



HEY NEIGHBOUR! Collective

www.heyneighbourcollective.ca

« Entretien des liens sociaux significatifs est en fait la clé de la santé et de la survie chez l'humain. »

Julianne Holt-Lunstad, Ph. D.

La solitude chronique et l'isolement social peuvent être aussi dommageables pour la santé que fumer 15 cigarettes par jour. Ils peuvent accroître le risque de mort prématurée de jusqu'à 50 %.

Avec des mesures de soutien social solides, on protège la santé physique et mentale et on limite le déclin cognitif.

Evidence Backgrounder

HOW DOES SOCIAL CONNECTEDNESS BETWEEN NEIGHBOURS SUPPORT HEALTH AND WELL-BEING?

By Meridith Sones, MPH, PhD(c)

Decades of research shows that being socially connected helps us live longer, healthier, and happier lives. But it isn't just our family ties, close friendships, or group membership that make a difference. Evidence reveals that the health benefits of social connectedness can be unlocked starting at home, with our own neighbours.

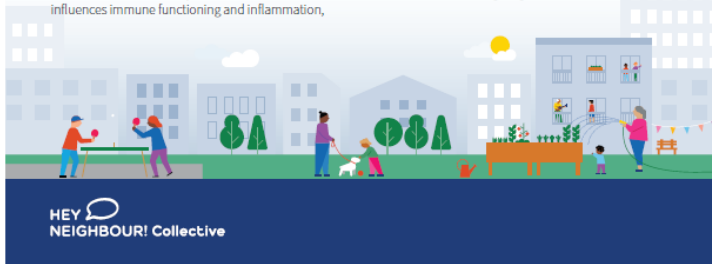
BACKGROUND

Social connectedness is vital to our health and well-being. Substantial evidence shows that people who are socially connected live longer. A lack of social connection — marked by social isolation and loneliness — increases risk for premature death by as much as 50%, comparable to major health risks like obesity, smoking, and air pollution. The effect of social connectedness on life expectancy is independent of other risk factors like age, sex, initial health status, lifestyle factors, income, and education. In addition to premature mortality, poor social connectedness has been linked to a range of other adverse physical, cognitive, and mental health outcomes, including increased risk of heart disease and stroke, respiratory infection, dementia, depression and anxiety.

The influence that social connectedness has on our health and well-being can be biological, psychological, or behavioural. For example, social connectedness influences immune functioning and inflammation,

which has been linked to several chronic diseases. Supportive social connections also help us cope with stress, and influence healthy behaviours like sleep and physical activity.

Given mounting evidence on its health effects, local and global declines in social connectedness are increasingly recognized as a public health crisis that requires policy action at all levels. New data shows that more than 1 in 10 British Columbians reported feeling lonely always or often. For young adults or those living alone, the proportion of people experiencing loneliness doubles to more than 1 in 4. In the wake of the COVID-19 pandemic, the United States Surgeon General has described social connectedness as equally important to global recovery as vaccines. Evidence shows that one way to curb social isolation and loneliness is to start at home, by building connections and community among neighbours.



Pourquoi les liens sociaux *avec vos voisins* sont-ils si importants?

- Niveau plus élevé de bonheur, de bien-être et de satisfaction dans la vie
- Gens plus susceptibles de donner et d'accepter de l'aide en cas de crise
- Sentiment d'appartenance plus profond à l'échelle locale
- Gens plus susceptibles de se porter volontaires, de voter et de participer autrement au renforcement de la société civile
- **ENFANTS** : deux fois plus susceptibles de participer à des jeux extérieurs quotidiens
- **JEUNES** : meilleure santé mentale et physique, sentiment accru de sécurité et d'estime de soi, comportements moins risqués et violents
- **ADULTES ET PERSONNES ÂGÉES** : diminution de la solitude, amélioration de la santé autodéclarée, faible risque de mortalité

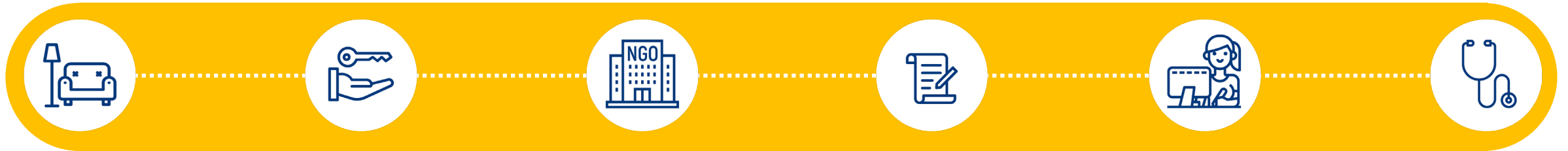
<https://www.heyneighbourcollective.ca/2022/06/how-social-connectedness-between-neighbours-supports-health-wellbeing/>

HEY NEIGHBOUR! Collective

2019 - ?



