

La solitude - un thème d'actualité pour les bibliothèques

Quelles sont les conséquences de la solitude ?

La solitude est un problème qui touche un très grand nombre de personnes. Ses effets sur la santé et l'économie sont comparables à ceux du tabagisme ou de l'obésité. Les personnes âgées, et en particulier les personnes très âgées, une partie de la population migrante ainsi que les groupes vulnérables et socialement défavorisés sont particulièrement impactés par celle-ci.¹

Mais la solitude n'est pas seulement un problème individuel : il est prouvé qu'elle peut entraîner une perte de confiance envers les autres et dans les institutions démocratiques.²
En tant que phénomène collectif, la solitude concerne donc la société dans son ensemble.

Les bibliothèques contre la solitude

Les bibliothèques sont depuis longtemps plus que de simples réservoirs de connaissance ou des lieux d'apprentissage silencieux ; elles assument de nombreuses autres tâches. Elles sont ancrées localement et fonctionnent comme des médiatrices d'information, de formation et de culture dans leur commune. Leur plus grand impact provient du fait qu'elles sont des lieux de rencontre concrets et réels : des espaces ouverts et vivants pour toutes les personnes sur place.

Quel rôle les bibliothèques peuvent-elles jouer dans un réseau de communautés, d'organisations sociales et de santé lorsqu'il s'agit de prendre des mesures contre la solitude ? Que peuvent-elles faire concrètement pour améliorer le quotidien des personnes fréquentant leurs locaux ?

Les bibliothèques apportent trois composants au réseau :

- Les espaces de la bibliothèque
- Le personnel de la bibliothèque
- Les programmes et événements organisés dans les bibliothèques

¹Source : [dépliant](#) de l'association "connect !", 15.08.2024. Avec son programme, "Connect !", elle s'engage pour une initiative coordonnée à l'échelle nationale visant à prévenir et à réduire la solitude et à promouvoir la cohésion sociale. La première phase du programme est centrée sur la solitude des personnes âgées. Le [site web de "connect !"](#) contient de nombreuses informations sur le sujet.

²Une étude portant sur les jeunes en Allemagne a conclu que les jeunes solitaires croient davantage aux récits de conspiration, sont plus enclins à approuver la violence politique et ont tendance à adopter des attitudes autoritaires. Source : www.progressives-zentrum.org/publication/extrem-einsam.

- **Les espaces de la bibliothèque :**

- Ce sont des lieux qui proposent une grande qualité d'accueil. Ils offrent des endroits où s'installer, des postes de travail, une connexion wifi.
- L'offre de médias est aussi une invitation à fouiller et à se laisser inspirer ou simplement distraire.
- Les bibliothèques ont souvent une localisation centrale. Elles sont bien ancrées et entretiennent un réseau de relations avec leur voisinage.
- Les bibliothèques sont ouvertes et animées pendant la journée. Elles sont considérées comme sûres.
- On peut les visiter sans engagement. Il n'est pas nécessaire d'être membre ou d'avoir une raison précise pour se rendre à la bibliothèque.
- Certaines bibliothèques sont même conçues spécifiquement en tant que tiers-lieu.
- Ce sont des lieux sans obligation de consommer. De nombreuses bibliothèques sont souvent les derniers espaces publics intérieurs qui subsistent dans leur commune.

Beaucoup de bibliothèques se sont transformées en des lieux de rencontre vivants, avec des zones plutôt bruyantes et d'autres plutôt silencieuses. Des voisins ou des connaissances peuvent s'y croiser par hasard, des inconnu·e·s ont de brèves interactions, un contact social s'établit, créant un sentiment d'appartenance.

Il ressort d'enquêtes récentes qu'aujourd'hui déjà, une partie des visiteuses et visiteurs ne fréquente pas uniquement la bibliothèque pour emprunter des médias. Dans le cadre d'une mesure d'impact actuelle dans le canton de Zurich, des personnes interrogées ont notamment déclaré qu'elles se rendaient à la bibliothèque pour se sentir moins seules.

Certaines bibliothèques créent délibérément des possibilités facilitant les interactions, par exemple en proposant les activités suivantes :

- Canapé bavard : un canapé qui peut accueillir deux personnes. Avec un panneau qui signale : Ici on peut parler ! Prenez place !
- Jeu d'échecs géants : un grand échiquier peint sur le sol avec les pièces pour jouer. Des chaises sont disposées tout autour, pour les joueuses et joueurs et leur public.

- **Le personnel de la bibliothèque :**

- Dans de nombreuses bibliothèques, l'idée selon laquelle les personnes sont au centre de la bibliothèque - et non les médias - s'est imposée.
- Les collaboratrices et collaborateurs des bibliothèques se considèrent de plus en plus comme des personnes-ressources et prêtes à aider.

- **Les programmes et les événements organisés dans les bibliothèques :**

- Participation bénévole : de nombreuses bibliothèques proposent des programmes de bénévolat. Cela permet aux personnes intéressées de s'impliquer activement dans la bibliothèque avec leurs compétences (ou simplement avec leur temps), par exemple en animant des rencontres linguistiques pour les personnes qui souhaitent améliorer leur français ou en tant que coach de lecture qui entraînent régulièrement les écolières et écoliers.
- La bibliothèque comme troisième lieu : organiser ses propres activités dans la bibliothèque, par exemple comme lieu de rencontre du club des aîné·e·s.
- Initiatives contre le "fossé numérique" : transmission de compétences en matière d'applications numériques par le personnel des bibliothèques ou par des jeunes.
- Lire ou raconter des histoires ensemble : cercles de lecture, café-récits, "Shared reading", bibliothèque vivante (Living Library), etc.
- La bibliothèque comme lieu de rencontre : par exemple, amical 60+, travaux manuels, jeux, puzzles, etc.
- Mise à disposition de boîtes de médias sur des thèmes spécifiques ou pour des groupes cibles particuliers, par exemple pour les EMS, hôpitaux, etc.

La lutte contre la solitude comme thème en bibliothèque

La lutte contre la solitude gagne en importance dans nos sociétés. Elle est de plus en plus reconnue comme une tâche à prendre en compte dans les concepts stratégiques des villes et des communes. Pour les bibliothèques, ce thème offre une bonne opportunité pour se mettre en réseau avec leurs organismes responsables et apporter activement des solutions. Elles peuvent ainsi renforcer leur rôle social et rendre visible la pertinence de leur travail.

Liens complémentaires sur le sujet

Ces dernières années, le thème de la solitude a fait l'objet d'une attention accrue au niveau politique dans différents pays. Les bibliothèques et leurs programmes sont de plus en plus au centre de l'attention. Les sources suivantes donnent un aperçu du potentiel des bibliothèques pour lutter contre la solitude, tant sur le plan théorique que pratique :

- [Loneliness and isolation - Libraries Unlimited](#) (UK, 02/2025)
- [Cutting Through Loneliness : How Library Collage Workshops Build Community and Fight Isolation](#) (États-Unis, 09/2024)
- [Hungry for Connection : Addressing Loneliness Through the Library](#) (États-Unis, 02/2024)
- [How Libraries Address the Loneliness Epidemic](#) (États-Unis, 04/2021)
- [Comment les bibliothèques aident à lutter contre la solitude | Arts Council England](#) (UK, 06/2019)