

Société

LE CAPITALISME DE LA SOLITUDE À L'ASSAUT DES LIENS HUMAINS

Paul Klotz

29/08/2025

La solitude n'est plus seulement un sentiment intime : elle est devenue un fait social, aux conséquences sanitaires, économiques et politiques importantes. Dans sa troisième note de la série « La nouvelle condition sociale », après celles consacrées au sommeil et à la sédentarité, Paul Klotz alerte sur ce qu'il nomme le « capitalisme de la solitude », un système qui fragilise les liens humains, creuse les inégalités et coûte des milliards à la collectivité. Il plaide pour que la lutte contre l'isolement devienne une priorité politique, avec la création d'un véritable service public du lien social, afin de restaurer la cohésion et l'émancipation collectives.

Présentation du projet de la « nouvelle condition sociale »

« La nouvelle condition sociale », la nouvelle série de cinq notes initiée par la Fondation Jean-Jaurès sous la plume de Paul Klotz, débute par un constat : nos logiciels politiques s'appauvrissent. Les schémas globaux de pensée sur lesquels s'appuie la décision publique n'ont plus la même envergure qu'autrefois. À gauche, la « condition sociale » a longtemps été la boussole des grands réformateurs. Le socialisme ne naît-il pas de l'indignation suscitée par les conditions d'existence et de travail des ouvriers et de leurs familles ? L'érection de la notion de « condition sociale » comme clé de voûte de la compréhension du monde et des rapports de force a permis d'améliorer le sort des individus, la santé de leurs corps et d'acter la libération de leur temps libre.

Or, aujourd'hui, la lecture matérialiste des conditions d'existence, d'inspiration marxiste, paraît dépassée : on ne travaille plus à la chaîne, mais essentiellement derrière un écran ; nous avons du temps pour nous et presque tous accès aux services essentiels. Chacun admet, consensuellement, être partie prenante du système capitaliste et jouer avec ses règles. Dans de nombreuses familles politiques, des questions plus pointues, ayant souvent trait à des sujets sociétaux, ont pris le pas sur les questions matérielles, concrètes, qui résultent de la confrontation directe entre l'individu et ses besoins, physiologiques et moraux.

Cette solution n'est pas satisfaisante. Le débat public mérite d'être réarmé d'une pensée globale

sur la qualité réelle de la vie, dépassant le vocable fourre-tout de « pouvoir d'achat ». Car, au sein même des démocraties libérales, se dressent désormais des artisans de la régression sociale, autoritaires et populistes, ainsi qu'une industrie du numérique sans cesse plus astreignante.

Par cette nouvelle série, la Fondation Jean-Jaurès souhaite renouer avec une analyse sans concession de la réalité. À travers cinq notes, à paraître au cours des cinq prochains mois, Paul Klotz entend montrer quelles sont les nouvelles barrières objectives qui brutalisent l'individu et restreignent ses capacités d'émancipation. Pour cela, il identifie cinq facteurs qui constituent, selon lui, le panorama de la pénibilité contemporaine.

Retrouvez la présentation de cette série en [vidéo](#)

Longtemps, nos logiciels politiques se sont contentés d'approcher l'émancipation de l'individu par le biais de critères strictement économiques et matériels. Améliorer sa condition sociale, c'était d'abord améliorer son revenu et ses conditions de travail. Ce paradigme, d'inspiration marxiste, fut salubre en ce qu'il plaça, au cœur des priorités, le combat pour l'amélioration de la qualité de la vie. Aussi, jusqu'à aujourd'hui, le vécu de chacune des différentes couches de la population s'est globalement amélioré, tant *via* les effets de notre modèle social qu'à travers la libération du temps de travail et le développement économique, dont tous les citoyens ont pu bénéficier.

Il nous faut toutefois se rendre à une évidence : notre quotidien a-t-il, pour autant, été rendu plus supportable ? Non. De nouvelles contraintes, cette fois-ci placées en dehors du monde du travail, loin de la chaîne de production de l'ouvrier ou de la misère urbaine, frappent indistinctement. Il existe une pénibilité contemporaine qu'il nous faut découvrir ; une pénibilité qui, comme il y a cent cinquante ans, est omniprésente et inégalitaire. Omniprésente, en ce qu'elle est intrinsèque aux développements de la société de consommation et du numérique ; inégalitaire, en ce que la richesse ou le niveau d'éducation permet, pour partie, d'y échapper.

