches to the Prevention of Cardiovascular Disease*, *Am J Public Health*, 85(9):1207-1211.
- <sup>38</sup> Oldenburg, R., 1999, *The Great Good Place: Cafes, Coffee Shops, Bookstores, Bars, Hair Salons, and Other Hangouts at the Heart of a Community* (3<sup>e</sup> éd.), Washington, DC: Marlowe.
- <sup>39</sup> *Loi de 2005 sur les zones de croissance*, <https://www.ontario.ca/fr/lois/loi/05p13>
- <sup>40</sup> Canadian Index of Wellbeing. 2016, *How are Canadians Really Doing?* Canadian Index of Wellbeing et Université de Waterloo, Waterloo (Ontario).

<sup>41</sup> Working Group for Monitoring Action on the Social Determinants of Health. 2018, *Towards a global monitoring system for implementing the Rio Political Declaration on Social Determinants of Health: developing a core set of indicators for government action on the social determinants of health to improve health equity*, *Int J Equity Health*, 17:136.

<sup>42</sup> Bureau du médecin hygiéniste en chef, 2017, *Rapport annuel 2016 du médecin hygiéniste en chef de l'Ontario à l'Assemblée législative de l'Ontario – Améliorer les perspectives : Défendre l'équité en matière de santé en Ontario*. Toronto, Ontario.

<sup>43</sup> National Collaborating Centre for Determinants of Health. 2017, *Impact collectif et santé publique : une ancienne et une nouvelle démarche – récit de deux initiatives canadiennes*, Centre de collaboration nationale des déterminants de la santé, Université Saint-François-Xavier, Antigonish (N.-É.).

<sup>44</sup> Kania, J., & Kramer, M. (2011). Collective Impact. *Stanford Social Innovation Review*, 9(1), 36-41.

<sup>45</sup> Gloger, A., 2016, *Connected Community Approach: What it is and Why it Matters*, Centre for Connected Communities, Toronto (Ontario).

<sup>46</sup> McKnight, J. L., et Russell, C. (2018). *The Four Essential Elements of an Asset-Based Community Development Process*, Asset-Based Community Development Institute at DePaul University.

# ANNEXE

## **Bureaux de santé de l'Ontario ayant des postes de médecin hygiéniste\* à pourvoir Occupés par des médecins hygiénistes intérimaires en date du 24 janvier 2019**

- Bureau de santé du comté de Huron
- Bureau de santé de la région du Niagara
- Bureau de santé du comté de Renfrew et du district

**Total = 3 bureaux de santé ayant des postes de médecin hygiéniste à pourvoir**

*\* En vertu de l'article 62(1)a) de la Loi sur la protection et la promotion de la santé, chaque conseil de santé doit nommer un médecin hygiéniste à temps plein.*

## **Bureau de santé de l'Ontario ayant des postes de médecin hygiéniste adjoint\* à pourvoir, au 24 janvier 2019**

- Bureau de santé de la région de Durham
- Bureau de santé de Grey Bruce
- Bureau de santé de la région de Halton
- Bureau de santé de Kingston, Frontenac, Lennox et Addington
- Bureau de santé de la région du Niagara\*\*

**Total = 5 bureaux de santé ayant des postes de médecin hygiéniste adjoint à pourvoir**

*\* En vertu de l'article 62(1)b) de la Loi sur la protection et la promotion de la santé, chaque conseil de santé peut nommer un ou plusieurs médecins hygiénistes adjoints.*

*\*\* Les postes vacants peuvent inclure plusieurs ou moins d'un poste ETP par bureau de santé et inclure des postes occupés par des médecins qualifiés en attente d'une nomination par les conseils de santé et de l'approbation du Ministère.*