



HEY NEIGHBOUR! Collective

<http://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 Meredith 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 Westminister
- 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



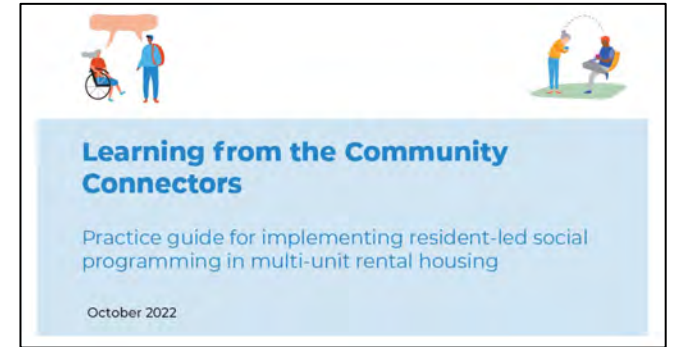
LANDLORD AND HOUSING OPERATOR-LED APPROACHES TO GROWING COMMUNITY IN MULTI-UNIT HOUSING

Practice Guide #2



DEVELOPING ORGANIZATIONAL PARTNERSHIPS TO BUILD COMMUNITY IN MULTI-UNIT HOUSING

Practice Guide #3



Learning from the Community Connectors

Practice guide for implementing resident-led social programming in multi-unit rental housing

