



CATLID

Cultural Ambassadors
Target Loneliness through
Intercultural Dialogue

H

A

N

D

B

O

O

K



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

1

INTRODUCTION

2

MODULES.RÉSUMÉ

3

CONTENUS FORMATION

4

VIDÉOS

5

IMPACT DE LA SOLITUDE

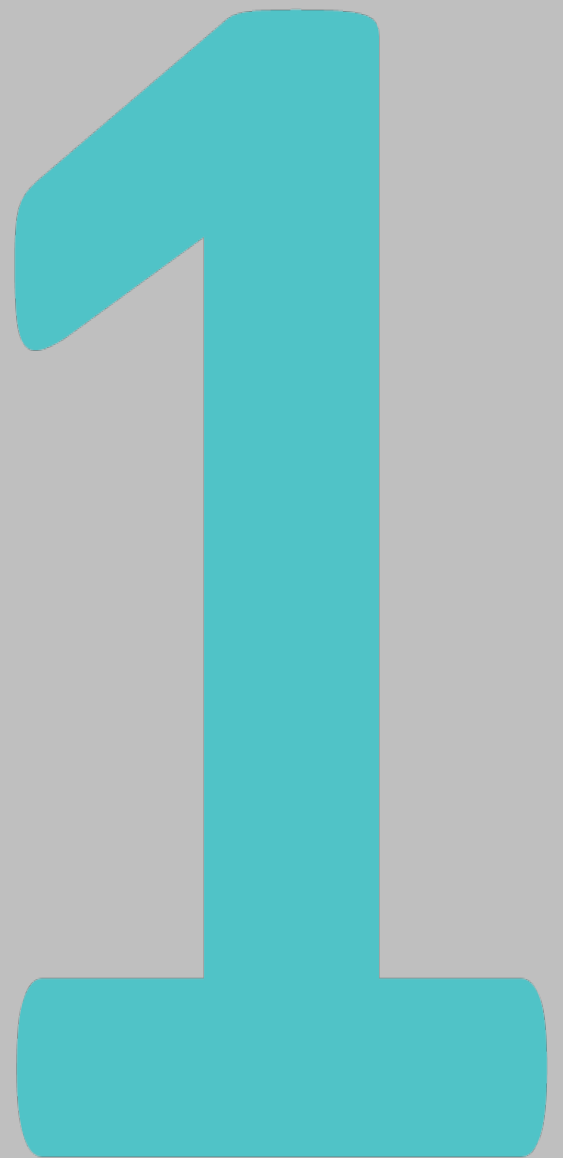
6

AUTRES LECTURES

INTRODUCTION

Le projet a été conçu pour apporter une contribution significative au dialogue interculturel et à la lutte contre la solitude, deux thèmes identifiés par la Commission européenne, les gouvernements des États membres et les agences engagées dans la planification stratégique locale et régionale comme des problèmes sociaux importants à traiter.

Chacun des six partenaires formera et habilitera huit migrants à devenir des éducateurs communautaires qui seront une ressource pour le dialogue interculturel. Au cours du projet, les étudiants ont acquis des compétences en matière de présentation, une conscience culturelle accrue, des aptitudes en matière d'employabilité, une confiance renforcée et des compétences en matière de communication. En outre, l'impact aidera les entreprises à intégrer la diversité et à mieux comprendre leurs clients. Il aidera le secteur public et les ONG à mieux appréhender le contexte et à planifier les besoins des citoyens locaux, tout en étant des citoyens actifs et des ressources pour les initiatives de cohésion communautaire. Les éducateurs communautaires seront également une ressource pour aider les personnes confrontées à la solitude et favoriser des situations de soutien et de bénéfices mutuels.



Dans le cadre du projet CATLID, nous mettrons en oeuvre les étapes suivantes :



Développer une formation pour doter les migrants et les réfugiés des compétences nécessaires pour devenir des éducateurs communautaires et partager leur bagage culturel.



Tester la formation avec huit migrants/réfugiés, organiser des ateliers de dialogue interculturel afin d'engager et de partager leur contexte culturel, puis engager et partager avec les entreprises, le secteur public et les ONG.



Organiser des ateliers de dialogue interculturel (fêtes du savoir) pour les migrants/réfugiés afin de les partager avec des personnes confrontées à la solitude et faciliter un engagement durable afin de donner à chacun la possibilité d'élargir son réseau de soutien/de contact.



Groupes de connaissances pour créer des liens de camaraderie entre les participants aux cours et les personnes confrontées à la solitude afin de réduire leur sentiment d'isolement respectif



Produire une série de vidéos sur les meilleures pratiques afin de promouvoir la méthodologie du projet et sa contribution au dialogue interculturel.



Produire et publier un manuel pour aborder la solitude de manière créative par le biais du dialogue interculturel, qui peut être utilisé comme une ressource pour développer de nouvelles idées et approches de l'engagement créatif.

MODULES. RÉSUMÉ

Les partenaires ont développé et conçu un parcours de formation qui permettra aux participants d'acquérir les compétences et la confiance nécessaires pour s'engager dans le dialogue interculturel en tant qu'éducateurs communautaires dans le but de partager leur culture avec des publics issus de diverses parties prenantes locales. L'objectif de la formation est de créer un support qui permette aux migrants/réfugiés de partager leur culture, de prendre confiance en eux pour s'engager, se rencontrer, se présenter aux autres et d'être une ressource pour contribuer à réduire la solitude dans la communauté locale. Le résultat sera de susciter l'intérêt pour le dialogue interculturel, la cohésion communautaire et d'y apporter une contribution importante. La combinaison de ces différents aspects dans cette formation offrira un moyen innovant d'élargir l'intérêt pour l'histoire locale et le patrimoine culturel.



MODULE 1

Qu'est-ce qu'un éducateur communautaire ?



Introduction au module

Ce module a pour objectif de présenter aux participants le contenu de la formation couvert par les quatre modules suivants et de définir le rôle de l'éducateur communautaire.

Dans la première partie, l'accent est mis sur la définition de ce qu'est une communauté et de ce qu'est le travail d'éducation communautaire en général. Ensuite, elle explique le rôle et la fonction d'un Éducateur Communautaire et les aptitudes et compétences requises pour interagir dans ce rôle. Une activité porte sur la motivation personnelle des participants. L'argument de la solitude et les stratégies possibles pour la surmonter font également partie de ce module. Il offre aux participants un aperçu de ce qui les aborderons lors des prochains modules.

Points essentiels du module



Le module donne aux participants un aperçu du contenu de la formation et sert d'introduction à celle-ci.



Le module couvre une introduction générale aux concepts de communauté, de travail d'éducation communautaire et de solitude et définit le rôle d'un éducateur communautaire.



Il définit les aptitudes et compétences requises que les participants doivent avoir pour interagir dans ce rôle.



Les participants doivent être en mesure de réfléchir au travail d'éducateur culturel et de développer des approches personnelles pour interagir dans ce rôle.

Résumé

L'objectif principal est de présenter aux participants tous les concepts théoriques et de les familiariser avec le rôle d'éducateur communautaire. En outre, il doit également leur permettre de se familiariser avec eux-mêmes afin qu'ils se connaissent et puissent développer un esprit d'équipe.

Le module est conçu selon un ordre logique, en commençant par des activités permettant de mieux connaître les participants, en réfléchissant ensuite sur les différentes communautés, puis sur le rôle d'éducateur communautaire et la motivation personnelle de chacun. La méthodologie et la structure du module visent à se concentrer à la fois sur le participant individuel dans le but de l'amener à réfléchir sur son rôle dans la communauté et sur l'échange avec les autres participants et leurs différentes communautés.

ACTIVITÉS



Activité 1



L'objectif principal est de présenter les participants les uns aux autres par le biais d'un exercice réalisé en ligne ou hors ligne. Le triangle des similitudes devrait aider les personnes à en savoir plus les unes sur les autres et à mieux se connaître.

Activité 3



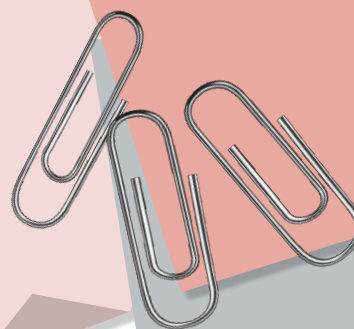
L'objectif est de créer des cartes communautaires. Les participants réfléchissent à leur communauté, à ce qui la rend spéciale, aux endroits de la ville où l'on peut trouver des choses en lien avec leur communauté, etc. Cette activité, leur permet de prendre davantage conscience de leur propre communauté, mais aussi des autres par le biais de présentations. Comme la solitude et la façon de la combattre est l'un des principaux thèmes du projet, nous avons également inclus dans cette activité une courte présentation de ce que la solitude peut signifier et de ce qu'elle désigne en Europe.

Activité 2



Chaque participant doit montrer son trousseau de clés aux autres et leur fournir plus d'informations sur lui-même, mais aussi des indications générales sur sa communauté (peut-être en rapport avec un quartier, un magasin ou un lieu spécifique).

Après cette première partie consacrée à l'apprentissage de la connaissance mutuelle, la partie suivante du module se concentre sur la communauté/les mensonges. Avant de pouvoir interagir en tant qu'éducateurs communautaires, les personnes doivent avoir la possibilité de réfléchir à leur propre communauté. En présentant les résultats de divers travaux de groupe et individuels, les participants ont également une première idée de ce que signifie le dialogue interculturel.



ACTIVITÉS

Activité 4



Cette activité permet aux participants de réfléchir à la façon dont ils peuvent aider et agir en tant qu'éducateur communautaire. La première partie aborde le sujet en présentant le concept théorique de l'éducation communautaire. Dans la deuxième partie, les personnes réfléchissent à la manière dont elles pourraient personnellement interagir en tant qu'éducateur communautaire. Les idées recueillies peuvent être utilisées dans de futurs modules. En conclusion, le groupe doit essayer de trouver sa propre définition de l'éducateur communautaire.

Activité 5



La tâche principale de l'activité 5 est la création d'une carte mentale rassemblant l'ensemble des contributions des participants. Elle a pour fonction de leur donner une vue d'ensemble des effets positifs que leur fonction d'éducateur communautaire pourrait avoir sur eux-mêmes et sur la communauté dans son ensemble

Activité 6



Cette activité vise à se projeter sur les possibles étapes suivantes suite à la formation d'ambassadeur culturel.

MODULE 2

Introduction à la culture. Comment partager ma culture ?

Introduction au module

Ce module porte sur l'identification de la culture, la création d'une carte culturelle personnelle et l'exploration des compétences de chaque apprenant dans le cadre de la carte culturelle personnelle. Des initiatives visant à renforcer la confiance en soi seront intégrées tout au long du module.

Dans ce module, l'accent est mis sur une introduction théorique de la culture et sur sa mise en relation avec les techniques visant à vaincre la solitude. Il fournira une discussion approfondie sur les définitions existantes de la culture. Le terme sera ensuite décomposé et théorisé en culture externe et culture interne. Enfin, nous



aborderons brièvement la communication interculturelle et sa pertinence pour la solitude.

