



Impulsions, enseignements et recommandations du webinaire du 27 mars 2025

Digitalisation et promotion de la santé des personnes âgées

Synthèse et pistes d'action pour les responsables de projets et de programmes PAC

Ce document synthétise les contenus clés, témoignages et discussions du webinaire du 27 mars 2025. Il se fonde sur les interventions d'expert-e-s, les retours des participant-e-s ainsi que sur les nouvelles données de l'étude « Digital Seniors 2025 ».

Pourquoi ce sujet est stratégique

En Suisse, l'usage du digital par les personnes âgées reste très inégal. Dans un contexte de digitalisation rapide, y compris dans les services de santé publique, plusieurs questions se posent. Il s'agit notamment de l'équité d'accès, mais aussi de l'impact de cette transformation sur la qualité de vie.

« L'inclusion digitale des personnes âgées est une question de dignité mais également d'égalité d'accès aux services de santé. Nos projets peuvent faire la différence – à condition d'être pensés avec les personnes âgées. »

Ce qu'il faut retenir du webinaire

Une fracture digitale persistante

- Les personnes âgées ne forment pas un groupe homogène : 95% des 65 à 74 ans utilisent un smartphone, contre seulement 53% des 85+.
- Les plus âgées utilisent Internet de manière moins fréquente, et souvent pour des usages limités – par exemple, consulter les horaires de transports publics ou s'inscrire à une activité.
- Les profils les plus actifs en ligne sont majoritairement des hommes, avec un bon niveau d'éducation et des compétences numériques élevées.

Le digital comme levier pour la santé

- Soutien à l'autonomie (rappels de médication, services en ligne, meilleure compréhension de sa propre situation de santé).
- Accès à l'information sur la santé, maintien du lien social (p. ex. en consultant des sites de santé en ligne ou en échangeant avec des proches via les réseaux sociaux).
- Exemples d'outils : objets connectés, messageries, téléconsultations, capsules vidéo explicatives.

Mais aussi un facteur d'exclusion

- 8% des personnes âgées non connectées se sentent exclues.
- Certains dispositifs (bracelets d'alerte, robots) sont évités s'ils véhiculent une image de dépendance.
- Quand les attentes en matière de simplicité, de fiabilité et d'accompagnement humain ne sont pas satisfaites.

Freins identifiés

- « Trop compliqué »
- « Trop tard pour moi », pas d'utilité
- Méfiance vis-à-vis de la protection des données
- Peu de cours adaptés
- Manque de motivation

Ce que disent vos collègues

Ancrages identifiés dans les cantons

- Stratégies cantonales de digitalisation intégrant la thématique des personnes âgées (p. ex. BS, NE).
- Collaboration renforcée entre les directions de la santé, les services du numérique et les départements des affaires sociales.
- Intégration du thème dans les plans directeurs ou les stratégies cantonales sur le thème de la vieillesse et du numérique.

Besoins concrets exprimés

- Outils simples pour évaluer les besoins des personnes âgées (grilles, entretiens, questionnaires).
- Visibilité accrue des offres existantes de promotion de la santé, souvent méconnues à l'échelle locale, grâce aux solutions digitales.
- Soutien via des relais de confiance : enfants, proches, soignant-e-s, voisinage.

Exemples inspirants

- Rencontres intergénérationnelles autour du digital (p. ex. ateliers ou moments d'échange animés localement).
- Formations en petits groupes avec matériel fourni.
- Projets pilotes avec des assistants vocaux ou des applications simples à utiliser.
- Plateformes conçues *avec et pour* les personnes âgées (accessibilité, navigation intuitive).

Pour améliorer la visibilité des initiatives et des projets, documentez vos expériences et partagez-les avec les autres responsables de projets et de programmes PAC.

Recommandations concrètes pour intégrer le digital dans vos projets de promotion de la santé (PAC)

Enjeu	Piste d'action
Accès inégal au digital	Proposer des offres hybrides : en ligne, sur support papier et par téléphone – tout en valorisant les contacts personnels pour permettre une relation personnalisée.
Motivation faible	Valoriser les bénéfices immédiats (garder le lien, comprendre et renforcer sa santé).
Manque de formation	Organiser ou renvoyer à des cours en petits groupes, animés par des pair-e-s ou des personnes relais (« ambassadeur-ice-s du digital »).
Complexité des outils	Choisir des solutions simples, adaptées et testées localement.

Références

- Hugentobler, V., & Seifert, A. (2023). *AGE-Report V – Habiter, vieillir et voisiner*. Seismo Verlag. Disponible sur : www.age-report.ch
- Seifert, A. (2020). *Digital Seniors 2025 – La digitalisation dans le quotidien des personnes de 65 ans et plus en Suisse*. Pro Senectute Suisse. Disponible sur : www.prosenectute.ch
- Promotion Santé Suisse (2022). *Promotion de la santé pour et avec les personnes âgées*, chapitre 6 : Le numérique dans la promotion de la santé chez les personnes âgées. Disponible sur : www.promotionsante.ch/publications ou directement [ici](#)
- Webinaire «Digitalisation & santé des personnes âgées», organisé par Promotion Santé Suisse le 27 mars 2025, avec la contribution d'Alexander Seifert.
- Padlet collaboratif des participant-e-s – Résumé des retours, besoins et exemples de pratiques.