October 2022



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>



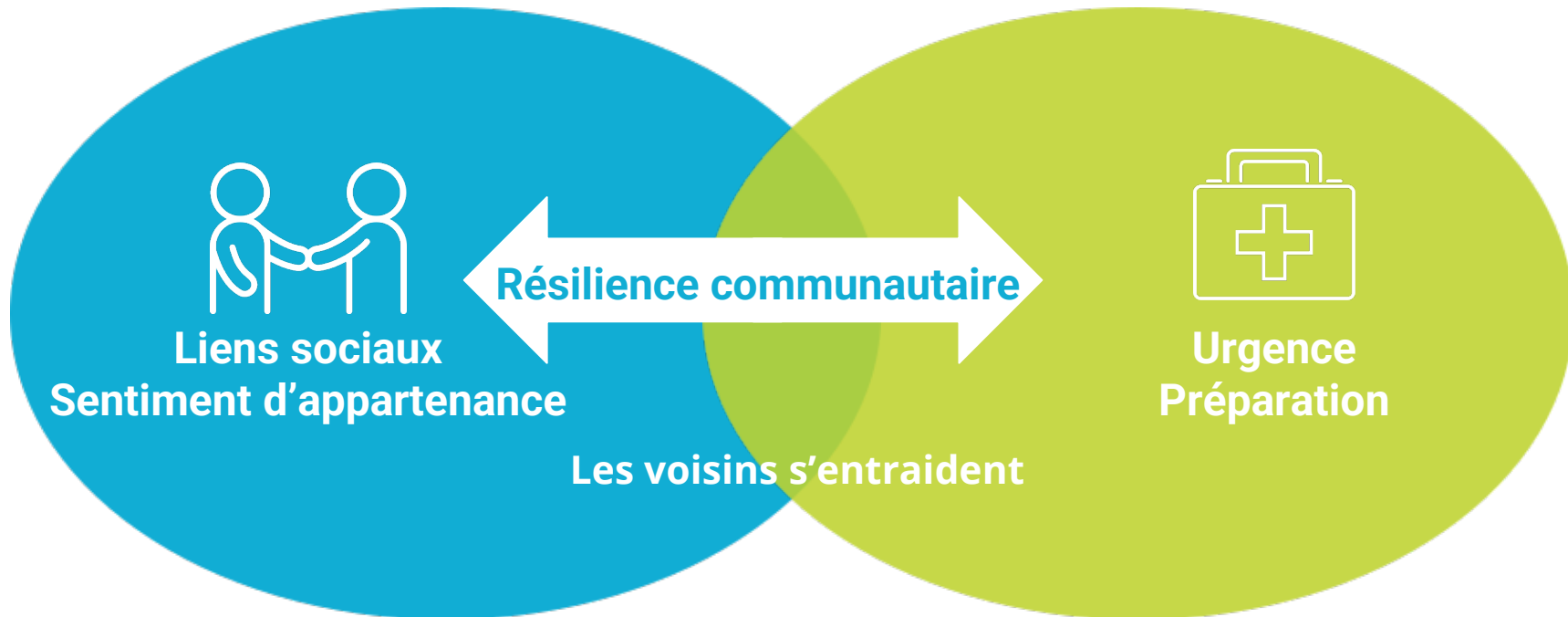
HEY 
NEIGHBOUR!
Collective

CONNECT & PREPARE

Les voisins s'entraident



Créer des liens et se préparer





Pourquoi créer des liens
et se préparer?



Survivors leave Tohoku a day after the March 11, 2011 earthquake and tsunami. // Warren Antiola/Flickr

Nous parlons de liens sociaux,
pas seulement de sacs de sable.

In Disaster Recovery, Social Networks Matter More Than Bottled Water and Batteries

DANIEL P. ALDRICH FEB 14, 2017

QUI se trouve dans votre trousse,
pas seulement *CE QUI* y est.



Augmentation des chocs et des tensions

Comment pouvons-nous être mieux préparés ET renforcer notre résilience?



CHOCS : Conditions météorologiques extrêmes, pannes d'électricité, incendies de bâtiment, éclosion de pandémie

STRESS : changement climatique, sécurité alimentaire/économique, santé, isolement

Le Canada : Les effets désastreux de la chaleur extrême

Défaut de protéger les personnes âgées handicapées en Colombie-Britannique

595 personnes ont été tuées par la chaleur en Colombie-Britannique cet été, selon de nouvelles données du coroner

Les aînés sous pression au milieu des feux de forêt en Colombie-Britannique

Les aînés fragiles de la Colombie-Britannique sont vulnérables aux feux de forêt qui font rage dans la province





Fonctionnement



Créer des liens et se préparer

- Champions parmi les résidents (HÔTE)
- Groupes de voisins
- Trois ateliers animés (sur place)
- Ressources, financement, soutien pour l'accès aux subventions (+ 500 \$ de fournitures partagées)
- Tisser des liens et élaborer des projets collaboratifs



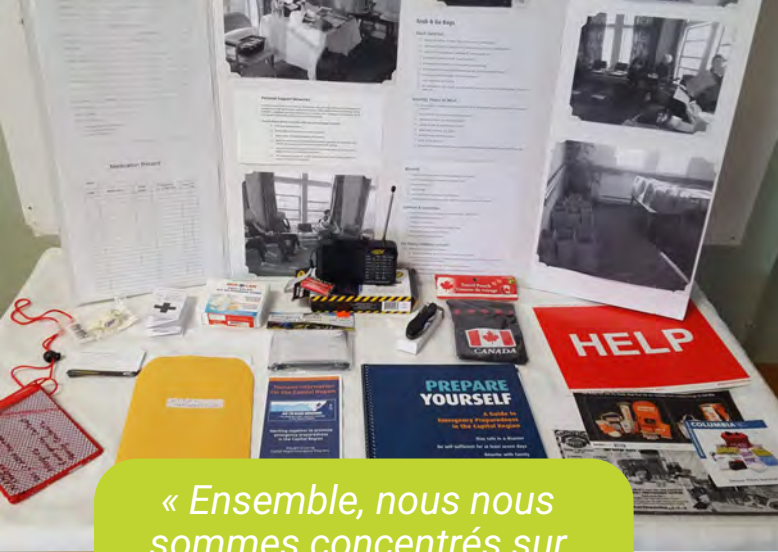
Projet pour créer des liens et se préparer

- Partage des compétences avec les voisins
- Projets liés à la sécurité alimentaire
- Réception éclair
- Plans et trousse de secours partagés
- Co-création d'espaces publics
- Systèmes de jumelage
- Réseaux de communication
- Rassemblements au sein d'un pôle de maisons ou d'un immeuble
- Aide mutuelle



LeBlond Place

- Immeuble de faible hauteur pour personnes âgées handicapées
- Distribution d'aliments sains
- Fournitures d'urgence partagées et système de compagnonnage
- Accès à de petites subventions pour une réception éclair