Cette « nouvelle condition sociale » est le fait de plusieurs facteurs qui n'existaient pas jusque récemment, et qui résultent de nos habitudes de vie, de nos imaginaires culturels ou encore de notre usage des écrans. Avec le manque de sommeil et la sédentarité, nous en avons déjà ausculté deux dans le cadre de ce cycle de notes, qui dessinent un individu fatigué, à fleur de peau, souvent immobile et parfois malheureux.

La solitude, qui constitue un fait social éminemment contemporain, nous paraît être un déterminant supplémentaire de cette « nouvelle condition sociale », car elle dégrade la santé, accentue les inégalités et nourrit une économie numérique prospérant sur l'isolement tout en en

transférant ses coûts induits à la collectivité. Pour le démontrer, nous la définirons simplement, ici, comme la situation d'une personne seule, soit qu'elle le soit objectivement (solitude objective), soit qu'elle ait le sentiment d'être isolée (solitude subjective).

La solitude : un fait social total creusant les inégalités

D'abord, citons quelques chiffres pour réaliser combien la solitude est, désormais, un fait social total reconfigurant l'organisation de nos sociétés.

En France, 12% des plus de 15 ans se trouvent dans une situation d'isolement objective, c'est-à-dire qu'ils n'ont aucun ou très peu de contact physique avec d'autres personnes¹. Ce chiffre est en hausse : seules 9% des personnes étaient isolées en 2010. En dehors des frontières françaises, un phénomène similaire s'observe dans la plupart des pays développés : un Américain moyen passait en moyenne 285 minutes seul par jour en 2003, contre 309 minutes en 2019².

Quant à la solitude subjective, que la recherche scientifique identifie comme la forme la plus intense et la plus préjudiciable pour les personnes qui en font l'expérience³, là encore, elle explose : d'après l'Ifop, tandis que 25% des personnes interrogées déclaraient se sentir seules en 2018, elles étaient 31% en 2024⁴.

Ainsi, la solitude, qu'elle soit objective ou subjective, touche toute la population. Mais du point de vue de l'âge, les premières victimes de l'isolement sont les plus jeunes : 40% des 18-24 ans déclarent souffrir d'un sentiment de solitude chronique. Cette perception va décroissant jusqu'à ne concerner plus que 20% des 65 ans et plus⁵.

Bien qu'omniprésente, la solitude ne frappe pas moins les individus de manière inégalitaire. Elle est un déterminant majeur de la reproduction des inégalités sociales. Plus l'on est pauvre et plus l'on a de chances d'être isolé. Mais ce même isolement favorise le maintien ou le renforcement de la précarité.

Ainsi, d'après une étude faite sur plusieurs milliers d'Européens en 2025, 49% des personnes appartenant au décile de revenus le plus bas déclaraient s'être senties seules au cours des sept derniers jours, contre seulement 15% chez celles du décile le plus élevé⁶. De la même manière, en France, en 2024, d'après la Fondation de France, « 17% des personnes disposant de bas revenus sont isolées, contre seulement 7% de celles disposant de hauts revenus⁷ ».

Or, la solitude renforce elle-même la dégradation de la condition sociale, en restreignant l'accès

aux droits, en limitant les rencontres ou encore en complexifiant la recherche d'un emploi⁸. En outre, elle produit des effets sanitaires massifs qui, eux-mêmes, affectent les perspectives d'émancipation des individus. Elle est, en effet, une source de souffrance, notamment physique, favorisant l'émergence de maladies et les risques de décès liés à des pathologies cardiovasculaires. La Fédération française de cardiologie suggère même que ses effets, sur le long terme, seraient équivalents aux désagréments d'une personne fumant quinze cigarettes par jour⁹.

Sur le plan de la santé mentale, elle accroît le risque de dépression et d'anxiété, affecte la qualité du sommeil et peut mener à des conduites autodestructrices (addictions, comportements alimentaires pathologiques...). L'isolement social s'accompagne aussi d'un risque accru de suicide, de déclin cognitif, de démence et affaiblit l'estime de soi, induisant des perceptions biaisées (hostilité, pessimisme...) dégradant les relations sociales.

