

Accompagner l'aîné et son proche dans la transition de conducteur à passager : Présentation d'une trousse sur la capacité à conduire de la personne aînée

Camille Savoie, PhD

Professeure adjointe – Faculté des sciences infirmières, Université Laval

CENTRE D'EXCELLENCE SUR LE VIEILLISSEMENT DE QUÉBEC:
MIDI-MAILLAGE CHERCHEURS ET CLINICIENS – 14 SEPTEMBRE 2023



Financé en partie par le gouvernement
du Canada par le biais du Programme
Nouveaux Horizons pour les aînés





Déclaration d'intérêt

Aucun conflit d'intérêt à déclarer

Plan

- Origine du projet
- Équipe de travail
- Démarche d'élaboration et de validation de la trousse
- Présentation de la trousse
- Projet à venir...

Origine du projet

Besoins des intervenants du milieu communautaire!



Équipe de travail



Camille Savoie, inf., PhD
Professeure
Université Laval



Martin Lavallière, PhD
Professeur
Université du Québec à Chicoutimi

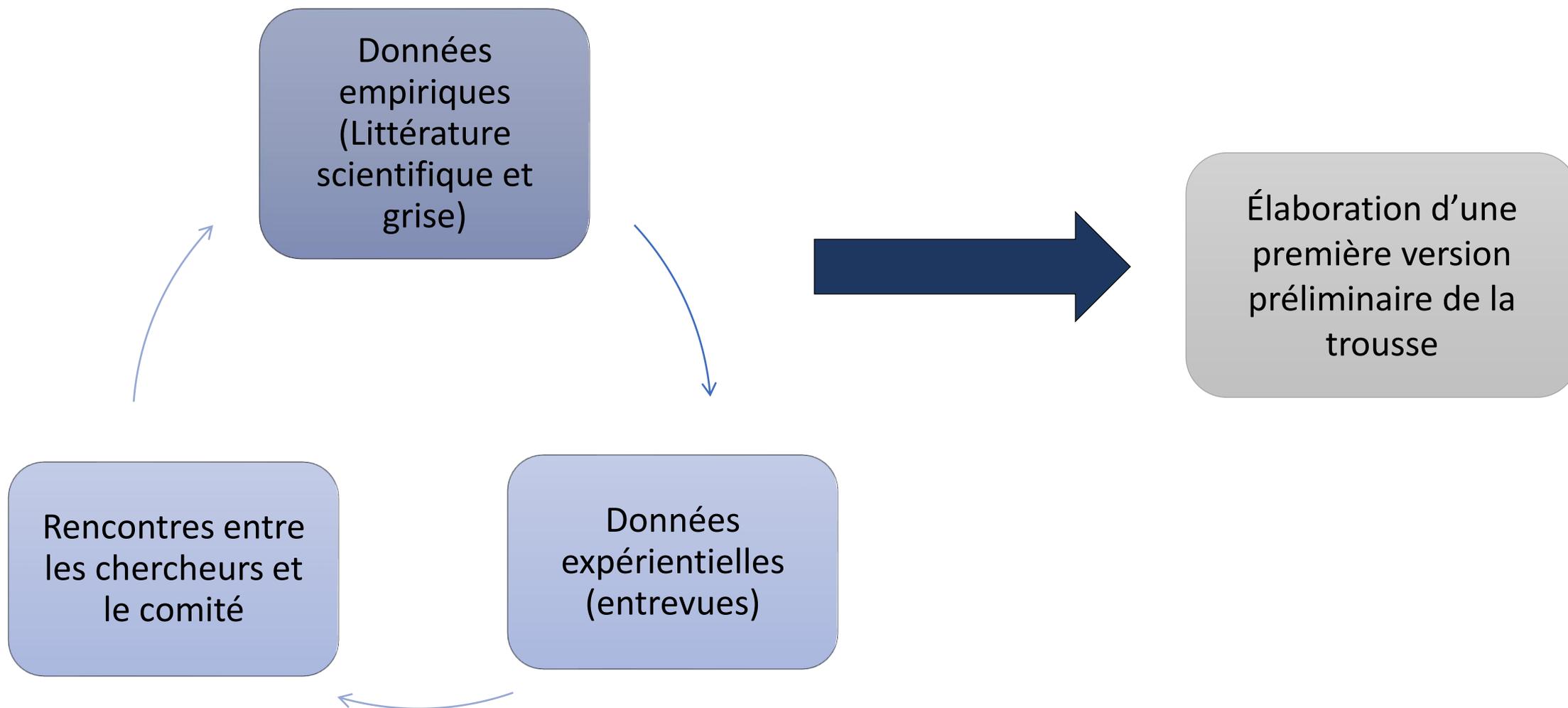


Sylvie Rey, inf., PhD
Professeure
Université du Québec à
Trois-Rivières

Comité accompagnement transport:

- **Annie Deschênes**, Organisatrice communautaire, CISSS de Chaudière-Appalaches
- **Bernard Dumais**, aîné impliqué dans sa communauté
- **Caroline Gosselin**, Coordinatrice des services de soutien à domicile, Convergence action bénévole
- **Denis Gingras**, travailleur de proximité, Maison des Aînés de Lévis
- **Dominic Germain**, conseiller en développement, Ville de Lévis
- **Jérôme Métivier**, Directeur du service communautaire, Office municipal d'habitation de Lévis
- **Lison Mailloux**, Directrice générale, Service d'entraide St-Romuald inc.
- **Rosaire Simoneau**, aîné impliqué dans sa communauté
- **Sarah Gauvin**, Directrice, Service d'entraide de Breakeyville
- **Frédéric Desjardins**, accompagnateur des milieux de l'IVPSA