Une connaissance des aspects objectifs externes et internes d'une culture peut favoriser une meilleure compréhension et réduire les malentendus lors de rencontres interculturelles. Les connaissances abordées dans cette partie théorique seront ensuite transférées dans des activités pratiques dans la deuxième partie.

Points essentiels du module

1

Le module contient des ressources permettant d'identifier les différentes composantes de la culture

2

Le module permet d'explorer les différents éléments entre la culture collective d'une société et la culture individuelle.

3

Le module encourage la confiance en soi

4

Offre la possibilité d'explorer l'ouverture à la différence culturelle, aux croyances des autres, aux visions du monde et à l'auto-efficacité

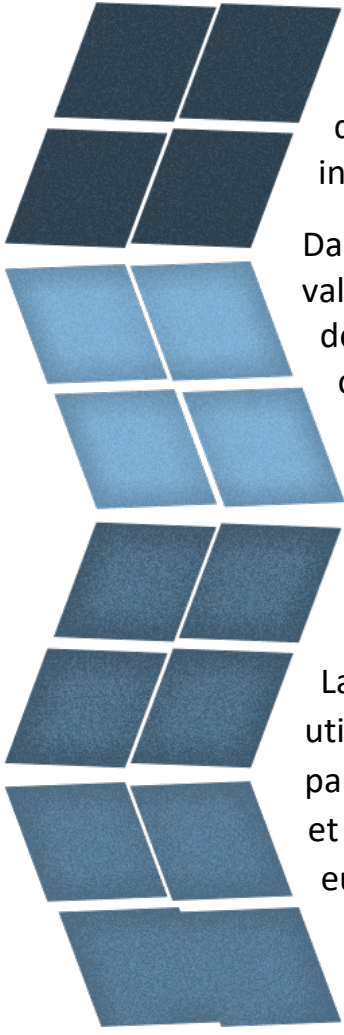
5

Offre une vue d'ensemble de la culture pour se concentrer sur les initiatives et les activités visant à améliorer les rencontres interculturelles

6

Aider les apprenants à prendre confiance dans leurs compétences en communication, leur esprit critique et leur capacité à s'exprimer en public.

Résumé



L'objectif principal est une introduction générale et des définitions sur la culture en tant que sujet, les facteurs externes et internes.

Dans ce cas, la culture est définie comme un ensemble d'attitudes, de valeurs, de croyances et de comportements partagés par un groupe de personnes. La culture peut être identifiée comme des comportements acquis par l'éducation et l'environnement d'un individu. L'enseignement, les activités habituelles, les comportements partagés, les croyances et le symbolisme les renforcent. Qu'est-ce que la communication interculturelle et quel rôle joue-t-elle dans la lutte contre la solitude ?

La méthodologie autobiographique de la narration sera également utilisée tout au long de ce module. L'objectif est de permettre aux participants de réfléchir à leurs souvenirs, à leurs expériences de vie et d'écrire sur les personnes et les événements qui ont compté pour eux. Cette méthode permet d'établir un lien émotionnel, qui résonne et ne se limite pas à décrire les faits de l'histoire de votre vie. Les théories sur la confiance en soi et sur la manière de la renforcer sont nombreuses. L'auto-efficacité et la motivation, les réactions émotionnelles et les comportements font partie des éléments qui permettent de commencer à comprendre comment construire la confiance en soi.

ACTIVITÉS



1

Cette activité fonctionne comme une activité de dessin. Dans cette activité, les participants devront dessiner rapidement le drapeau de leur pays (1 minute). Utilisez des notes autocollantes. Ils devront ensuite présenter leur pays et son drapeau (couleurs, représentation, faits intéressants).

L'activité des indices culturels : Sur cinq feuilles de papier ou post-it, les participants sont invités à écrire cinq indices sur leur culture. Ces informations sont ensuite distribuées au hasard parmi les participants qui tenteront d'identifier la culture. Cette activité entraînera une discussion sur la culture extérieure : des informations supplémentaires sur la manière dont elle peut être étudiée en histoire, en géographie, en sciences politiques et dans les arts seront distribuées aux participants qui tenteront d'identifier la culture à partir de ces indices.

2

3

Créer un tableau/une présentation de la culture en utilisant des mots, des images, des clips vidéo, des couleurs. Les participants peuvent utiliser Word ou un autre logiciel de présentation sur téléphone portable, tablette ou ordinateur. Ils doivent être encouragés à ajouter des exemples personnels de leurs propres souvenirs de ce que leur culture représente pour eux. Ce sera une bonne occasion d'examiner si la solitude est un facteur dans leur culture

Cette activité a pour but de montrer tous les éléments de la communication verbale et non verbale et comment il est important d'écouter avec les quatre sens. Elle souligne l'importance d'écouter avec ses oreilles, son cœur, ses yeux et son esprit.

4

5

Basé sur l'auto-réflexion, les participants répondent d'abord aux questions par eux-mêmes pour encourager le processus d'auto-réflexion, puis discutent en groupes. Ils peuvent réfléchir et prendre des notes sur les perspectives intéressantes qu'ils découvrent au cours des discussions.

Cette activité utilise une méthode autobiographique pour personnaliser sa culture et la rendre plus réelle aux yeux du public. Au cours de cette activité, les participants dessinent la chronologie de leur propre histoire personnelle avec les principaux événements de leur vie, et ajoutent à la chronologie des souvenirs clés liés à la culture, la naissance, les moments culturels clés, le premier emploi, le mariage, les enfants, etc..

6

MODULE 3

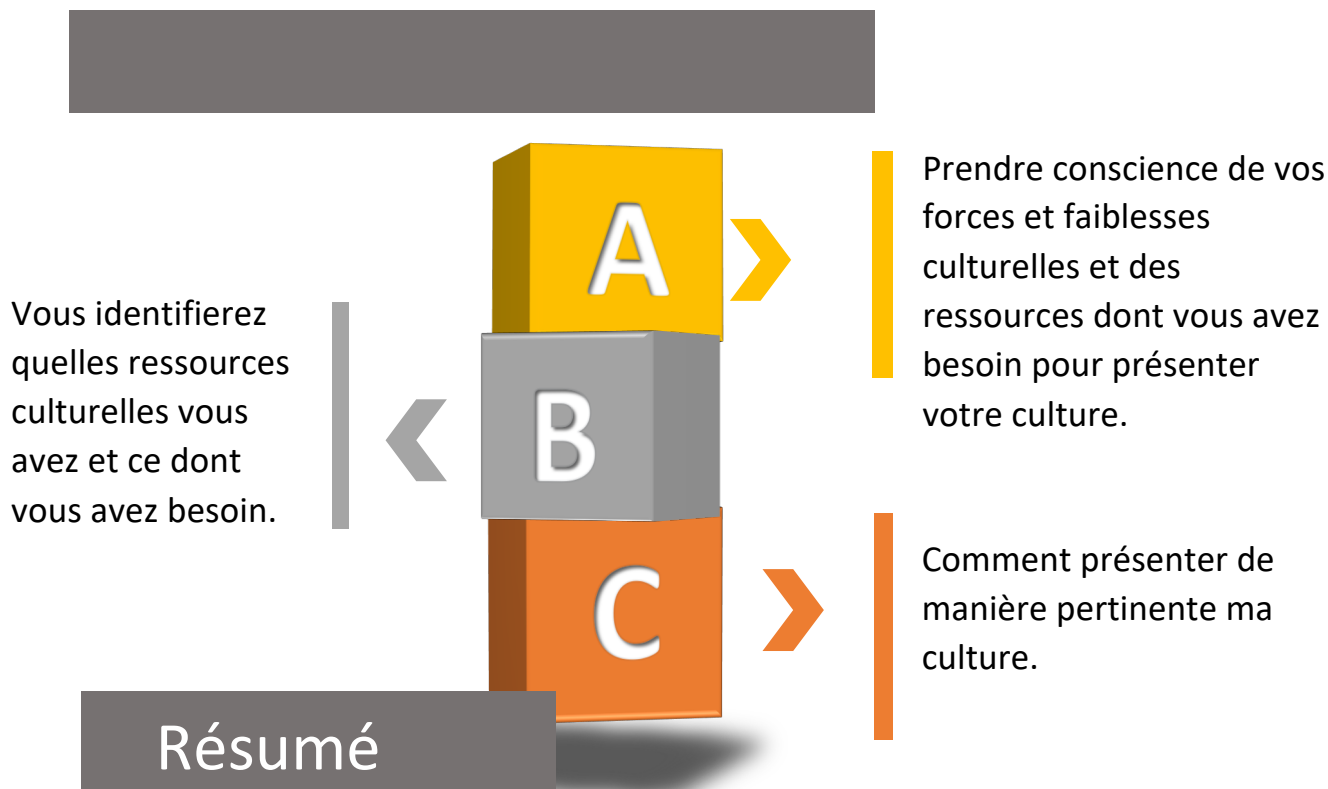
Comment présenter ma culture ?

Introduction au module



A travers ce module, nous apprendrons à formuler une présentation, ce que nous allons faire et comment nous allons le faire. Les migrants qui voyagent en suivant la tendance naturelle de l'homme à se déplacer ne doivent pas être considérés comme une menace, mais comme une personne qui peut enrichir notre propre identité de manière très précieuse. La nourriture, la musique, les mots et l'art transcendent les frontières et constituent une base solide qui lie les gens et les cultures. L'utilisation de ces ressources culturelles est un outil pour établir des relations entre différentes cultures, pour établir et

promouvoir le dialogue entre différentes cultures et devenir un exercice qui facilite l'inclusion à travers cette diversité culturelle.



L'un des points importants est **de déterminer les ressources dont vous avez besoin** et pour cela il est indispensable de réaliser un exercice de connaissance de soi.

- 🕒 notre savoir-faire
- 🕒 notre formation et nos connaissances
- 🕒 la capacité de création et d'innovation que nous pouvons apporter
- 🕒 nos forces et nos faiblesses

La préparation d'une présentation culturelle nécessite l'utilisation d'un certain nombre de techniques. Un outil simple pour notre processus d'auto-évaluation est une analyse interne de nos forces et de nos faiblesses. Vous pouvez écrire dans une liste vos points forts,



par exemple quelles ressources culturelles vous connaissez le mieux (musique, nourriture, religion etc.) et d'autre part vous pouvez faire une liste des points faibles, par exemple si vous n'avez pas beaucoup de connaissances ou d'expérience en matière de création de présentations numériques. L'une des premières mesures à prendre avant même de commencer à préparer votre discours est de connaître le type de public auquel vous serez confronté.

La planification préalable d'une présentation culturelle est essentielle. Voici quelques-uns des points à préparer.