MORRIS J. WOSK
CENTRE FOR DIALOGUE



Personnes qui résident dans un immeuble collectif

Fournisseurs de logements (propriétaires-bailleurs et gestionnaires immobiliers)

- Concert Properties
- Brightside Community Homes Foundation
- Catalyst Community Developments Society

- BC Non-Profit Housing Association
- LandlordBC

Organisations non gouvernementales

- West End Seniors' Network
- Seniors Services Society de la Colombie-Britannique
- Building Resilient Neighbourhoods (et la Ville de Victoria)

Décideurs, administrations locales et régionales

- Villes de Vancouver, de North Vancouver et de New Westminster
- Gouvernement régional de la région métropolitaine de Vancouver

Chercheurs

- Université Simon Fraser (études urbaines, gérontologie et sciences de la santé)
- Happy Cities

Secteur de la santé

- Vancouver Coastal Health

Comment allons-nous travailler?

1 Mettre à l'essai des programmes pilotes de développement communautaire

2 Recherche et apprentissage

3 Partage d'expériences et de connaissances

4 Mobilisation du secteur de l'habitation et des politiques

- Six partenaires, chacun ayant sa propre façon vision et réalité du programme;

Trois organismes de propriétaires-bailleurs
(Brightside, Concert, Catalyst)

Trois organismes communautaires sans but lucratif (Building Resilient Neighbourhoods, West End Seniors' Network, Seniors Services Society)

- Plus de 40 immeubles au total
- Communauté de pratique facilitée (apprentissage par les pairs)

Principes fondamentaux

Logement = droit de la personne

Équité

Relations et liens de confiance

Développement des collectivités axé sur les actifs

Accent sur les causes fondamentales

Collaboration multisectorielle et interdisciplinaire

Comment allons-nous travailler?

- 1 **Mettre à l'essai des programmes pilotes de développement communautaire**
- 2 **Recherche et apprentissage**
- 3 **Partage d'expériences et de connaissances**
- 4 **Mobilisation du secteur de l'habitation et des politiques**

NOS GRANDES QUESTIONS À LONG TERME :

- Quelle est l'incidence des programmes de nos six partenaires sur le sentiment de bien-être et les liens sociaux des résidents?
- Les approches des partenaires aident-elles les personnes âgées à demeurer heureuses et en santé dans leur logement plus longtemps?
- Quels avantages les partenaires propriétaires voient-ils pour leurs organisations?
- Comment pouvons-nous travailler dans des immeubles mal conçus pour les liens de voisinage? Comment pouvons-nous militer ensemble pour une meilleure conception des futurs logements?

Principes fondamentaux

Logement = droit de la personne

Équité

Relations et liens de confiance

Développement des collectivités axé sur les actifs

Accent sur les causes fondamentales

Collaboration multisectorielle et interdisciplinaire



Soutenir une culture
d'apprentissage et
d'expérimentation



Faciliter des
partenariats
organisationnels



Réunir et promouvoir
davantage d'approches
communes grâce à un
dialogue et à des mesures
multisectorielles

Incidences de l'apprentissage par les pairs, de la recherche et de l'éducation



Accroître la sensibilisation
et recueillir des données
probantes sur les liens
sociaux et la résilience
dans les immeubles
collectifs



Créer un champ de pratique et
commencer à déterminer les
pratiques exemplaires

Comment allons-nous travailler?

- 1 Mettre à l'essai des programmes pilotes de développement communautaire
- 2 Recherche et apprentissage
- 3 Partage d'expériences et de connaissances
- 4 Mobilisation du secteur de l'habitation et des politiques



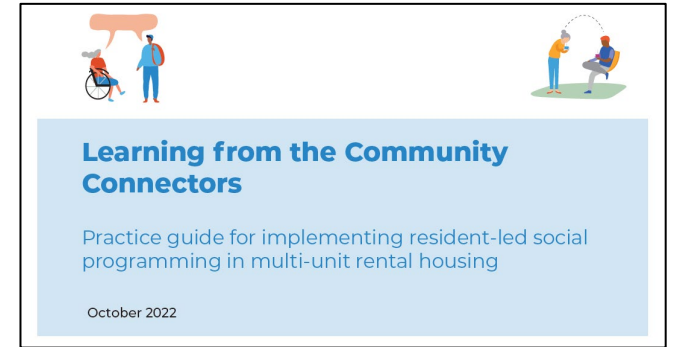
LANDLORD AND HOUSING OPERATOR-LED APPROACHES TO GROWING COMMUNITY IN MULTI-UNIT HOUSING

Practice Guide #2



DEVELOPING ORGANIZATIONAL PARTNERSHIPS TO BUILD COMMUNITY IN MULTI-UNIT HOUSING

Practice Guide #3



SUPPORTING RESIDENTS TO BECOME COMMUNITY CONNECTORS IN MULTI-UNIT HOUSING

Practice Guide #1



ROLES FOR LOCAL GOVERNMENT IN STRENGTHENING SOCIAL CONNECTEDNESS AND RESILIENCE ACTIVITIES IN MULTI-UNIT HOUSING

Practice Guide #4



HEY NEIGHBOUR! Collective

Michelle Hoar
mhoar@sfu.ca
<http://heyneighbourcollective.ca>