Démarche d'élaboration de la trousse

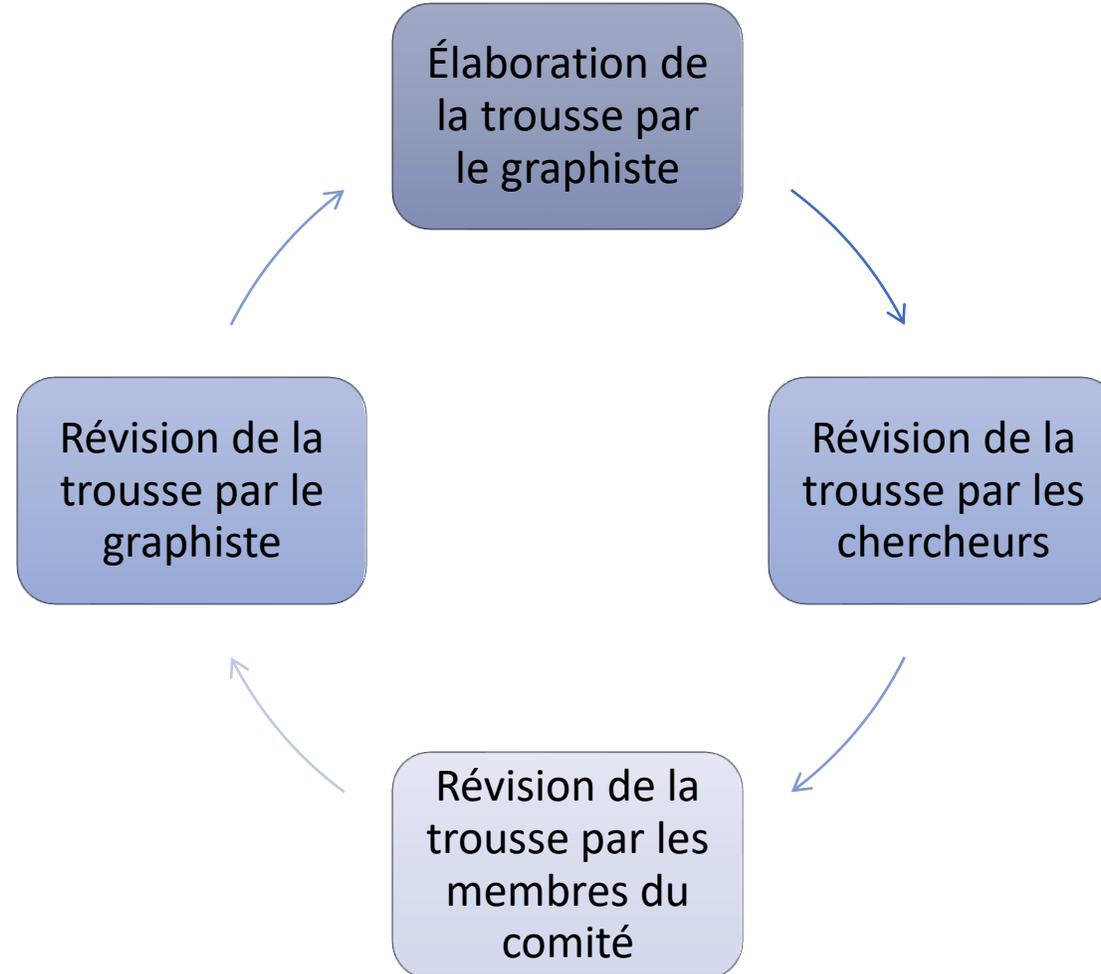


Démarche d'élaboration de la trousse: Entrevues

- **N = 12**
- Femmes : 8 et Hommes : 4
- Membres du Comité Accompagnement Transport: 4
- Bénévoles à la Maison des aînés : 3
- Intervenants communautaires (employés): 6
- Citoyens: 3

Démarche de validation de la trousse

Plusieurs cycles
de validation



La présentation de la trousse!

À qui s'adresse la trousse?

Secteur Lévis /
St-Lambert-de-
Lauzon

1) Aux personnes âgées et 2) aux proches:

- Sensibiliser aux capacités requises pour conduire;
- Permettre d'envisager et d'adopter des alternatives à la conduite automobile.

3) Aux intervenants:

- Fournir un outil leur permettant de promouvoir un processus de réflexion auprès de l'ainé afin qu'il se prépare à vivre des transitions et à adopter de nouvelles habitudes afin de rester autonome et de répondre à ses besoins en termes de mobilité.

Trousse sur la capacité à conduire de la personne aînée

La trousse comprend trois sections indépendantes l'une de l'autre:



Trousse sur la capacité à conduire de la personne âgée

Chaque section de la trousse est structurée de la même façon, soit selon trois moments clés pour la personne âgée:



Moment clé 1 :
Plaine capacité de conduire une voiture



Moment clé 2 :
Inquiétudes et signaux d'alerte



Moment clé 3 :
Perte temporaire ou définitive de la capacité de conduire une voiture