- Planning
- Structure
- Design
- Exposition

Ressources que vous pouvez utiliser pour préparer vos présentations :

- ➔ Créativité. Utilisez votre créativité pour créer une présentation dynamique et originale.
- ➔ Raconter des histoires. L'utilisation d'histoires dans une présentation est pertinente.
- ➔ La technique des questions. Poser des questions pour impliquer votre public.
- ➔ Vidéos. Bien que parler de vidéos puisse sembler exactement la même chose que de parler de films, il existe pour moi une différence subtile. Il existe des vidéos qui ne sont pas des films. Il peut s'agir de publicités, d'enregistrements personnels, de tutoriels, de documentaires, etc.
- ➔ Histoires. Le grand avantage des histoires est qu'elles sont conçues pour être expliquées aux enfants. Cela signifie qu'elles sont directes, courtes et faciles à comprendre.
- ➔ Musique, vous pouvez utiliser de la musique à certains moments de votre discours pour renforcer les idées que vous voulez transmettre.
- ➔ Démonstrations. Il est parfois plus efficace de faire une démonstration en direct que de parler pour expliquer les choses.
- ➔ Inviter une personne. Vous pouvez inviter quelqu'un qui peut intervenir à tout moment avec vous lors de votre présentation.

- ➔ Connexion en direct. Une présentation ne doit pas nécessairement se limiter à la salle et aux personnes qui s'y trouvent. Une ressource que vous pouvez utiliser est la connexion en direct avec une personne qui peut compléter votre discours depuis n'importe quel coin du monde.

Ce module, vous permettra de comprendre les étapes à mettre en œuvre pour réaliser une bonne présentation et de la planifier afin de déterminer ce que vous voulez faire et comment vous voulez le faire (quelles ressources culturelles vous allez présenter, quelles idées vous voulez transmettre, comment vous allez le faire).

MODULE 4






Les compétences de présentation

Introduction au module



Ce module a pour but de permettre aux participants de partager leur culture d'une manière inspirante et engageante. Certaines théories et techniques seront présentées, mais l'idée est de rendre le module aussi interactif que possible, en offrant aux participants la possibilité de mettre en pratique les compétences acquises (notamment en donnant et en recevant un feedback de leurs pairs). En fournissant aux participants les connaissances de base sur les techniques de présentation engageantes, nous aimerions améliorer leur confiance en eux, ce qui les aidera ensuite à entrer plus facilement en contact avec les communautés locales. Grâce à ce module, nous souhaitons également présenter aux participants le concept de "fêtes du savoir".

Points essentiels du module

-  Développer les compétences de présentation des participants
-  Etre en mesure de présenter avec confiance et authenticité
-  Savoir comment capter et maintenir l'attention de l'auditoire
-  Faire participer l'auditoire en utilisant différents outils/méthodes/techniques.
-  Se sentir à l'aise lors de présentations devant un public

Résumé

Ce module est une suite logique du module 3 "Comment présenter ma culture" dans lequel les participants se concentrent sur la phase de préparation d'une présentation. Certains sujets tels que la narration d'histoires, mentionnés précédemment dans le module 3, sont approfondis et mis en pratique.

Les principaux sujets abordés dans ce module sont les suivants :

La gestion du stress

Dans cette partie, nous aborderons les réactions corporelles face au stress. Les participants apprendront quelques techniques et astuces pour gérer le stress lié à la prise de parole en public.

Le langage corporel

Dans cette partie de l'atelier, nous nous concentrerons sur l'importance du langage corporel pour une présentation et une communication efficace et attrayante (première impression, pose, mouvement, gestes, ton de la voix etc.)

☑ Etablir une relation avec le public :

Les participants se familiariseront avec certaines techniques permettant de capter l'attention de l'auditoire et de maintenir l'engagement. Ils découvriront les avantages de l'utilisation d'histoires et du partage d'expériences personnelles et discuteront des éléments/règles qui font qu'une histoire est percutante.

☑ Fête du savoir

Le concept général de "Knowledge Party" est partagé avec les participants dans ce module : Knowledge Party - le format de l'événement se concentre sur la narration tout en partageant des connaissances et de l'inspiration.

Dans le cadre de ce module, nous souhaitons développer les compétences des participants en matière de présentation et d'engagement, afin de les aider à agir en tant qu'ambassadeurs culturels, tant dans les relations en face à face que dans un environnement virtuel.

MODULE 5

Prochaine étape en tant qu'Éducateur Communautaire

Introduction au module

Être un Éducateur Communautaire signifie que vous souhaitez partager vos connaissances, votre expérience et votre culture avec les communautés, les entreprises et le secteur public. Vous pouvez être une personne, de tout pays, de tout milieu, qui souhaite contribuer à une meilleure compréhension des avantages de la diversité et, dans ce cadre, sensibiliser à la solitude de nombreux migrants/réfugiés qui, dans de nombreux cas, peut être

facilement

évitée. Au cours

des quatre

autres modules,

nous vous avons

donné les outils

pour vous aider

à aborder,

partager et

présenter. Dans

ce module, nous

voulons vous



donner les connaissances de base sur la façon dont vous allez utiliser ces compétences pour être en mesure de faire valoir votre contribution. Le contenu et les cours vous aideront à renforcer vos compétences pour vous adresser à des entreprises, au secteur public ou à des ONG, en sachant comment vendre vos services, comment les présenter et comment les facturer. Vous serez initié aux connaissances théoriques sur les modèles d'entreprise et les méthodes que nous avons choisis et à leur utilisation pratique. Toujours en relation avec le thème de la sensibilisation culturelle et du soutien aux personnes confrontées à la solitude.

Points essentiels du module



Les participants auront une idée de la façon dont un éducateur communautaire pourrait gagner sa vie.



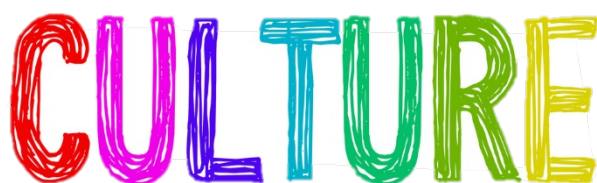
Les participants exploreront différents outils et modèles d'entreprises et d'organisations qui peuvent être adaptés au rôle d'Éducateur Communautaire. Sensibiliser les entreprises, le secteur public et les ONG à la culture en soutenant les personnes confrontées à la solitude.



Les participants apprendront comment transformer leurs connaissances en un service qui pourrait être vendu aux entreprises, aux ONG et au secteur public

Résumé

Afin de créer une plateforme durable pour devenir un Éducateur Communautaire qui s'attaque aux problèmes de solitude, vous devez être capable de planifier et de décrire votre organisation commerciale.



L'expérience des entrepreneurs sociaux et culturels montre que les outils du livre "Business Model

Generation" d'Alexander Osterwalder, Alan Smith fonctionnent très bien quel d'entreprise.

Yves Pigneur, que soit le type

Un modèle d'entreprise décrit la façon organisation crée, fournit et recueille de la contextes économiques, sociaux, culturels

dont une valeur dans des ou autres.



Ce module utilisera l'outil en théorie et en pratique, le terme modèle d'entreprise est utilisé pour un large éventail de descriptions informelles et formelles pour représenter les aspects fondamentaux d'une entreprise, y compris l'objectif, le processus commercial, les clients cibles, les offres, les stratégies, l'infrastructure, les structures organisationnelles, l'approvisionnement, les pratiques commerciales, et les processus et politiques opérationnels, y compris la culture.

Ce module comprendra des informations générales sur l'intérêt de suivre les modèles d'entreprise, et plus particulièrement sur le Business Model Canvas et le NABC.



Un business plan est un document écrit formel contenant les objectifs de l'entreprise, les méthodes permettant d'atteindre ces objectifs et le délai dans lequel ces objectifs doivent être réalisés. Il décrit également la nature de l'entreprise, les informations de base sur l'organisation, les projections financières et les stratégies qu'elle entend mettre en œuvre pour atteindre les objectifs fixés. Dans son intégralité, ce document sert de feuille de route qui donne une orientation à l'entreprise. "Définition du business plan - Encyclopédie des petites entreprises Entrepreneur". Entrepreneur. Consulté le 2018-10-29.

Le Business Model Canvas est un modèle de gestion stratégique et de démarrage allégé permettant de développer de nouveaux modèles d'entreprise ou de documenter les modèles existants. Il s'agit d'un tableau visuel comportant des éléments décrivant la proposition de valeur, l'infrastructure, les clients et les finances d'une entreprise ou d'un produit -

Barquet, Ana Paula B., et al. "Business model elements for product-service system". Functional Thinking for Value Creation. Springer Berlin Heidelberg, 2011. 332-337

La méthode NABC a été développée à l'origine aux Etats-Unis par le Stanford Research Institute pour le monde des affaires mais a ensuite été adaptée à plusieurs autres secteurs. La méthode a été pensée afin d'acquérir une approche plus systématique de la compréhension des propositions de valeur. Les créateurs de la méthode NABC ont estimé qu'un grand nombre de bonnes idées sont parfois perdues parce que les entrepreneurs sont souvent des spécialistes profondément impliqués dans leur domaine d'intérêt qui ont parfois du mal à l'expliquer simplement.

Activité 1

Comment utiliser le Business Model Canvas dans mon rôle d'Éducateur Communautaire. Introduction au business model canvas et comment ce modèle peut être adapté aux Éducateurs Communautaires (inspiration ,pratique / exemples de réussite).

Activité 2

Le but est de développer vos compétences en matière de présentation d'une idée. NABC signifie Need (besoin), Approach (approche), Benefit (avantage) et Competition (concurrence). Ce sont les quatre éléments sur lesquels vous, en tant que participant, allez baser votre présentation. L'objectif est de s'entraîner à capter l'attention d'un public.

Activité 3

Les élèves se familiariseront sur la tarification, la valeur qu'ils pourraient créer pour le client potentiel, le prix de leurs services et la manière d'établir une estimation simple des revenus et des coûts.

Activité 4

Histoires inspirantes de communautés et/ou d'entreprises. Présenter les raisons pour lesquelles le fait de voir des exemples de réussites d'autres organisations ou communautés pourrait aider le participant à se sentir inspiré et à voir de nouvelles possibilités.

FORMATION

pour devenir un

Éducateur

Communautaire

Les partenaires ont recruté 8 participants pour la formation, qui sont issus de 4 ou + pays différents / milieux culturels.

La formation a été conduite par les partenaires et des intervenants extérieurs ont apporté leur expertise spécifique. La méthodologie consistera à apprendre par la pratique lorsqu'il s'agira de développer les compétences et la confiance sur la façon de partager et de présenter les connaissances culturelles et s'appuiera sur les forces de chaque participant.

La formation comporte 5 modules (20 à 25 heures) avec des travaux pratiques supplémentaires pour créer des kits de partage culturel. La dernière session comprendra une mini-présentation par chaque participant, avec les commentaires des autres apprenants.





Formation en Espagne



PARTNER: GROWTH COOP



DATE : 23, 24 et 25 Jun 2021 - Diputación de Granada

Participants



Musa Jawo and Basirou Diallo de Gambie.