« Ensemble, nous nous sommes concentrés sur nos capacités plutôt que sur nos incapacités individuelles. »



Résultats du projet pilote



- **94 %** ont appris à mieux se connaître
- **100 %** ont tissé des liens plus étroits les uns avec les autres
- **100 %** ont acquis une meilleure compréhension des forces, des actifs et des vulnérabilités qui les unissent
- **100 %** ont pris des mesures pour mieux se préparer aux situations d'urgence

Partenaires du
projet pilote de mise
à l'échelle

CONNECT & PREPARE

City of North Vancouver

- North Shore Community Resources (NSCR)
- Silver Harbour Seniors' Centre
- North Shore Emergency Management (NSEM)
- City of North Vancouver's Planning & Development Department

City of New Westminster

- City of New Westminster's Office of Emergency Management
- Senior Services Society of BC
- City of New Westminster's Social Planning Department

City of Vancouver

- Mount Pleasant Neighbourhood House
- City of Vancouver Resilience and Disaster Risk Reduction Department

Bâtir des quartiers résilients

Hey Neighbour Collective





Mise à l'échelle des objectifs du projet pilote

Apprendre ensemble

- Mettre à l'essai
- Mettre en œuvre
- Adapter
- Évaluer
- Élaborer un modèle de mise à l'échelle durable



Stacy Barter

Directrice générale

Building Resilient Neighbourhoods

stacy@resilientneighbourhoods.ca



HEY NEIGHBOURS!
LET'S
*Connect &
Prepare!*
TOGETHER!

Brightside Community Homes Foundation

Supporting our Residents through Connection and Sociability



Independent Living:

no daily living services or supports

26 buildings:

20 self subsidized, 6 BCH Operating Agreements, 4 under development

Income Levels:

Must not exceed:

- \$57,500 for a bachelor or one-bedroom unit
- \$69,000 for a two-bedroom unit
- \$80,000 for a three-bedroom unit
- \$88,500 for a four-bedroom unit

Minimum of \$32,000/year

Rents:

- 30-40% of gross annual income, adjusted every year or every 2nd year.
 - Rental fees are calculated on a rent-geared-to income basis (ie. 30-40% of household total gross income, subject to minimum rent based on # of people).
- Minimum rent (for \$32,000 income) is \$800/unit



Community Development and Resident Support Department (CDRS)

Director of Community Development and Resident Support

- Oversees development and implementation of strategic priorities related to supporting ongoing wellbeing of Residents

Community Engagement Coordinator

- Inclusion of Resident voices / Resident Advisory
- Development and use of physical assets: Amenity spaces, Community Gardens, Service Provider In-services and education sessions
- Working with Community Groups, Service Providers and CRNs

Resident Support Specialist

- Information and Referral to Residents and Families
- Cross department support – Resident and Employees
- Liaising with community services and health authorities re. specific residents.



- **Academic research**
- **Systemic advocacy**

Brightside Residents



Survey:

What Information do you already have?

Formal, Informal, Active, Passive

Work with others, especially on larger or more complex issues.

Report Back!



MY IDEAL COMMUNITY:

- How would you describe it?
- What values might your ideal community hold?
 - brief, pleasant interactions
 - welcoming feeling
 - opportunities for longer visits / interactions
 - safety / feelings of safety
 - accepting the differences of others = culture
 - religion
 - etc.
 - celebrations together / gathering for special

Re/Connect to Residents

Challenges:

Power imbalance, post covid social malaise, not all buildings have space. Capacity can be an issue in terms of staff and budget. We know from the surveys that more than 1/3 not interested in getting to know their neighbour better.