TROUSSE SUR LA CAPACITÉ À CONDUIRE DE LA PERSONNE ÂNÉE



Trousse sur la capacité à conduire de la personne aînée: Mode d'emploi

Voici une trousse sur la capacité à conduire de la personne aînée. Cette trousse a pour objectif de sensibiliser la personne aînée et le proche quant aux capacités requises pour conduire, mais aussi de leur permettre d'envisager et d'adopter des alternatives à la conduite automobile.

La trousse vous permet de promouvoir un processus de réflexion qui, idéalement, devrait débiter lorsque la personne aînée a sa pleine capacité à conduire. Le processus de réflexion lui permet de se préparer à vivre des transitions et à adopter de nouvelles habitudes qui lui permettront de rester autonome et de répondre à ses besoins en termes de mobilité.

La trousse est organisée en trois sections principales :

1. Documents pour l'intervenant ou le bénévole;
2. Documents et ressources pour la personne aînée qui conduit ou qui ne conduit plus;
3. Documents et ressources pour le proche de la personne aînée.

Les documents pour les personnes aînées et pour les proches sont indépendants les uns des autres. Vous pouvez remettre une partie de la trousse seulement, lors d'une rencontre par exemple où vous identifiez un besoin précis. Vous pouvez aussi remettre la trousse au complet lors d'une activité de groupe sur la conduite automobile par exemple.