Albert Serges du Cameroun

Seriba Ivann Diarra de Côte d'Ivoire,

Moussa Drame du Mali et Saïd Ghazi,

Ismail ed Bradhi et Fouad Adoch du Maroc.

Javier Morales de GrowthCoop était chargé de dispenser la formation pendant les trois jours qui ont eu lieu.

Le dernier jour, les participants ont également eu l'occasion d'écouter les présentations de Javier Cano et Javier Ojeda de la Fondation Don Bosco.

Les participants ont reçu un kit CATLID avec un dossier, des feuilles et un stylo pour qu'ils prennent des notes et qu'ils soient en mesure de reprendre ces notes chez eux.



Ce qu'ils ont appris



Au cours de ces journées, plusieurs ateliers ont été développés autour du contenu de formation qui a été créé pendant le projet CATLID, avec un accent particulier sur les exercices d'intégration et la solitude de l'immigrant. La formation a démontré qu'elle permettait aux migrants/réfugiés de faire partager leur culture, d'avoir confiance en eux pour s'engager, se rencontrer, se présenter aux autres et d'être une ressource pour contribuer à réduire la solitude dans la communauté locale. La formation a suscité de l'intérêt pour le dialogue interculturel et la cohésion de la

communauté ici à Grenade et y a apporté une contribution importante. Durant ces trois jours, nous avons eu l'occasion de parcourir tous les modules créés dans le cadre de la formation :

➔ 1er JOUR:

- Module 1: Introduction à la culture et au partage culturel
- Module 2: Comment partager ma culture

➔ 2ème JOUR:

- Module 3: Comment présenter ma culture
- Module 4: Techniques de présentation pour captiver un public

➔ 3ème JOUR:

- Module 5: Prochaines étapes en tant qu'Éducateur Communautaire.

En respectant la répartition des modules par jour, GrowthCoop a sélectionné plusieurs dynamiques incluses dans la formation pour le développement des modules.

Ils ont appris comment l'identification de la culture peut être un outil d'intégration et d'inclusion, la création d'une carte culturelle personnelle et l'exploration des compétences de chaque apprenant dans le cadre de la carte culturelle personnelle avec des activités visant principalement à renforcer la confiance des apprenants.

Retours des participants









Afin de connaître la satisfaction générale des participants et de savoir si leurs attentes ont été satisfaites, GrowthCoop a lancé une enquête auprès des huit participants. La formation a été très appréciée par les personnes, dont la plupart ont demandé à GrowthCoop de participer à de futures sessions ou à d'autres cours similaires afin d'élargir non seulement leurs connaissances mais aussi d'aider d'autres personnes qui pourraient se trouver dans la même situation qu'eux à un autre moment de leur vie.



Conclusion



La conclusion de ces journées de formation est la grande implication des participants, l'intérêt manifesté pour apprendre à travers chacun des modules et les activités réalisées. Voici quelques-unes des conclusions à souligner

-  ils seront en mesure d'appliquer les connaissances acquises à l'avenir.
-  La formation a répondu aux attentes de tous les participants.
-  Les participants ont été informés dès le départ des objectifs à atteindre au cours de la formation.
-  La qualité de la mise en œuvre de la formation était bonne.
-  Les participants ont pu participer ouvertement pendant la formation et ont même eu besoin de plus de temps pour exprimer tout ce qu'ils souhaitaient.
-  La formation a été appréciée par les huit participants.

Formation en Suède

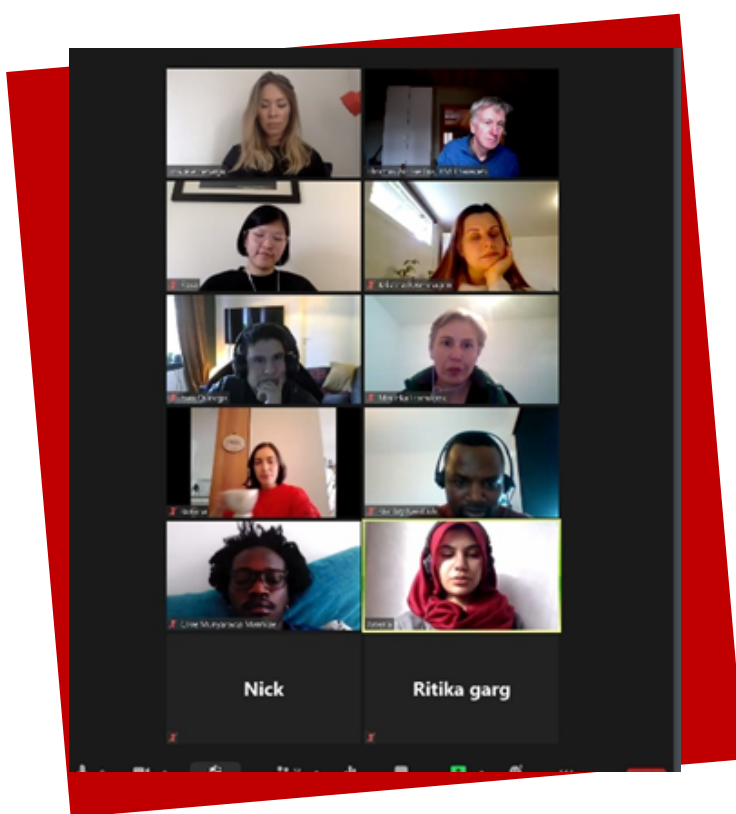


PARTNER: CSES – Center for Social Entrepreneurship



DATE : 15-19 mars 2021

Participants



Dans ce groupe de formation, les participants venaient de Suède, d'Afghanistan, de Roumanie, de Croatie, de Russie, du Bangladesh, du Zimbabwe, du Cameroun et de Mongolie. Au total, 10 participants, âgés de 25 à 45 ans, 60% de femmes et 40% d'hommes.

Afin d'atteindre le groupe cible et d'obtenir un groupe aussi

diversifié que possible, nous avons contacté une organisation travaillant avec les immigrants et les minorités. Avec leur aide, nous avons pu faire connaître la formation et toucher les bonnes personnes. Nous avons reçu 12 candidatures au total et avons ensuite sélectionné 10 participants, sur la base du sexe, de la nationalité et de l'âge des candidats.

Ce qu'ils ont appris

Le contenu de la formation était basé sur les cinq modules que nous avons créés en tant que partenaires du projet. Parmi les différents modules, nous avons choisi une ou deux activités. Après le cours, tous les participants devaient envoyer une vidéo avec une présentation d'eux-mêmes et du projet sur lequel ils avaient travaillé pendant la semaine.

Retours des participants

Nous avons reçu des commentaires très positifs de la part de tous les participants ; le groupe a appris à se connaître, même si nous avons réalisé cela à distance. Nous avons consacré beaucoup d'efforts et de temps pour qu'ils se connaissent au début, ce qui les a mis à l'aise. Le groupe a très bien collaboré et a exprimé après le parcours qu'il se sentait vraiment lié aux participants du groupe.

Conclusion

Pendant le cours, ils ont appris à ;

- ▶ Sensibiliser et partager des connaissances sur leurs propres expériences
- ▶ Comprendre et valoriser les autres cultures et traditions
- ▶ Construire des ponts entre les communautés
- ▶ Présenter aux parties prenantes, entreprises, ONG et associations
- ▶ Comprendre les avantages et le point de vue d'une entreprise, du secteur public ou d'une ONG.
- ▶ Comprendre la valeur culturelle et interculturelle qu'ils créent pour une partie prenante et un client potentiel.
- ▶ Élargir la compréhension et l'appréciation de l'égalité, de la diversité et de l'inclusion
- ▶ Avoir un impact en utilisant le storytelling.

Formation en Autriche



PARTNER: die Berater



DATE : 25.09, 28.10, 30.10 Wipplingerstraße 32, Top 23-25, 1010 Vienne

Participants



Le processus de recrutement a commencé au printemps 2021 en contactant diverses organisations telles que des associations et des ONG actives dans le domaine de l'intégration et de la migration. A partir de ces contacts, nous avons trouvé au total 16 participants qui ont participé à trois sessions en présentiel de septembre à octobre 2021. Les participants sont originaires d'Afghanistan, du Pakistan, d'Iran, de Russie, de Bosnie-Herzégovine et de Turquie et sont âgés de 25 à 60 ans. La majorité d'entre eux étaient des femmes (90 %) et seuls deux hommes ont participé à la formation.



Nos participants ont été motivés à toutes les étapes de la formation et ont été impliqués pour apprendre de nouvelles choses.

Certains d'entre eux sont déjà actifs dans des associations qui représentent les communautés et ont donc déjà de l'expérience dans la préparation et la tenue de présentations, tandis que d'autres étaient débutants dans ce domaine. Nous avons essayé de mélanger les participants pendant les activités afin de permettre un meilleur processus d'apprentissage et d'échange pour tous.

Parmi les 16 participants, 9 ont participé à presque deux sessions, nous considérons que ces personnes ont atteint le statut d'Éducateur Communautaire.



Le programme comprenait quatre sessions, dont une session d'auto-apprentissage. Le parcours est organisé sur la base de la co-création, ce qui signifie que nous sommes ouverts aux souhaits des participants et que nous essayons d'adapter le programme en fonction de ces contributions.

La formation était divisée en quatre sessions, trois sessions en présentiel et



une session d'auto-apprentissage que les participants pouvaient faire individuellement à la maison. Nous avons organisé la formation sur le thème général de "l'éducation aux médias".

L'idée était d'organiser les ateliers autour d'un thème général consacré à "l'éducation aux médias": comment travailler avec les médias sociaux et les utiliser correctement (par exemple grâce à des applications gratuites comme Canva), comment produire de courtes vidéos, etc. Dans le cadre de ces ateliers pratiques, nous avons inclus toutes les informations et tous les sujets pertinents que les futurs Éducateurs Communautaires doivent connaître : Informations générales sur le projet, situation de l'intégration/migration en Autriche, compétences nécessaires pour être mentor, etc.

La session 1 a couvert principalement le contenu du module I et du module II. La session 2 était ensuite une session d'auto-apprentissage au cours de laquelle nous avons partagé avec nos participants du contenu supplémentaire provenant d'autres projets, dans le but de leur permettre de concevoir une première ébauche de la manière dont ils souhaitent présenter leur culture.

Les sessions 3 et 4 avaient pour objectif de préparer davantage les futurs Éducateurs Communautaires, nous avons utilisé pour ces sessions le contenu des modules restants (III, IV et V). Dans la deuxième partie des deux sessions, nous avons inclus un élément plus pratique en suivant la devise de la formation "éducation aux médias". Dans la session 3, nous avons initié les participants aux techniques vidéo, et dans la session 4 aux médias sociaux, comment les utiliser pour le travail communautaire. Les deux sessions avaient pour but d'aider les participants dans leurs présentations individuelles.