La solitude apparaît ainsi comme une clé de lecture incontournable pour toute politique qui désirerait se battre en faveur de la libération des individus. Il n'est pas anodin, d'ailleurs, que la Fondation Jean-Jaurès s'attache à en faire l'analyse depuis plusieurs années déjà¹⁰. Elle est un nouvel obstacle, concret, à la qualité du vécu quotidien, tout comme elle est un frein réel entravant les combats pour l'égalité. Comme les autres facteurs de la « nouvelle condition sociale », son analyse approfondie permet d'en identifier les causes et donc, incidemment, de désigner les responsables d'une situation délétère dans laquelle sont placés des millions de citoyens.

Recevez chaque semaine toutes nos analyses dans votre boîte mail

[Abonnez-vous](#)

Les racines de la solitude

Plusieurs causes peuvent être identifiées pour expliquer l'avènement d'une solitude aux dimensions anthropologiques dans nos sociétés. La crise liée à la pandémie de Covid-19 fut, bien sûr, l'un des déclencheurs de la prise de conscience qui permit de qualifier la solitude de problème « épidémique ». Mais cette cause, tout comme le vieillissement démographique qui conduit à l'isolement d'une part croissante des seniors, revêt davantage les caractéristiques d'une simple manifestation. Une analyse plus poussée pourrait nous conduire à dresser deux constats.

En premier lieu, notre société se solidifie sur des liens communautaires plus friables qu'autrefois. La thèse a largement été étayée : plusieurs essayistes et sociologues ont développé l'idée que les grandes doctrines structurantes, qui autrefois irriguaient la vie de la cité, avaient tendance à disparaître, alors même qu'elles étaient productrices d'une sociabilité vertueuse. On a pu parler d'« archipélisation¹¹ » ou de fin des « grands récits¹² » en montrant l'effondrement des grands partis politiques de masse, des pratiques religieuses collectives ou encore des syndicats historiques.

Par-delà le visible, le régime de valeurs dominant qui irrigue l'individu a sa part de responsabilité : de la naissance à la mort, il se fonde sur la compétition sociale. Le néolibéralisme, en tant que système intellectuel et économique, encourage l'individu à se faire sans cesse l'entrepreneur de lui-même, donnant à voir un monde où seul paie l'effort, lequel doit toujours se faire au détriment d'autrui. Cette ambiance psychologique générale, qu'on peut nommer individualisme¹³, est très clairement visible dans certains faits contemporains.

Dans le monde du travail, la culture néolibérale tend à substituer à la reconnaissance basée sur le métier, l'expérience ou l'appartenance à une corporation une logique de différenciation individuelle : les trajectoires sont de plus en plus jugées à l'aune d'objectifs personnalisés, d'indicateurs de performance et de dispositifs de récompense au mérite qui mettent les salariés en situation de rivalité constante. Des plateformes telles que LinkedIn entretiennent cette course en avant en organisant le *storytelling* permanent des salariés au sein de leurs organisations. Dans le monde de la consommation, l'essor des systèmes de notation et de comparaison permanente entre clients traduit la pénétration de cette même culture de la rivalité au cœur des pratiques quotidiennes : chacun devient évaluateur et évalué, incité à optimiser son comportement pour se rendre attractif auprès d'inconnus.

Ce changement culturel, resté latent, s'est accompagné d'un retrait progressif des espaces cohésifs où l'individu pouvait faire communauté, sans même que la puissance publique ne s'en aperçoive. Un chiffre frappe : tandis que la France comptait 200 000 bistrotts en 1960, elle n'en compte plus que 40 000 environ aujourd'hui¹⁴. Certes l'épidémie de solitude n'est pas directement imputable à leur fermeture, mais cette dernière illustre le phénomène de disparition de lieux communs de socialisation. L'avènement des grandes surfaces, associée à la diminution des commerces de proximité, procède de la même logique : durant les décennies 1980 et 1990, 25 à 30% des petits commerces alimentaires ont disparu des territoires ruraux¹⁵.