La capacité à conduire de la personne aînée est abordée à travers trois moments clés pour la personne aînée soit :



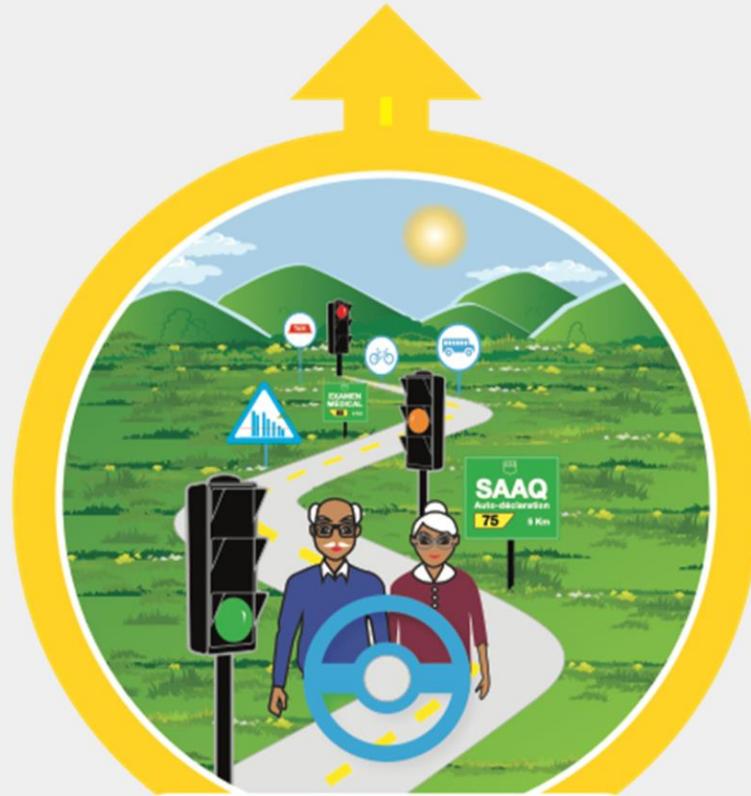
Moment clé 1 :
Pleine capacité de conduire une voiture



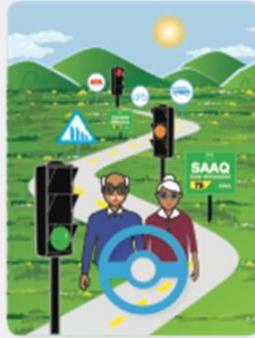
Moment clé 2 :
Inquiétudes et signaux d'alerte



Moment clé 3 :
Perte temporaire ou définitive de la capacité
de conduire une voiture



**TROUSSE
SUR LA CAPACITÉ
À CONDUIRE
DE LA PERSONNE AÎNÉE**



Capacité à conduire de la personne aînée: Promouvoir les capacités et adopter des alternatives

Vieillesse et conduite automobile

Savez-vous que le processus normal de vieillissement amène des changements au niveau physique et mental? Ces changements peuvent entraîner des modifications au niveau de votre capacité à conduire. Toutefois, cela ne signifie pas pour autant que vous devenez incapable de conduire en vieillissant !

Par contre, cela signifie qu'il est important que la personne aînée s'intéresse à sa capacité à conduire **avant** d'avoir des difficultés et qu'elle devrait :

- Être attentive à certains signes;
- Adopter ou conserver certaines habitudes de vie pour maintenir sa santé;
- Entraîner sa capacité à conduire par certaines activités;
- Se soumettre à certains suivis;
- Planifier la perte momentanée ou définitive possible de son permis de conduire;
- Envisager et adopter de nouvelles alternatives pour se déplacer.

Pour maintenir votre capacité à conduire et le faire le plus longtemps possible en toute sécurité, vous pouvez prendre des initiatives et trouver du soutien auprès de vos proches et de divers organismes et associations de votre région. Cette trousse est là pour vous aider dans vos démarches et votre cheminement.