Retours des participants



Le retour des participants a été très positif. Ils ont indiqué qu'ils ont appris de nouvelles choses, en particulier dans les sessions interactives consacrées à la devise générale du cours de formation, "Media literacy". Beaucoup d'entre eux ont maintenant une image plus claire de leur propre communauté et de leur rôle personnel au sein de cette communauté.

Les participants ont également apprécié l'opportunité de créer des réseaux et d'échanger, y compris en face à face, ce qu'ils considèrent comme très positif après la longue période de réunions à distance due à la pandémie.

En outre, la présentation et les discussions sur la solitude ont été jugées positives par nos participants, car presque tous ont été confrontés à la solitude pendant les périodes de confinement.

Conclusion



L'importance des communautés en matière d'intégration est souvent sous-estimée. La formation a rassemblé des personnes d'origines culturelles diverses, 16 participants de 6 pays différents, d'Europe et de différentes régions d'Asie. Ce parcours de formation était donc déjà une occasion utile d'échanger sur les différents milieux culturels et de découvrir ainsi davantage la spécificité de Vienne et de ses habitants.

Grâce à la combinaison d'apports théoriques et de nombreuses activités pratiques, les participants ont beaucoup réfléchi à leur propre rôle au sein de diverses communautés, ce qui leur a permis d'acquérir de nouvelles compétences utiles non seulement pour leur travail dans le cadre du projet CATLID, mais aussi pour leur vie future en général.

Formation au ROYAUME-UNI



PARTNER: DCVS



DATE : 11-14 October 2021, The Stake Centre, St. Albans

Participants

Notre groupe était assez diversifié puisque nous avons des participants de France, du Zimbabwe et du Royaume-Uni. La participante était d'origine juive et avait une double nationalité (britannique/allemande). Tous les participants étaient des femmes de plus de 40 ans et avaient déjà travaillé avec notre organisation sur des projets autobiographiques. Deux d'entre elles sont des formatrices travaillant avec des réfugiés afghans, et la troisième est une assistante sociale intéressée par la méthode et la lutte contre la solitude.

Ce qu'ils ont appris

Le DCVS a eu le privilège de dispenser la formation CATLID en présentiel, bien que des dispositions pour la formation en ligne aient été mises en place. Le cours a été dispensé en mode intensif sur quatre jours. Chaque session a duré 6 heures, avec une pause de 15 minutes. Les sessions étaient structurées comme suit :



Jour 1

- 🕒 Objectifs et vidéo CATLID
- 🕒 Introduction du projet
- Introduction du Module 1:
 - 🕒 Rôle de l'Éducateur Communautaire, attentes et avantages
 - 🕒 La Fête de la connaissance, introduction and idées
 - 🕒 Brise-glace "Mes clés"
 - 🕒 Mes activités communautaires
 - 🕒 Présentation des autres modules
- Module 2: Qu'est-ce que la Culture?

Jour 2

- ➔ Récapitulatif
- ➔ Partager la culture
- ➔ Objectifs du module 3
- ➔ Vos ressources, en ligne, numériques, orales et visuelles
- ➔ Votre présentation
- ➔ Structurer votre présentation
- ➔ Planning

Jour 3

- Récapitulatif
- Objectifs du module 4
- Présentations. Premières versions et commentaires
- Le stress et comment le gérer
- Vous et la présentation
- Styles d'apprentissage
- A faire et à ne pas faire
- Structure, contenu

Day 4

- Récapitulatif
- Présentations (améliorations, changements, développements)
- Objectif du module 5
- Comment transformer le rôle de l'Ambassadeur Culturel en affaires?
- Poursuite des discussions et planification des fêtes de la connaissance

Les apprenants ont eu l'occasion de mettre en pratique leurs compétences nouvellement acquises lors de la fête de la connaissance organisée pour les réfugiés afghans afin de leur souhaiter la bienvenue au Royaume-Uni. Les participants ont eu l'occasion de partager leur culture par le biais de séances multimédias, d'expression orale et de dégustation de nourriture.

Retours des participants



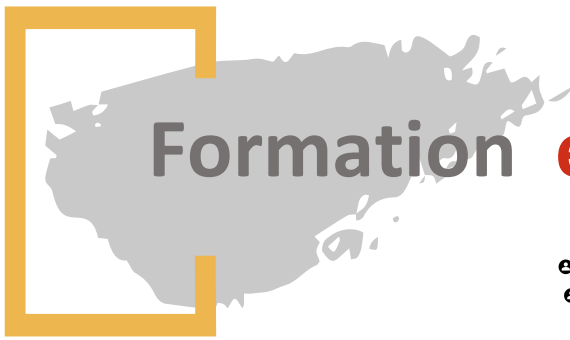
Les étudiants du DCVS ont été ravis de la formation et l'ont trouvé utile pour l'intégration communautaire et la lutte contre la solitude. Les modules 2 et 3 ont été les plus populaires, le module 5 étant le moins pertinent en raison de l'emploi actuel des étudiants.

Conclusion



Bien que la formation ait été dispensée en présentiel, les formateurs étaient préparés un mode en ligne, en raison d'éventuelles restrictions liées à la pandémie. Nous avons constaté que le mode en face à face fonctionnait bien et permettait à nos participants de mieux s'entendre et de bénéficier du soutien des formateurs. Nos étudiants ont eu l'occasion d'apprendre et de revoir leurs compétences en matière de présentation et d'apprendre à connaître la culture des autres.

L'organisation des fêtes de la connaissance peu après la formation a permis à nos apprenants d'acquérir des compétences pratiques et de montrer comment adapter leurs présentations aux besoins de groupes communautaires et d'entreprises spécifiques.



Formation en Pologne



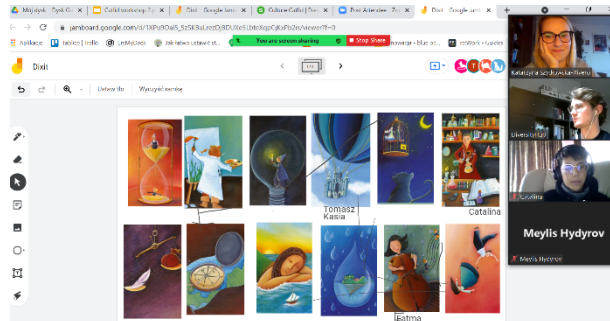
PARTNER: ORANGE HILL



DATE : September-October 2021

Participants

Le groupe était très diversifié puisque nous avons des participants de 7 pays (Cameroun, Chili, Turquie, Australie, Turkménistan, Roumanie et Ukraine) et de 5 continents (Afrique, Amérique du Sud, Australie, Asie, Europe).



Au total, il y avait 7 participants, 5 femmes et 2 hommes âgés de 25 à 45 ans. Certains des participants sont tout à fait nouveaux en Pologne, d'autres vivent ici depuis plusieurs années. La moitié du groupe était constituée de parents.

La plupart des participants, lorsqu'on leur a demandé la raison principale de leur participation au projet, ont mentionné le thème de la solitude, ce qui prouve l'importance du projet Catlid.

Pour recruter un groupe diversifié de participants, nous avons coopéré avec le Centre multiculturel de Cracovie qui a pris en charge le projet Catlid.

Ce qu'ils ont appris

En raison des restrictions liées à la pandémie, nous avons décidé, lors de la préparation de la formation, d'organiser des ateliers virtuels avec Zoom

Les 5 modules conçus dans le cadre du projet ont été divisés en 3 sessions en ligne comme suit :

Session 1

Module 1: Introduction aux ambassadeurs culturels

Module 2: Introduction à la culture et au partage culturel

Session 2

Module 3: Comment présenter ma culture / Storytelling

Module 4: Compétences de présentation pour susciter l'intérêt d'un public

Session 3

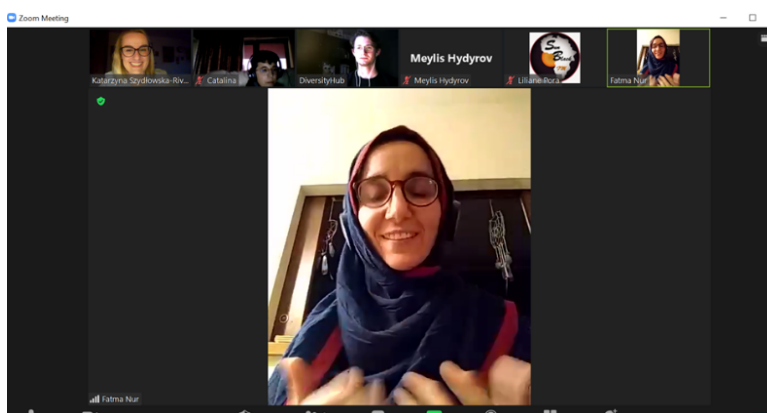
Module 5: Prochaine étape en tant qu'Éducateur Communautaire (entreprenariat)

Au cours de la première session, les participants ont eu l'occasion de faire connaissance et de créer un espace sûr pour partager leurs histoires et leurs expériences. Au cours de cette session, les participants ont été initiés au projet, au partage culturel et au rôle des Éducateurs Communautaires.

La deuxième session d'ateliers était axée sur les compétences de présentation, la narration et les techniques permettant de faire participer le public.

L'objectif de la troisième session était de présenter aux participants les bases de l'entreprenariat. Nous avons invité un conférencier du CSES, expert dans le domaine

de l'entreprenariat social. Les participants ont eu l'occasion de travailler sur le modèle d'affaires CANVA et de pratiquer des techniques de présentation.



Retour des participants

Les réactions des participants ont été très positives. Ils ont surtout apprécié la possibilité d'entendre le point de vue d'autres personnes et de partager des histoires, des expériences et des sentiments dans une atmosphère ouverte et respectueuse.

L'un des participants a écrit : "Merci pour le temps et les contributions des présentateurs et des participants dans un large éventail de domaines, d'origines et d'expériences. Il a été très instructif et agréable d'entrer en contact avec des personnes passionnées qui cherchent à améliorer la qualité de vie des autres à Cracovie".

Conclusion



L'expérience de la formation a été positive. La combinaison de la théorie et d'un large éventail d'exercices interactifs a permis aux participants d'acquérir le bagage théorique tout en mettant en pratique les compétences acquises. Le fait que nous ayons ajusté les activités du module pour les dispenser à la fois en présentiel et à distance a été très utile. Cela rend le cours encore plus universel et disponible pour un plus grand nombre de personnes. Cependant, pour créer un espace sûr permettant de partager des histoires personnelles et de construire des relations entre les participants, les ateliers F2F ou mixtes seraient plus recommandés.



