

## Les causes de l'isolement estival des seniors

La fermeture des commerces et services pendant l'été affectent significativement la vie quotidienne des seniors, leurs interactions sociales se voient considérablement diminuées durant cette période. De plus, en août, environ 40% des entreprises françaises ferment également leurs portes. **Cette période, marquée par le départ en vacances des proches et des voisins, prive les seniors de soutien social et familial, aggravant leur isolement.**

Enfin, la mobilité réduite des seniors, combinée aux fortes chaleurs estivales, pose des défis spécifiques. Les déplacements deviennent plus difficiles et fatigants, limitant encore davantage leur capacité à sortir de chez eux. **Par ailleurs, les températures élevées augmentent les risques de déshydratation, de coups de chaleur et bien d'autres problèmes de santé, rendant crucial le besoin d'une surveillance et d'une assistance accrues.**

## Conséquences de l'isolement sur la santé des seniors

Les effets sur la santé physique et mentale des seniors sont donc particulièrement préoccupants durant l'été. Les risques liés à la chaleur augmentent, et l'accès aux soins devient plus difficile. Malheureusement, les problèmes physiques ne sont pas les seuls. **L'isolement social est, par exemple, un facteur de santé important à prendre en compte. Des études montrent que s'il est lié à l'anxiété et à la dépression, il peut augmenter de 30% le risque de maladie cardiovasculaire.**

De plus, cette perte de liens et d'interactions humaines entraîne un sentiment d'abandon chez les seniors, exacerbé par l'absence des proches durant les vacances estivales. **Selon un rapport des Petits Frères des Pauvres, on estime qu'en 2023, 530 000 personnes âgées de plus de 60 ans vivaient en situation de mort sociale en France.** La mort sociale peut entraîner des dommages psychologiques. Mais alors comment faire pour éviter l'isolement social des seniors ?

## Assurer une proximité : les solutions pour rompre l'isolement

Des solutions se mettent en place, comme chez **Tunstall Vitaris qui soutient les seniors en leur offrant une présence et une assistance continues. Grâce à une équipe d'Anges Gardiens disponibles 24h/24 et 7j/7, les seniors peuvent bénéficier d'une aide immédiate et d'un soutien émotionnel.** Ces Anges Gardiens, rigoureusement sélectionnés et profondément engagés auprès des aînés, ont la capacité de déclencher une cellule psychologique pour aider, apaiser et reconforter en cas de besoin.

Senior-personnes âgées- isolement-vacances - banc

D'autres solutions existent aussi, **comme le service de téléassistance Proxi+.** En plus d'un service de téléassistance « classique », le service optionnel Proxi+ se distingue par sa mise en relation intergénérationnelle, **en associant les seniors à des étudiants sérieux et fiables, vivant à proximité.** Disponibles 7 jours sur 7, ces étudiants peuvent aider les seniors pour n'importe quel petit souci du quotidien. Il peut s'agir aussi bien d'une ampoule à changer, ou d'une aide administrative ou informatique, comme d'un simple moment de convivialité.

Enfin, l'offre lien social de **Tunstall Vitaris assure une présence régulière et reconfortante à travers deux appels par mois. Ces appels permettent aux seniors de maintenir un contact humain chaleureux et rassurant, directement à leur domicile, renforçant ainsi leur sentiment de connexion et d'appartenance à une communauté bienveillante.** Grâce à ces trois initiatives, Tunstall Vitaris contribue à améliorer la qualité de vie et le bien-être des seniors, en leur offrant soutien, assistance et compagnie.