Pour le dire avec un mot emprunté à Michel Foucault¹⁶, nos « hétérotopies », ces lieux abrités des logiques d'accélération, de compétition et de valorisation sociales s'effondrent. En ce sens, la transformation de notre rapport à la fête laisse par exemple penser qu'une partie de la population

rejette l'idée d'une vie collective festive au profit d'une pratique individualisée et privatisée de l'amusement¹⁷. Les espaces autrefois communautaires sont remplacés par de nouveaux espaces d'échanges et d'interactions désincarnés, tels que les plateformes d'achat ou les réseaux sociaux.

Car, en second lieu, le numérique a constitué un bouleversement majeur affectant nos interactions sociales. Comme nous vivons à l'ère du capitalisme numérique, une grande partie des secteurs économiques, parmi les plus lucratifs, prospère sur l'attention des individus et l'allongement de la disponibilité de ces derniers à l'égard des temps d'écran, permettant d'extraire des données et de proposer des services ultra-personnalisés. Ce temps passé sur l'écran est un temps socialement pauvre, qui renforce l'isolement social¹⁸.

D'ailleurs, il est frappant de voir, alors même que nous avons gagné énormément de temps libre du fait de l'automatisation des tâches domestiques et de la réduction du temps de travail, que nous ne nous sommes jamais sentis aussi seuls. Toutes les activités qui pouvaient être faites en communauté ou supposaient de sortir dehors, au contact du monde (ainsi de jardiner, bricoler ou encore cuisiner), ont soit stagné soit diminué en durée¹⁹. Dans le même temps, l'essentiel du temps libre gagné a été entièrement reconverti dans l'usage des écrans.

Or, ces écrans sont cause de solitude. Le cas des réseaux sociaux en constitue un exemple topique : pensés comme des dispositifs d'interconnexion entre les individus, ils produisent en réalité des sociabilités hypertrophiées et superficielles où chaque utilisateur est sommé de se mettre en scène, ou condamné à l'observation d'une vie collective à laquelle il n'est pas partie. Par nature, les réseaux sociaux accroissent le sentiment de solitude subjective en donnant à voir à l'utilisateur une vie sociale relativement plus riche que la sienne.

Une étude menée sur neuf années auprès de 6965 adultes néerlandais représentatifs démontre²⁰, à cet égard, que l'usage des réseaux sociaux conduit à une intensification du sentiment de solitude : qu'il s'agisse d'un usage passif (*scroll*, observation silencieuse, sans publication ni interaction) ou actif (mise en ligne de contenus ou réactions à ceux des autres), les deux pratiques se traduisent par une augmentation progressive de la solitude ressentie. Le phénomène est d'autant plus préoccupant qu'il fonctionne en boucle : plus les individus se sentent seuls, plus ils recourent aux réseaux, et plus ce recours alimente à nouveau leur solitude.

La condition solitaire moderne, qui détruit chaque jour un peu plus la cohésion sociale, résulte donc en grande partie de caractéristiques propres à l'ère contemporaine. Plus spécifiquement, les responsables politiques qui voudraient s'attacher à améliorer la condition sociale des citoyens ne doivent pas s'y tromper : le front principal de la lutte pour l'émancipation se déplace désormais de

l'usine vers l'écran.

Pis, en poussant l'analyse encore plus avant, nous pouvons établir que le capitalisme numérique possède un intérêt réel au développement de la solitude, qu'il entretient au détriment de la puissance publique.

Le capitalisme de la solitude : un *business* qui profite aux plateformes et appauvrit l'État

Dans une situation où les individus éprouvent, pour les raisons que nous venons d'évoquer, des difficultés croissantes à établir des liens avec les autres, des plateformes comme Tinder ou Meetic monétisent des composantes de la vie affective ordinaire. Des services de livraison à domicile, tels que Deliveroo ou Uber Eats, répondent à la multiplication des foyers composés d'une seule personne et à l'érosion du principe du repas collectif. La solitude alimentaire nourrit en quelque sorte une économie fondée sur la commande individuelle, la rapidité et l'absence de sociabilité, alors même que la restauration traditionnelle repose sur le partage et la fréquentation des lieux communs.