Formation en France



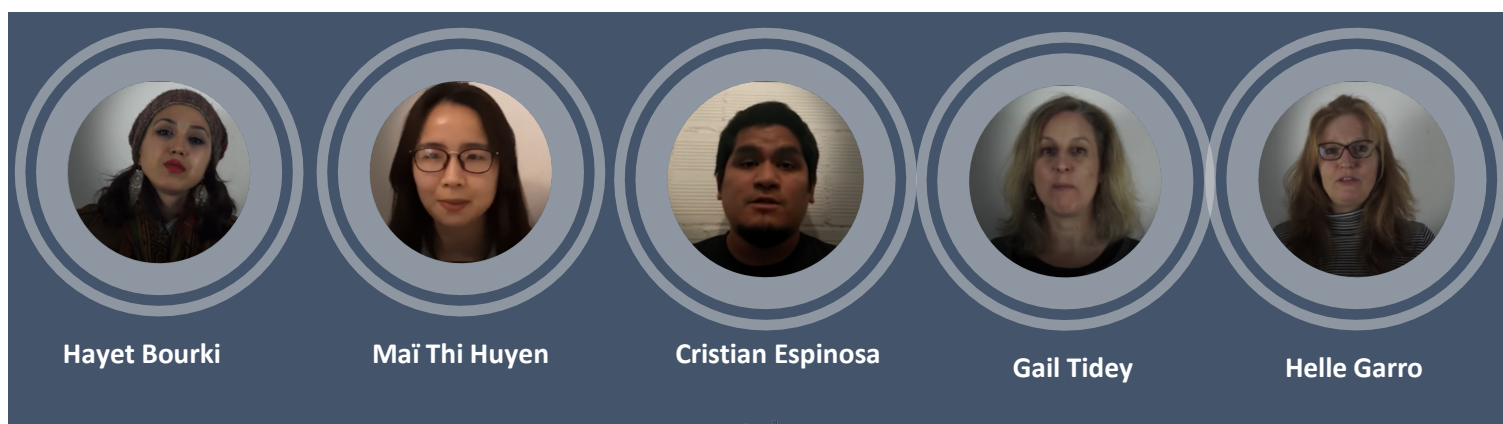
PARTENAIRE: LENO



DATE : Février à Mars 2021 utilisation de Zoom

Participants

8 participants ont été recrutés issus d'universités, d'écoles ou travaillant en France. La crise du COVID-19 a eu un fort impact sur les étudiants étrangers qui étudient à l'étranger et nous avons pensé que ce projet pourrait les aider à se donner un objectif pendant les nombreux confinements. Les nationalités étaient : Algérie, Russie, Pérou, Danemark, Angleterre, Vietnam, Indonésie et Turquie. 7 d'entre eux étaient des femmes et seulement 1 homme, âgés de 20 à 50 ans, la moitié d'entre eux étaient des étudiants et l'autre des employés.



Ce qu'ils ont appris

La formation a été développée de Février à Mars 2021 en utilisant Zoom. Chaque session a duré environ 4 heures.

Nous avons inclus les 5 modules initiaux créés dans le cadre du projet.

Nous avons également ajouté un module sur l'écriture de scripts pédagogiques afin de créer une vidéo Motion Design sur la culture de chaque participant à la formation. Cela a été introduit comme une

évaluation pour valider l'intégration des sujets ci-dessus par chaque participant.

Retours des participants

Tous les participants ont donné un retour très positif sur la formation et les résultats. Certains d'entre eux n'étaient pas convaincus à 100% lorsqu'ils ont commencé l'expérience CATLID, mais après, ils étaient très heureux d'avoir appris beaucoup de choses sur d'autres cultures et de partager leur propre culture avec les autres participants et au-delà.

La formation a également eu un impact sur les collègues de certains participants qui ont beaucoup appris sur eux et les voient maintenant différemment .

Conclusions

Le bilan est très positif et, heureusement, nous avons inclus la possibilité d'organiser la formation pilote à distance. Les enseignants et les formateurs disposaient d'un matériel pédagogique solide et complet qui a beaucoup aidé à faire de cette formation un succès.

VIDEOS. RÉSUMÉ

Il existe de nombreuses formes d'apprentissage et, tout au long du projet, nous créerons des supports utilisant des formats variés afin de nous assurer que nous communiquons les réalisations du projet d'une manière qui engage un public aussi large que possible. Pour beaucoup, écouter des interviews et voir des vidéos est une source d'apprentissage précieuse.

Nous considérons donc que la création d'une série d'histoires courtes audios et vidéos améliorera l'impact du projet et son potentiel de transfert.

Le contenu développé dans le cadre de ce projet s'appuiera sur l'expérience de tous les partenaires en matière de réalisation.



Les supports que nous développons s'appuie sur l'expérience de tous les partenaires en matière de réalisation de projets et sur les participants / parties prenantes locales qu'ils engagent tout au long du cycle de réalisation. Le portefeuille de bonnes pratiques sera divisé selon les thèmes suivants:

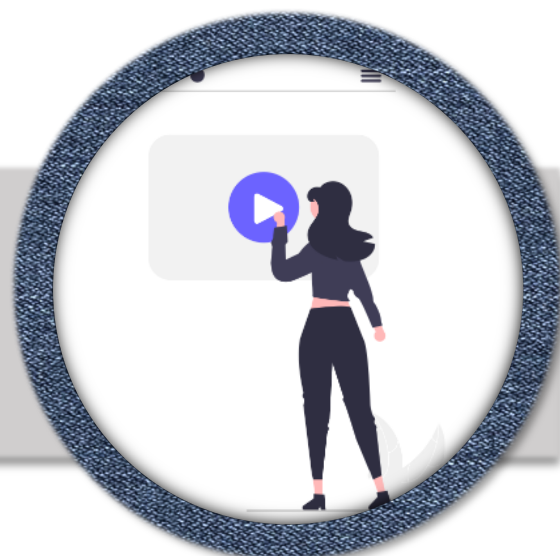
- ➔ **Video 1.** L'apprentissage de C1 and et les attentes pour la formation créé O1
- ➔ **Video2.** Les histoires de bonnes pratiques avec des personnes confrontées à la solitude : Parties de connaissance
- ➔ **Video 3.** Comment impliquer les entreprises par le biais de formations interculturelles et d'opportunités de volontariat ?
- ➔ **Video 4.** Les avantages du dialogue interculturel : Entretiens avec les pratiques d'emploi et la prestation de services du secteur public et des ONG.



VIDEO 1

La formation

COMMENT DEVENIR UN EDUCATEUR COMMUNAUTAIRE



Ces vidéos montrent la formation réalisée en présentiel dans certains cas et à distance dans d'autres par chacun des six partenaires du projet. Elles montrent comment ils se sont formés aux différents modules créés dans le cadre du projet et à la figure de l'ambassadeur culturel. Certaines vidéos incluent l'opinion de certains des participants à la formation.

Links

<https://youtu.be/26oLRISWwmA>


<https://www.youtube.com/watch?v=cWWD7V0fUTw>

<https://youtu.be/hvII5RbisAo>

<https://youtu.be/-l4yveL-V00>

https://youtu.be/z8EfXb1_0wE

VIDEO 2



Histoires de bonnes pratiques
avec des personnes
confrontées à la solitude

FÊTES DE LA CONNAISSANCE

Cette deuxième vidéo aborde le thème de la solitude. Dans certaines des vidéos, les participants à la formation et aux fêtes de la connaissance ont échangé leurs expériences et leurs différents points de vue sur le thème de la solitude.

Links

<https://www.youtube.com/watch?v=LyCv8zxKnxU>

<https://www.youtube.com/watch?v=3UXyDqIHxGI>


<https://youtu.be/iLqG0n3qVRo>

<https://youtu.be/kxv2OEo5sfQ>

<https://youtu.be/pPyilGbVP9M>

<https://youtu.be/1tfuUx8Sk4>

VIDEO 3



Comment impliquer les entreprises par le biais de formations interculturelles et de possibilités de volontariat

Cette vidéo recueille l'opinion des entreprises qui ont participé. Elles ont été sélectionnées en raison de leur relation étroite avec les migrants, soit parce que certaines de ces entreprises sont dédiées aux services sociaux, soit parce que parmi leurs salariés il y a des migrants. L'opinion sur l'importance d'embaucher du personnel migrant et sur l'importance de l'interculturalité est recueillie.



Links

<https://youtu.be/DIGFZNEWHps>

<https://youtu.be/tAaljzVkJpA>

<https://youtu.be/SCr3JwedcpA>

<https://youtu.be/L1hGmiRjMOW>

<https://www.youtube.com/watch?v=McH69cEyDsc>

<https://www.youtube.com/watch?v=HVGfjCcLsF4>

VIDEO 4

Les avantages du dialogue interculturel ENTRETIENS AVEC LES PRATIQUES D'EMPLOI ET LA PRESTATION DE SERVICES DU SECTEUR PUBLIC ET DES ONG ÉDUCATEUR



A travers cette quatrième vidéo, la participation des ONG sélectionnées est présentée. Vous pouvez voir les points de vue de différentes personnes travaillant sur l'intégration et l'inclusion des secteurs vulnérables, notamment les migrants et les réfugiés. La vidéo montre également comment ces organisations travaillent sur la question de l'interculturalité.

Links

<https://youtu.be/5WeivTd45Ho>

<https://youtu.be/WYxvOe02qds>

<https://youtu.be/otHN-2kmLbs>

<https://youtu.be/tAaljzVkHpA>

<https://www.youtube.com/watch?v=BtIF1gpf2BQ>

<https://www.youtube.com/watch?v=UbuZkwFfKdw>

Impact de la solitude

La pandémie causée par le coronavirus a eu des effets dévastateurs sur la société dans son ensemble, mais encore plus sur les groupes déjà défavorisés, dont les migrants.

L'objectif principal de cette section a été d'étudier comment la pandémie a été vécue par les migrants et les groupes défavorisés qui se sentaient déjà seuls avant COVID-19. et comment cela les a affectés en termes de solitude et comment cela a aggravé la solitude qu'ils ressentaient déjà avant COVID-19.



PARTENAIRE : GROWTHCOOP

Fait 1

Afin d'enquêter sur la manière dont les personnes âgées qui se sentaient déjà seules ont vécu la pandémie, l'Observatoire de la Solitude a lancé l'ENQUETE SUR L'IMPACT DU COVID-19 SUR LE SENTIMENT DE SOLITUDE NON VOULU DES PERSONNES ÂGÉES, dont les résultats sont présentés dans ce rapport.



Conçue par l'Observatoire de la solitude, l'enquête a été réalisée entre les mois de juin et juillet 2020 auprès de 210 personnes âgées liées aux programmes sociaux de l'entité. Parmi les participants à cette étude, près de la moitié (49%) disent que leur sentiment n'a pas changé et reste le même, 41% des personnes âgées disent que leur sentiment de solitude a augmenté pendant l'état de crise, et 3% indiquent qu'il a diminué. En approfondissant les raisons pour lesquelles elles déclarent que le sentiment

de solitude a augmenté, nous avons observé que près de la moitié (43%) associent cette augmentation à la diminution, à la limitation ou à l'absence de contacts sociaux et personnels, couvrant un large éventail d'options allant de l'importance de voir des gens dans la rue, au besoin de plus de contacts physiques et/ou face à face. 21% associent l'augmentation de leur sentiment de solitude à des sentiments d'angoisse, de vide, de tristesse, de désespoir ou de démotivation causés par la situation, la tristesse, le désespoir ou la démotivation causés par la situation COVID-19.