Assets:

Resident Champions (find & develop), Information about needs (formal and informal survey responses), many buildings have ample amenity space and/or community gardens. **Resident Advisory Connections with networks, community organizations and universities.**



Mount Pleasant
Neighbourhood House

QUEST food exchange

reduce hunger with dignity, build community, boost sustainability

NEXGEN HEARING



HEY NEIGHBOUR!
Collective



wellnesspharmacy
NAZ'S PHARMACY



United Way
Lower Mainland

SFU SIMON FRASER
UNIVERSITY



Connect to Community

Actively seek relationship and partnerships

Know your needs, gaps and interests

Be open AND strategic

Be clear on the exchange



**Helping neighbours make
friendly, lively places.**

JENNIFER CONROY | MANAGER OF PROGRAMS & ACTIVITIES
PROGRAMS@WESN.CA | WESN.CA/CLOSE-TO-HOME





- activities & services
- 3 sites, 100 activities
- age 60-90 <women
- Farsi, Cantonese
- mixed income, mobility, wellness
- new EDI plan, out-trips, cultural events
- **activate connection**





- **3 years 4 buildings**
- **varying types & starts**
- **shared spaces**
- **enthusiastic residents willing to lead**
- **support of building management**
- **consistent help and encouragement**



the SURFCREST 55+ SOCIAL CLUB

join us!

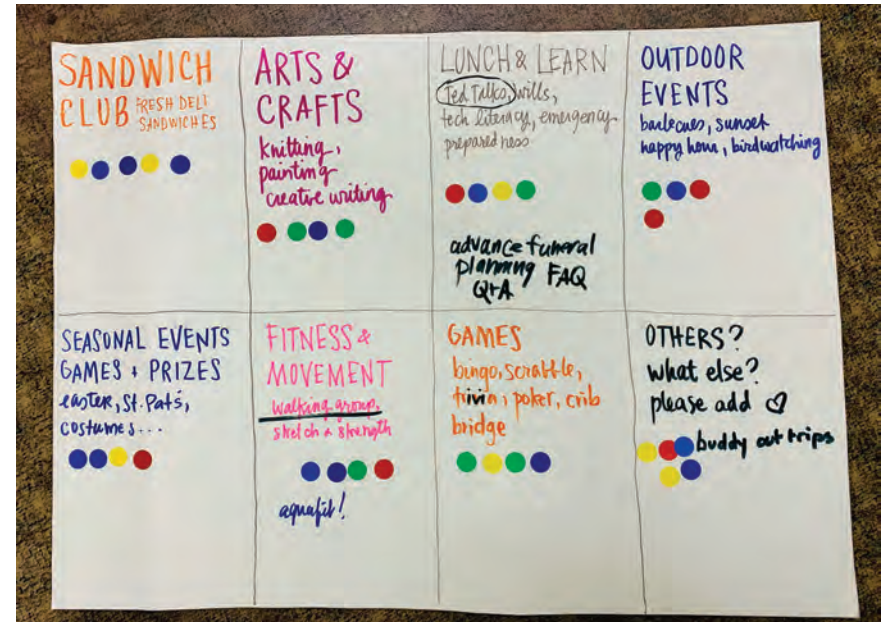
1 PM IN THE LOBBY
TUESDAY APRIL 12



Join residents Dianne, Sheila, & Brenda, with Jennifer (West End Seniors Network). You are invited to visit and share your activity ideas for Spring/Summer 2022.

How do you start?

- relaxed, fun ways to spark their ideas
- Lunch & Listen
- Lobby Intercept
 - friendly meeting
 - prizes & visuals
 - gathers interests
- build rapport & trust



the **TUESDAY SANDWICH CLUB**
join us!





And then what?

- talk through plans
- start a contact list
- be in touch regularly
- help promote events
- buy snacks, supplies
- gather more people
- **document & report**





What if nobody joins?

- **slow build = normal**
- **3 people is enough**
- **this isn't for a grade**
- **imagine next season**
- **invite them to things**
- **encourage self-care**
- **repeat, refine, share**





It can go badly!

- **too demanding ... forms, teams, commitments**
- **too complicated ... out-trip w pre-pay minimum**
- **too many cooks ... big personalities & opinions**
- **the shoulds ... your supervisor's long list**
- **too directive ... with them, not for them**
- **let them lead ... what they want to do and share**

Helping neighbours make friendly, lively places.

PROUD MEMBER OF THE HEY NEIGHBOUR COLLECTIVE
FUNDED BY THE CMHC NATIONAL HOUSING STRATEGY



Supporting community-building with how-to's and resources. We can help you make it happen.

JENNIFER CONROY | MANAGER OF PROGRAMS & ACTIVITIES
PROGRAMS@WESN.CA | WESN.CA/CLOSE-TO-HOME