Tout n'est pas à jeter, loin de là : parfois, des outils apparaissent pour répondre au problème de l'isolement (ainsi des applications de bien-être et de santé mentale comme Petit Bambou²¹). Nous faisons simplement le constat que la solitude, à mesure qu'elle croît, devient le fonds de commerce d'un nombre croissant de services numériques qui, eux-mêmes, finissent par reconfigurer nos modes de vie. Ce cercle vicieux doit être brisé, car il accommode les citoyens à la banalité de l'isolement.

Ce « business » de la solitude constitue, au sens économique, une défaillance de marché, dans la mesure où la réponse privée au besoin de sociabilité ne corrige pas la cause première, mais tend à l'entretenir. Au surplus, la puissance publique supporte l'essentiel de ses coûts induits. Notre modèle social prend en effet en charge les troubles anxieux, les dépressions, les maladies cardiovasculaires et toutes les autres conséquences sanitaires qui résultent de l'isolement.

Une étude menée aux Pays-Bas tend à démontrer que la solitude augmente d'environ 10% les dépenses publiques liées à la prise en charge des troubles de santé mentale²². En France, ces dépenses représentent près de 27 milliards d'euros par an : on pourrait donc estimer, de façon très directe, que la solitude coûte *a minima* 2,7 milliards d'euros par an au contribuable français. Cette estimation, basse, tient seulement compte des remboursements de l'assurance maladie liés aux dépenses fléchées comme étant directement relatives à la santé mentale. Il est évident que le coût

public de la solitude est en réalité bien supérieur au chiffre que nous avançons. La collectivité paie donc le prix de l'isolement, tandis que le capitalisme numérique en tire profit.

Pour un « service public du lien social »

Face à cette situation, dans laquelle la solitude accroît les inégalités, fragilise la santé publique et alimente une économie privée dont les profits reposent sur l'isolement des individus, l'inaction publique ne peut qu'aggraver la dégradation de la condition sociale. Laisser se développer un marché de la solitude, qui externalise ses coûts sur la collectivité sans jamais en corriger les causes, reviendrait à renoncer au sens même de l'action politique.

C'est probablement parce que, depuis si longtemps, la solitude est traitée comme un état intime, désiré et qui élève l'âme, qu'il est à ce point difficile d'en parler. Cette représentation, héritée de la philosophie stoïcienne ou encore de la religion catholique, a longtemps empêché de saisir la problématique de l'isolement sous l'angle collectif. Aussi, la solitude n'est pas vraiment, ou depuis récemment seulement, un sujet politique : on la cantonne au domaine de l'esprit à défaut de la voir comme un fait social. On la range dans les sentiments de la vie courante sans vouloir la sortir du champ de la psychologie, langage dans lequel les pouvoirs publics, habitués à brasser les masses et les chiffres, sont incultes.

Dès lors, une politique publique volontariste doit être conçue pour recréer les conditions d'une sociabilité accessible à tous, sur un modèle comparable à celui qui guida la construction de l'État social au XX^e siècle. Puisque les problèmes politiques aux dimensions épidémiques supposent des remèdes immenses, nous proposons la création d'un nouveau service public du lien social.

Qu'est-ce qu'un service public²³ ? Dans la tradition française, il s'agit d'une activité d'intérêt général assurée ou garantie par la puissance publique, selon trois grands principes : l'égalité, qui implique que tous les citoyens, sans distinction de ressources ou de statut, puissent y accéder dans les mêmes conditions ; la continuité, qui suppose que le service soit assuré sans interruption, indépendamment des aléas économiques ou politiques ; et l'adaptabilité, qui autorise son évolution afin de répondre aux besoins nouveaux de la société.

Transposés au champ du lien social, ces principes signifient que la lutte contre la solitude ne peut être laissée aux seules initiatives privées ou associatives, aussi précieuses soient-elles, mais doit devenir une responsabilité assumée par la collectivité. Le service public du lien social se définirait donc comme un dispositif institutionnel pérenne, visant à accompagner chaque citoyen dans l'identification et la sortie de l'isolement, et à garantir à tous un accès minimal à des relations

sociales réelles, à travers un ensemble coordonné de politiques publiques.