Un autre impact du covid sur la solitude est l'augmentation du nombre de personnes souffrant d'une forme de trouble émotionnel ou mental. Cette solitude est l'un des principaux facteurs qui peuvent expliquer pourquoi certaines personnes, dans un contexte de restriction de la mobilité, développent des troubles de la santé mentale, notamment la dépression.

Fait 2

Le groupe le plus touché a été la population jeune, âgée de 16 à 30 ans. Et ce, malgré le fait que ce sont les personnes âgées qui ont dû se plier à un isolement plus strict et qui vivent généralement plus seules. "Les personnes âgées sont celles qui se sont le mieux adaptées à la situation d'enfermement, probablement parce que ce sont elles qui ont connu le moins de changements dans leur vie quotidienne".

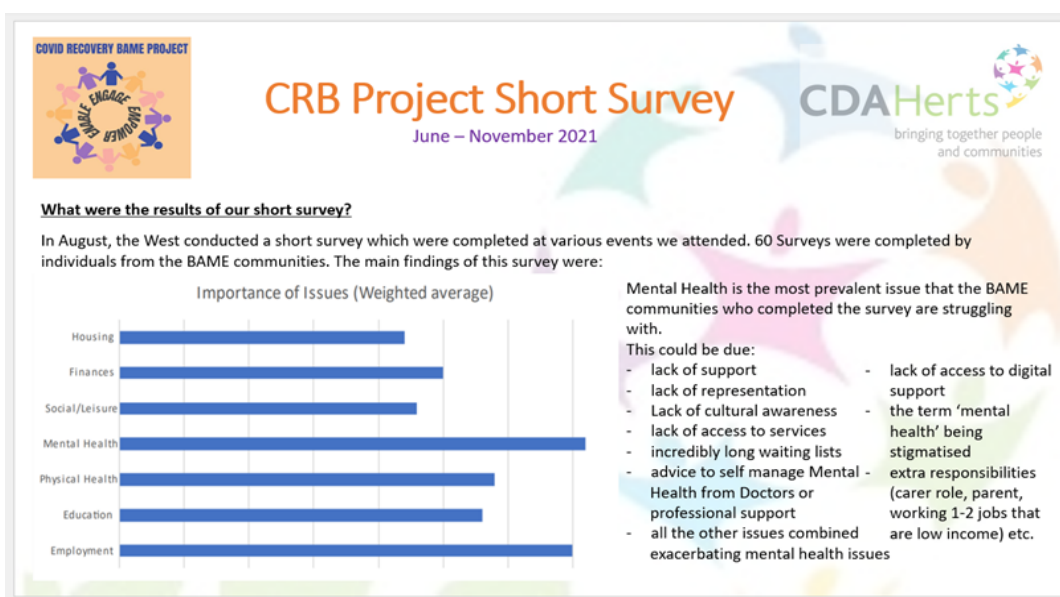
PARTENAIRE : DCVS

Fait 1

Dans le Hertfordshire, l'enquête d'impact de COVID a révélé que la santé mentale était le problème le plus répandu parmi les communautés BAME (Black Asian Minority ethnic), suivi de près par l'emploi. Covid a eu un impact significatif sur les travailleurs indépendants, les personnes à faible revenu ou celles qui avaient plus d'un emploi. L'indemnité d'éloignement n'était pas offerte à tout le monde, et à 80 % ou moins du salaire habituel, elle était préjudiciable à ceux qui avaient déjà un faible salaire. Cela a eu un impact sur la situation financière, augmentant les dettes, la pauvreté alimentaire et la pauvreté énergétique. Mon rôle au sein de HertsHelp a entraîné une augmentation significative des demandes de colis alimentaires et de bons d'énergie.

L'impact financier du covid s'est aggravé depuis, avec l'augmentation du coût de la vie, de l'essence, des voyages, de la nourriture, de la consommation d'énergie, sans augmentation de salaire. Cela laisse de nombreuses personnes dans le désespoir quant à la façon de gérer leur budget déjà réduit, leurs dettes, les plans de remboursement et la façon de vivre au jour le jour.

<https://www.hertshelp.net/our-services/support-in-a-crisis/support-in-a-crisis.aspx>



Les personnes âgées ont ressenti un impact significatif de COVID -19, selon certaines des enquêtes, certaines des générations les plus âgées étaient déjà isolées ou seules du fait de ne pas avoir de famille.

Fait 2

<https://www.ageuk.org.uk/latest-press/articles/2020/10/age-uk--research-into-the-effects-of-the-pandemic-on-the-older-populations-health/>

Une étude d'Age UK montre l'impact considérable de la pandémie sur la santé et le moral de la population âgée

1 répondant sur 3 (4,2 millions), soit 34 %, a déclaré se sentir plus anxieux depuis le début de la pandémie.,

1 personne sur 3 (4,4 millions), soit 36 %, a reconnu se sentir moins motivée pour faire ce qu'elle aime.,

Plus d'un quart (3,2 millions), soit 26 %, ne peuvent plus marcher aussi loin qu'avant,

1 personne sur 5 (2,4 millions), soit 20 %, a du mal à se souvenir des choses,

1 personne sur 5 (2,3 millions), soit 18 %, dit se sentir moins stable sur ses pieds,

2 personnes sur 3 (7,9 millions), soit 64 %, se sentent moins à l'aise dans les transports en commun, 2 personnes sur 5 (5,3 millions), soit 43 %, se sentent moins à l'aise pour aller dans les magasins ou 1 personne sur 4 (3,3 millions), soit 26 %, se sent moins à l'aise pour passer du temps en famille.

PARTENAIRE : dieBerater

Fait 1

La pandémie de Covid19 a provoqué une augmentation du nombre de personnes qui se sentent seules dans la société européenne. Jetons un coup d'œil à quelques chiffres en Autriche pour mieux comprendre l'impact de cette pandémie dans la société. Les longues périodes de confinement avec des activités sociales limitées, l'obligation de respecter les règles de distanciation sociale et l'imprévisibilité de l'évolution de la pandémie ont eu de graves conséquences pour de nombreuses personnes.

L'université de Vienne a mené une étude qui montre que, pendant les confinements, le niveau de solitude a rapidement augmenté, notamment lors de la première phase au printemps 2020. Près de la moitié des personnes interrogées (43 %) ont déclaré qu'elles se sentaient seules certains jours, alors que ce nombre a diminué au cours de l'été 2020 en raison d'un retour progressif à la vie normale. Le deuxième confinement en automne

et en hiver 2020/2021 a entraîné une nouvelle hausse avec des chiffres proches du pic du printemps 2020.

Selon l'enquête, les femmes sont plus susceptibles de se sentir seules que les hommes, mais si l'on considère également la taille des ménages, le tableau est différent : les hommes qui vivent seuls sont plus susceptibles de se sentir seuls que les femmes célibataires. Plus de la majorité des ménages célibataires ont déclaré se sentir seuls au moins une fois par semaine pendant la pandémie.

Ce n'est pas surprenant : Les jeunes se sentent plus seuls que les personnes plus âgées, en particulier les moins de 30 ans. Dans cette tranche d'âge, la majorité a éprouvé un sentiment de solitude au cours des deux dernières années. C'est également dans cette tranche d'âge que l'on trouve le plus grand nombre de personnes ayant déclaré se sentir seules tous les jours (10 %). Cela montre que ce sont surtout les jeunes qui sont les plus touchés par les conséquences négatives des fermetures en raison de la réglementation sévère de la vie sociale.

Fait 2

La pandémie de Covid19 a particulièrement touché les personnes âgées vivant seules ainsi que les jeunes. En Autriche, il y a actuellement 1,5 million de ménages isolés, et dans certains quartiers de Vienne, le nombre de personnes vivant seules est assez élevé, atteignant 30 à 40 %. Alors que les jeunes sont plus touchés par la solitude parce qu'ils ne sont pas en mesure de rencontrer des gens, de faire la fête et de vivre leur vie comme ils en avaient l'habitude, les personnes âgées sont souvent exclues en raison de leur manque de communication par les médias sociaux. Rien qu'à Vienne, il y a 118 000 personnes âgées (de plus de 60 ans), mais pendant les fermetures, presque tous les centres sont clos et les initiatives en face à face sont suspendues. Cela crée une forte pression sur les personnes âgées, tout comme sur les jeunes.

PARTENAIRE : CES

Fait 1

Tout le monde se sent seul de temps en temps et ces sentiments à court terme ne nuisent pas à notre santé mentale. Cependant, avec la pandémie qui nous force à nous isoler de bien des façons, cela peut avoir des conséquences à long terme.

La solitude à long terme est associée à un risque accru de certains problèmes de santé mentale, notamment la dépression, l'anxiété et l'augmentation du stress. L'impact de la solitude à long terme sur la santé mentale peut être très difficile à gérer.

Fait 2

Des recherches menées en Suède montrent que les COVID-19 ont eu un impact significatif sur la santé mentale. Les participants à l'étude ont révélé des niveaux plus élevés de dépression, d'anxiété et d'insomnie, en particulier ceux qui, avant la pandémie, avaient des problèmes de santé mentale. La présence de symptômes COVID-19 et de soucis spécifiques de santé et financiers liés à la pandémie est également apparue importante. Les résultats fournissent une base pour apporter un soutien accru aux groupes vulnérables..

Lire l'étude :

Impact psychologique du COVID-19 dans la population suédoise : Dépression, anxiété et insomnie et leurs associations aux facteurs de risque et de vulnérabilité.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7503043/>

PARTENAIRE : LENO

Fait 1

L'épidémie de Covid-19 a eu un impact important sur la santé mentale des Français. De plus en plus de personnes souffrent d'anxiété en particulier.

Une étude de Santé Publique France datant de février 2021 affirme que 23% des Français souffrent d'anxiété. "C'est plus qu'en janvier, mais moins qu'en mars 2020, où ce chiffre atteignait 27%. Et c'est beaucoup plus qu'avant la pandémie : à l'époque, 13 % des Français déclaraient souffrir de troubles anxieux", explique l'étude.

Une personne sur trois souffre d'anxiété dans la tranche d'âge 18-24 ans.

L'anxiété touche les personnes à tous les niveaux de la société. L'étude souligne que la crise sanitaire a aggravé la situation chez les jeunes et en particulier "les étudiants qui souffrent d'isolement, de ne pas pouvoir aller à l'université. Cela a un impact sur leur santé mentale car un étudiant sur trois souffre d'anxiété.

Un nouveau rapport du Centre commun de recherche (CCR), publié le 26 juillet, indique qu'"un citoyen de l'UE sur quatre s'est senti seul la plupart du temps au cours des premiers mois de la pandémie", soit plus du double des niveaux de solitude constatés dans une enquête similaire réalisée en 2016.

