

Les seniors sont accros aux réseaux sociaux



C'est officiel, les seniors et les réseaux sociaux sont en étroite connexion. Selon un sondage réalisé par l'Institut Français des Seniors, 80 % des personnes âgées de plus de 55 ans appartiennent à une communauté virtuelle, avec une préférence avouée pour Facebook. On a essayé de comprendre pourquoi. Voici trois témoignages.

Jean Bernard, 71 ans, retraité.

« Pour moi, les réseaux sociaux sont un excellent moyen de rester en contact avec mes amis et ma famille. Je me connecte tous les jours pour écrire des messages à ma fille qui habite au Québec, et pour voir les photos de mes petits-enfants qu'elle m'envoie. Je crois que, grâce à cela, la distance qui nous sépare est moins longue, si vous voyez ce que je veux dire ».

Marguerite Moreau, 59 ans, commerçante.

« J'avoue que je consacre plusieurs heures par jour à lire les posts de mes amis et à leur envoyer des messages. Il y a des moments où les clients sont peu nombreux et les réseaux sociaux m'aident à ne pas souffrir de solitude ».

En plus d'échanger des nouvelles, les réseaux sociaux permettent aux plus de 55 ans de se familiariser avec les outils numériques et de ne pas se laisser distancer par la technologie. Les seniors utilisent volontiers leur smartphone, même s'ils possèdent un ordinateur. Et comme ils savent que leurs enfants ou leurs petits-enfants utilisent Instagram ou Snapchat, ils n'hésitent pas à se créer des profils sur ces réseaux pour ne pas perdre le contact avec les « natifs du numérique ».

Pierre Rousseau, 80 ans, ancien cadre dans une société franco-allemande a bien appris à exploiter les ressources d'Internet :

« Être membre d'un réseau me permet d'obtenir aisément des informations dans mes domaines favoris : la finance, le voyage et le bien-être. Et il y a des chances que je puisse rencontrer des personnes qui ont les mêmes centres d'intérêt que moi ».

Bref, plus d'échanges, plus de discussions, plus d'autonomie et donc un sentiment de bien-être et de sécurité renforcé.

1. La majorité des personnes âgées :

- ☐ **a.** trouvent que les réseaux sociaux ont trop de secrets pour elles.
- ☐ **b.** sont des fans de Facebook.

2. Pour quelle raison Jean Bernard utilise-t-il les réseaux sociaux ?

3. Expliquez la phrase : « Je crois que la distance qui nous sépare est moins longue ».

4. Marguerite Moreau utilise les réseaux sociaux parce qu'elle :

- ☐ a. exerce un métier où le numérique est indispensable.
- ☐ b. a des périodes d'inactivité pendant la journée.

5. Pourquoi les seniors se créent-ils des profils Instagram ou Snapchat ?

- ☐ Pour pouvoir communiquer avec les générations les plus jeunes.
- ☐ Pour montrer qu'ils sont encore jeunes.

6. Cochez les sites qui pourraient intéresser Pierre Rousseau :

- ☐ a. www.alternatives-economiques.fr
- ☐ b. www.protection-animaux.com
- ☐ c. www.france-voyage.com
- ☐ d. www.lefilmfrancais.fr