Concrètement, des administrations existantes pourraient être mobilisées pour faciliter le repérage des personnes en situation d'isolement. Les médecins généralistes, les hôpitaux, les caisses de retraite, France Travail, les centres communaux d'action sociale, mais aussi l'école et l'université disposeraient d'outils leur permettant de signaler les situations d'isolement objectif ou de solitude ressentie. Ces signalements seraient ensuite relayés vers un réseau de lieux de convivialité labélisés par le service public du lien social (maisons de quartier, bibliothèques, associations sportives et culturelles, cafés associatifs...).

Dans ces lieux, facilement accessibles et ancrés dans le quotidien des habitants, travailleraient des médiateurs du lien social. Ces derniers pourraient être incarnés par deux types de profils : d'une part, des volontaires spécifiquement formés par la puissance publique, issus du monde associatif, de l'action sociale ou de l'éducation populaire, pourraient apporter leur expérience ; d'autre part, des agents publics déjà en contact régulier avec le public pourraient se voir reconnaître une mission supplémentaire de médiation sociale, intégrée à leurs fonctions.

Leur mission consisterait à accueillir les personnes isolées, de manière souple et informelle, loin de toute rigidité bureaucratique, afin de leur proposer des parcours d'intégration dans de nouvelles sociabilités. Par exemple, les médiateurs pourraient faciliter l'entrée des personnes isolées dans des associations ou des clubs, et lever les obstacles pratiques qui empêchent l'accès aux sociabilités ordinaires, qu'il s'agisse du transport, des formalités d'inscription ou du coût.

Ce dernier point est central : le lien entre pauvreté et isolement est désormais établi. Plus les revenus sont faibles, plus la probabilité de se retrouver seul est élevée. Les médiateurs du lien social auraient donc la responsabilité de mobiliser les aides publiques existantes et de proposer une aide spécifique de sortie de l'isolement, destinée à couvrir temporairement les frais liés à l'accès aux activités sociales, culturelles ou sportives. Cette aide, contrôlée et attribuée par les médiateurs, permettrait de neutraliser l'obstacle financier qui constitue aujourd'hui l'un des déterminants les plus puissants de la solitude.

Pour beaucoup, son financement peut paraître injustifié dans un contexte de contrainte budgétaire. Nous ne sommes pas d'accord avec cette idée, pour deux raisons. Premièrement, il s'agirait d'une aide unique et ciblée, strictement conditionnée à l'absence d'autres dispositifs mobilisables et individualisée en fonction de la situation de l'utilisateur, ce qui en limiterait le coût global. Deuxièmement, cette dépense, par nature faible, serait rentable à long terme, puisqu'en réduisant les conséquences sanitaires et sociales de l'isolement, elle permettrait de contenir des

charges publiques autrement bien plus élevées.

L'institution d'un service public du lien social gagnerait également à être incarnée politiquement, afin d'en affirmer la légitimité et de garantir sa pérennité. La désignation d'un ministre ou d'un secrétaire d'État spécifiquement chargé de cette mission constituerait en ce sens un signal fort. Des précédents existent déjà : le Royaume-Uni s'est doté en 2018 d'un *Ministry for Loneliness* et le Japon, en 2021, d'un poste ministériel consacré à la lutte contre l'isolement social. Ces expériences, bien que d'efficacité variable, ont eu le mérite de reconnaître la solitude comme un problème collectif appelant une réponse publique coordonnée.

Un ministre dédié aurait en outre l'avantage de pouvoir faire de la prospective sur le sujet de la solitude et de préparer la puissance publique à des phénomènes nouveaux dont elle peine à prendre toute la mesure. En ce sens, l'apparition et la généralisation des bots conversationnels issus de l'intelligence artificielle générative illustrent la nécessité d'une telle anticipation. Ces dispositifs, qui se présentent comme des substituts relationnels, sont déjà utilisés par des millions de personnes pour tromper la solitude, en particulier parmi les plus jeunes. Leur diffusion rapide montre que la demande sociale de lien est massive, mais qu'elle risque d'être satisfaite par des solutions artificielles, commercialisées par de grandes entreprises privées et dépourvues de toute garantie éthique ou démocratique.