Fait 2

Le rapport, intitulé "La solitude dans l'UE : Aperçu des enquêtes et des données sur les médias en ligne", s'appuie sur les données d'une enquête d'Eurofound. Il souligne que les jeunes sont les plus touchés par la solitude : la part des 18-25 ans qui ont déclaré se

sentir seuls était quatre fois plus élevée en avril-juillet 2020 qu'en 2016. Les personnes seules sont également particulièrement touchées.

La hausse de l'isolement social touche toutes les régions d'Europe, les niveaux de solitude signalés variant de 22 % à 26 % dans toutes les régions - alors qu'auparavant le phénomène était relativement faible en Europe du Nord (6 % en 2016).

En outre, la couverture médiatique et l'intérêt du public pour le sujet ont également augmenté : les reportages sur la solitude ont doublé pendant la pandémie. Toutefois, la sensibilisation et la couverture médiatique du sujet varient considérablement d'un État membre à l'autre. Ainsi, dans certains États membres plus que dans d'autres, diverses initiatives sont mises en place pour lutter contre la solitude : numéros de téléphone dédiés, projets de renforcement des communautés, robots pour aider les personnes seules, etc.

Ce rapport et ses conclusions font partie d'un travail plus large mené conjointement par le Parlement européen, la DG EMPL de la Commission Européenne et le Centre commun de recherche. Une nouvelle collecte de données sur la solitude à l'échelle de l'UE sera réalisée en 2022. Une plateforme en ligne sera mise en place pour suivre la solitude dans le temps et à travers l'Europe. En effet, si la solitude et l'isolement social sont préjudiciables à la santé mentale et physique et ont des conséquences importantes pour la cohésion sociale et la confiance du public, ils sont de plus en plus reconnus comme des problèmes publics auxquels il faut s'attaquer par des interventions politiques efficaces.

PARTENAIRE : ORANGE HILL

Fait 1

Certains experts affirment que la pandémie COVID-19 est l'une des plus grandes crises depuis la Seconde Guerre mondiale. Nous n'avons jamais connu une telle incertitude et un isolement aussi long auparavant. D'après les recherches, il n'y a pas un seul groupe qui ne serait pas touché de manière négative par la pandémie.

Les personnes âgées craignent les conséquences négatives sur leur santé. Les enfants et les adolescents souffrent d'anxiété en raison des contacts sociaux limités avec leurs pairs. Les adultes craignent la possibilité de perdre leur emploi.

Dans tous ces groupes, les facteurs objectifs liés au changement de mode de vie et à la menace pour la santé se superposent au sentiment écrasant d'insécurité. Selon la psychologue Julianne Holt-Lunstad, éminente chercheuse sur le thème de la solitude, les conséquences négatives de la pandémie, telles qu'un soutien social limité, toucheront tout le monde, mais les personnes dont le statut socio-économique est le plus bas sont particulièrement vulnérables.

Fait 2

La pandémie a eu un impact considérable sur la santé mentale des Polonais. Au cours des six premiers mois de 2020, les congés maladie les plus fréquents (hormis la grossesse) étaient dus à toutes sortes de troubles mentaux. Les recherches menées par des scientifiques de l'université de Varsovie montrent qu'en 2020, environ 25 % des Polonais risquaient de voir leur dépression clinique s'aggraver. À son tour, le rapport de l'université de Varsovie indique que "la satisfaction de la vie a diminué, ainsi que le sentiment de soutien, de contrôle social, et la solitude a augmenté".

Autres lectures

Dans cette section, chaque partenaire a recueilli différentes ressources qui peuvent être utiles dans la lutte contre la solitude. Elles ont été classées dans la langue de chaque partenaire. Parmi les ressources nous trouverons des articles, des pages web, des livres, des vidéos etc...



WEBPAGES

ANGLAIS



- ➔ <https://en.wikipedia.org/wiki/Loneliness>
- ➔ <https://www.lonelinessineurope.eu/>
- ➔ <https://ec.europa.eu/migrant-integration/home>
- ➔ [https://www.ageplatform.eu/sites/default/files/Commission J.Svarc on loneliness-PTT-ROSEnetSeminar_Apr2019.pdf](https://www.ageplatform.eu/sites/default/files/Commission_J.Svarc_on_loneliness-PTT-ROSEnetSeminar_Apr2019.pdf)
- ➔ <https://www.redcross.org.uk/get-help/get-help-with-loneliness>
- ➔ <https://www.mind.org.uk/information-support/tips-for-everyday-living/loneliness/useful-contacts/>

ESPAGNOL

- 🇪🇸 <https://www.juntadeandalucia.es/justiciaeinterior/opam/es>
- 🇪🇸 <https://redacoge.org/>
- 🇪🇸 <https://www.cear.es/>
- 🇪🇸 <http://www.migrar.org/migrar/index.htm>
- 🇪🇸 <https://www.accem.es/>

ALLEMAND

- 🇩🇪 <https://www.therapie.de/psyche/info/test/depressionen/einsamkeit/#>
- 🇩🇪 <https://www.evidero.de/wenn-ich-mich-einsam-fuehle>

POLONAIS

- 🇵🇱 <https://otwarty.krakow.pl>

FRANCAIS

- 🇫🇷 <https://www.culture.gouv.fr/Thematiques/Developpement-culturel/Le-developpement-culturel-en-France/Mission-Vivre-Ensemble>
- 🇫🇷 <https://www.etudiant.gouv.fr/fr/node/2063>

ARTICLES

ANGLAIS



- 💡 Rapport : La solitude dans l'UE. Aperçu des enquêtes et des médias en ligne data
<https://publications.jrc.ec.europa.eu/repository/handle/JRC125873>
- 💡 L'impact socioculturel de COVID-19 : Explorer le rôle du dialogue interculturel dans les réponses émergentes
<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000374186>
- 💡 Les Européens se sentent-ils seuls ?
<https://ec.europa.eu/jrc/en/news/how-lonely-are-europeans>
Solitude et liens sociaux
<https://ourworldindata.org/social-connections-and-loneliness>
- 💡 Argent, incertitude, stress et solitude : les migrants en Europe parlent de l'enfermement pendant la pandémie de Covid-19.
<https://migramundo.com/money-uncertainty-stress-and-loneliness-migrants-in-europe-talk-about-lockdown-in-the-midst-of-covid-19/>
- 💡 Nouveau rapport : La solitude double en Europe pendant la pandémie
<https://ec.europa.eu/jrc/en/news/new-report-loneliness-doubles-europe-during-pandemic>
- 💡 Les Européens se sentent-ils seuls ? <https://ec.europa.eu/jrc/en/news/how-lonely-are-europeans>
- 💡 Résultats de l'enquête sociale européenne (ESS) : La solitude, un fardeau inégalement partagé en Europe ;
https://ec.europa.eu/jrc/sites/jrcsh/files/fairness_pb2018_loneliness_jrc_i1.pdf

ESPAGNOL

- 🟡 Le pourcentage d'Espagnols qui ressentent de la solitude à cause de la pandémie double
<https://www.comillas.edu/noticias/57-comillas-cihs/chs/chs-patino/1785-la-soledad-en-espana-crece-un-50-segun-el-informe-espana-2020>
- 🟡 L'autre pandémie qui aggrave le Covid : le sentiment de solitude est doublé
<https://www.elmundo.es/espana/2020/11/12/5fad1d86fc6c83686c8b45df.html>

A L L E M A N D

- ☉ Solitude et isolement social en Europe - <https://newsroom.iza.org/de/archive/research/loneliness-and-social-isolation-in-europe/>
- ☉ Ce que l'UE fait pour moi, les personnes qui se sentent seules: <https://what-europe-does-for-me.eu/de/portal/2/C23>
- ☉ Les invisibles : La solitude. <https://katapult-magazin.de/de/artikel/die-unsichtbaren>
- ☉ Jusqu'à ce que ça fasse mal. La solitude dans la société. <https://taz.de/Einsamkeit-in-der-Gesellschaft/!5597056/>

P O L O N A I S

- ☉ Les habitants du monde entier sont plus seuls en cas de pandémie <https://www.ipsos.com/pl-pl/ludzie-na-swiecie-w-pandemii-bardziej-samotni>
- ☉ Rapport sur la solitude https://www.szlachetnapaczka.pl/wpcontent/uploads/2021/03/raport_o_samotnosci_2021.pdf

F R A N C A I S

- 🇨🇦 Comment la solitude affecte le cerveau. <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1783559/solitude-pandemie-cerveau-isolement-alzheimer>
- 🇫🇷 Solitude. <https://fr.wikipedia.org/wiki/Solitude>

S U E D O I S

- 🇸🇪 <https://www.hbl.fi/artikel/ensamhet-var-tids-folksjukdom/>

VIDEOS

ANGLAIS



- 🇬🇧 Lutter contre la solitude au Royaume-Uni
<https://www.youtube.com/watch?v=8HzFWWm2xRk>
- 🇬🇧 Santé mentale- la pandémie silencieuse
<https://www.youtube.com/watch?v=o6c2YcNY9LY>
- 🇬🇧 Lutter contre la solitude et l'isolement social : Une perspective de santé publique
<https://www.youtube.com/watch?v=MoaoYT7iWqM>
- 🇬🇧 Conseils pour lutter contre la solitude
https://www.youtube.com/watch?v=6Mh_zqsrXC8
- 🇬🇧 La nouvelle école des ambassadeurs culturels
<https://www.youtube.com/watch?v=kzLpiI5B3gA>
- 🇬🇧 Vivre dans un monde solitaire
[Living in a Lonely World with Julianne Holt-Lunstad, PhD \(SOP74\)](https://www.youtube.com/watch?v=Living+in+a+Lonely+World+with+Julianne+Holt-Lunstad,+PhD+(SOP74))

ESPAGNOL

- 🇪🇸 <https://www.youtube.com/watch?v=oH70AfeAkmU>
- 🇪🇸 <https://www.youtube.com/watch?v=unrybMZQMkU>


ALLEMAND

- 🇩🇪 Zeitalter der Einsamkeit, <https://www.3sat.de/kultur/kulturzeit/einsamkeit-corona-pandemie-100.html>
- 🇩🇪 Warum leiden immer mehr Junge unter Einsamkeit?
<https://www.youtube.com/watch?v=594LteIRd6s>
- 🇩🇪 Einsamkeit - <https://www.youtube.com/watch?v=DwqwRYe6fKA>

POLONAIS

- 🇵🇱 Samotność wśród ludzi
<https://youtu.be/FyCuZBclOQM>

F R A N C A I S

-  C'est quoi vivre ensemble ?
<https://www.youtube.com/watch?v=pLDZ7dD2sLc>

S U E D O I S

-  <https://www.youtube.com/watch?v=cansbaOVQZw>
-  Podd: <https://ki.se/forskning/medicinvetarna-38-sjuk-av-ensamhet>



<http://catlid.eu>