



**Les
Petits
Frères**

Pour un
grand âge
bien entouré

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Pour diffusion immédiate

Journée mondiale des Solitudes

Les Petits Frères mettent un visage sur la solitude et appellent à agir

Montréal, le 22 janvier 2025 – À l'occasion de la Journée mondiale des Solitudes, soulignée chaque année le 23 janvier, Les Petits Frères invitent le grand public à repenser la solitude au grand âge, une réalité trop souvent vécue dans l'ombre. Avec leur campagne [*Diminuons la solitude chez les personnes âgées*](#), l'organisme met en lumière une épidémie silencieuse qui touche **1 personne âgée sur 5**, sans proche sur qui compter.

La solitude au grand âge n'est pas qu'un sentiment : c'est un véritable enjeu de santé publique au Québec.

« Ce n'est pas juste une question de tristesse ou d'ennui. La solitude détruit des vies, en silence. Elle réduit l'espérance de vie, augmente les risques de dépression et de maladies chroniques, et prive des milliers de personnes âgées isolées de liens humains essentiels », explique Catherine Harel Bourdon, présidente-directrice générale des Petits Frères.

Donner un visage à la solitude

Avec cette campagne, Les Petits Frères souhaitent rappeler que la solitude peut toucher n'importe qui, à tout moment. Dans une [*vidéo émouvante*](#), une femme voit ses relations se réduire avec le temps et l'âge, jusqu'à ce qu'une bénévole entre dans sa vie. Une partie d'échecs partagée et la promesse d'une amitié naissante transforment son quotidien et lui redonnent espoir.

« Avant, on parlait plus facilement avec les gens dans la rue. Aujourd'hui, c'est différent », confie Mme Ménard, évoquant un changement social qui amplifie l'isolement. « Chaque personne vieillit à sa manière. Il faut s'entraider pour bien vieillir et ne pas se laisser aller », ajoute Mme Trudel, soulignant l'importance de la solidarité.

Une série de photographies réalisées par Philippe Latour dévoile des portraits intimes de quatre personnes âgées, dont Mme Ménard et Mme Trudel, dans leur milieu de vie. Ces images empreintes d'authenticité capturent la vulnérabilité, mais aussi la résilience, des personnes touchées par la solitude.

Ces récits et portraits sont rassemblés dans un [*livret numérique gratuit*](#), qui donne un visage à une réalité souvent invisible.

Des chiffres qui interpellent

D'ici 2031, 25 % de la population québécoise aura 65 ans ou plus. Cette transition démographique renforce l'urgence d'agir dès aujourd'hui pour bâtir des communautés solidaires où chacun peut vieillir dans la dignité, entouré de personnes bienveillantes.



**Les
Petits
Frères** Pour un
grand âge
bien entouré

Mais la solitude ne fait pas de distinction : elle traverse toutes les générations. Selon Statistique Canada, 1 personne sur 10 au pays se sent toujours ou souvent seule. Les personnes âgées, cependant, sont particulièrement vulnérables en raison de la diminution progressive des liens sociaux et des activités quotidiennes.

Les Petits Frères : des solutions concrètes chaque jour

Depuis 1962, Les Petits Frères s'emploient à briser l'isolement des personnes âgées de 75 ans et plus. En 2024, grâce à l'engagement de 3 000 bénévoles, l'organisme a offert 200 000 heures de présence, permettant à 2 750 personnes âgées de bénéficier d'un accompagnement essentiel. Près de la moitié des nouvelles personnes accompagnées ont été référées par des travailleurs sociaux ou le réseau de la santé, soulignant le rôle crucial des Petits Frères dans le tissu social.

Les Petits Frères croient que le bien-être se construit dans la communauté, grâce aux réseaux d'entraide qui se tissent chaque jour. Rejoindre cette grande chaîne humaine, c'est créer des liens essentiels pour enrichir nos vies et celles des personnes du grand âge que nous soutenons.

Comment participer?

Alors que janvier, avec ses journées courtes et froides, amplifie les sentiments d'isolement, la Journée mondiale des Solitudes nous rappelle l'importance de tisser des liens humains.

La solitude ne touche pas seulement les personnes âgées : elle prive aussi les jeunes générations d'un riche héritage et de connexions humaines essentielles. En tissant des liens intergénérationnels, nous enrichissons nos vies tout en bâtissant des ponts entre les générations.

Les Petits Frères invitent toutes les générations à agir : **devenez bénévole** ou **faites un don** pour contribuer à diminuer la solitude et renforcer la solidarité dans votre société. Rendez-vous sur petitsfreres.ca/diminuons-la-solitude pour faire une différence.

- 30 -

À propos des Petits Frères

Depuis 1962, Les Petits Frères ont pour mission de briser l'isolement des personnes seules du grand âge en créant autour d'elles une famille engagée et fidèle. En action dans 12 régions du Québec, l'organisme est le seul à accompagner les personnes âgées jusqu'à la fin de leur vie, peu importe leur condition. Âgés en moyenne de 85 ans, ces « Grandes Amies » et « Grands Amis », comme les surnomment affectueusement les bénévoles, bénéficient d'un réseau de soutien pendant une moyenne de quatre ans, mais parfois jusqu'à plus de dix ans. La comédienne Marie-Thérèse Fortin est porte-parole des Petits Frères, et la comédienne Béatrice Picard en est marraine depuis 2007.



**Les
Petits
Frères**

Pour un
grand âge
bien entouré

Contacts médias

Justin Meloche
Directeur, relations médias, NATIONAL
Tél. : 514 995-9704
Courriel : jmeloche@national.ca

Porte-parole officielle, entrevue sur demande

- **Catherine Harel Bourdon**, présidente-directrice générale, Les Petits Frères

Livret, photos et vidéos disponibles

[Télécharger ici](#)

Crédits photo : Philippe Latour (photographe)