Conclusion

La chose est entendue : la solitude n'est pas qu'un simple état affectif individuel, mais un fait social total qui, en dégradant la santé, en creusant les inégalités et en affaiblissant la puissance publique, redessine la condition contemporaine. Immagée au cœur de nos vies, elle paraît agir comme un obstacle à l'émancipation, comparable hier à l'exploitation du travailleur. C'est pourquoi il nous faut la reconnaître comme un problème politique prioritaire. Refuser de la considérer comme telle reviendrait à abandonner notre capacité à faire société, au profit de logiques de marché qui prospèrent sur l'isolement.

1. *Étude Solitudes 2024*, Fondation de France, 2025.
2. *U.S. Department of Health and Human Services*, *Our Epidemic of Loneliness and Isolation: The U.S. Surgeon General's Advisory on the Healing Effects of Social Connection and Community*, 2023.
3. Sébastien Dupont, « La solitude : une maladie du XXI^e siècle », *Spiritualité Santé*, vol. 11, n°3, 2018, pp. 24-27.
4. Ifop pour Astrée, Baromètre sur la solitude - vague 5, 23 janvier 2025.
5. *Ibid.*
6. Arran J. Davis, Emma Cohen et Daniel Nettle, « Associations amongst poverty, loneliness, and a defensive symptom cluster characterised by pain, fatigue, and low mood », *Public Health*, vol. 242, mai 2025, pp. 272-277.

7. Fondation de France, *op. cit.*
8. Organisation mondiale de la santé, « Social connection linked to improved health and reduced risk of early death », communiqué du 30 juin 2025.
9. « Un Français sur deux touché par la solitude : quel impact sur la santé ? », Mutuelle Air France, 2 février 2024.
10. Voir par exemple : Adrien Broche, François Miquet-Marty et Lucia Socias, *De la solitude choisie à la solitude subie. Enquête sur une « sociose »*, Fondation Jean-Jaurès, 29 juin 2023 ; Christelle Craplet, Jérémie Peltier et Adélaïde Zulfikarpasic, *Réhumaniser la société de l'absence*, Fondation Jean-Jaurès, 3 décembre 2024.
11. Jérôme Fourquet, *L'archipel français. Naissance d'une nation multiple et divisée*, Paris, Seuil, 2019.
12. Jean-François Lyotard, *La condition postmoderne*, Paris, Éditions de Minuit, 1979.
13. Adélaïde Zulfikarpasic, *Réhumaniser la société de l'absence. Comment recréer du lien et lutter contre la disparition de l'humain ?*, La Tour-d'Aigues, L'Aube/Fondation Jean-Jaurès, 2025.
14. Statista, via Insee et France Boisson.
15. Jean Soumagne, *Commerces et espaces fragiles. Essai sur la revitalisation du commerce en milieu urbain et rural*, Actes du colloque d'Angers, Coll. Commerces et société, CNRS, 2002.
16. Michel Foucault, « Des espaces autres », Conférence au Cercle d'études architecturales, 14 mars 1967, in *Architecture, Mouvement, Continuité*, n°5, 1984, pp. 46-49.
17. Jérémie Peltier, *La fête est finie ?*, Paris, Éditions de l'Observatoire, 2021.
18. Bruno Patino, *La civilisation du poisson rouge. Petit traité sur le marché de l'attention*, Paris, Grasset, 2019.
19. Paul Klotz, *L'État à la recherche du temps perdu*, Fondation Jean-Jaurès, 28 juin 2021.
20. James A. Roberts, Phil D. Young et Meredith E. David, « The Epidemic of Loneliness: A 9-Year Longitudinal Study of the Impact of Passive and Active Social Media Use on Loneliness », *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30 décembre 2024.
21. Petit Bambou est une application mobile de méditation guidée qui propose des programmes audio et visuels destinés à accompagner la pratique de la pleine conscience au quotidien.
22. Rachele Meisters, Daan Westra, Polina Putrik, Hans Bosma, Dirk Ruwaard et Maria Jansen, « Does Loneliness Have a Cost? A Population-Wide Study of the Association Between Loneliness and Healthcare Expenditure », *International Journal of Public Health*, vol. 66, 2 février 2021.
23. Émilie Agnoux, *Puissance publique. Contre les démolisseurs d'État*, La Tour-d'Aigues, L'Aube/Fondation Jean-Jaurès, 2025.