Il est possible de présenter **trois moments clés** en relation avec la capacité à conduire de la personne aînée au Québec :



Moment clé 1 :
Pleine capacité de conduire une voiture



Moment clé 2 :
Inquiétudes et signaux d'alerte



Moment clé 3 :
Perte temporaire ou définitive de la capacité de conduire une voiture

Des pistes d'action et des ressources existent pour chacun de ces moments clés.
Nous vous les présentons dans les pages suivantes.



Moment clé 1 : Pleine capacité de conduire une voiture

DESTINÉE AUX AÎNÉS

Adopter ou conserver de saines habitudes de vie pour garder une santé physique et mentale optimale

Le fait d'être en bonne santé favorise la capacité à conduire. En effet, une personne qui a des problèmes de santé physique ou mentale peut vivre des difficultés. Les professionnels de la santé sont également des ressources aidantes. Enfin, des ateliers divers existent en ligne ou dans la communauté.

Conserver votre capacité de conduire et développer de nouvelles habiletés

Vous devez être attentif à conserver vos capacités pour la conduite. Plusieurs activités peuvent être réalisées et des cours de conduite adaptés aux aînés existent.

Vous avez moins de 75 ans ?

Réalisez une autoévaluation simple de votre capacité de conduire.

Avant 75 ans, vous n'êtes pas obligé de réaliser une évaluation de votre capacité à conduire. Toutefois, ce genre de démarche peut vous aider à rester attentif à vos capacités à conduire et à détecter des signaux d'alerte. Savez-vous que toute personne doit déclarer à la SAAQ tout changement de son état de santé qui peut nuire à la conduite dans les 30 jours qui suivent ce changement ?

Vous avez 75 ans ?

Vous devez réaliser une autodéclaration médicale obligatoire envoyée par la SAAQ.

Il est important de réaliser cette démarche de façon honnête. Vous pouvez profiter de cette évaluation obligatoire pour discuter avec vos proches. Par exemple, leur demander comment ils trouvent votre conduite ou leur demander s'ils ont des inquiétudes pour le présent ou pour le futur.

Pensez à anticiper une éventuelle perte de capacité et trouvez des solutions alternatives

Il n'est jamais trop tôt pour bien faire !

- Avez-vous déjà pensé comment maintenir vos activités de la vie quotidienne sans voiture ?
- Savez-vous quelles sont vos ressources et vos options ?
- Avez-vous déjà pris les transports publics de votre ville ?
- Conduisez-vous un autre véhicule comme le vélo ?
- Avez-vous déjà discuté de cela avec vos proches ?
- Savez-vous qui contacter au cas où votre capacité serait temporairement altérée ?

Moment clé 1



Moment clé 1 : Pleine capacité de conduire une voiture

DESTINÉE AUX AÎNÉS



Des ressources pour vous :

Annexe 1. Société de l'Assurance Automobile du Québec – SAAQ : Au volant de ma santé
Au volant de ma santé (gouv.qc.ca)

Annexe 2. Société de l'Assurance Automobile du Québec – SAAQ : La sécurité routière n'a pas d'âge

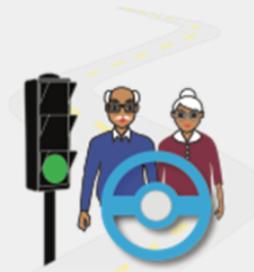
Comme conducteur, vivez-vous l'un ou l'autre des problèmes suivants? (gouv.qc.ca)

Annexe 3. Outil OSCAR : Outil de Sensibilisation aux Capacités requises pour une conduite Automobile sécuritaire et Responsable pour les aînés

En ligne : l'Association canadienne des automobilistes (CAA) propose une trousse d'information destinée aux personnes âgées et à leurs proches. Il est possible de la consulter en ligne : *Conducteurs âgés - CAA National*. La trousse propose entre autres une autoévaluation simple de la conduite pour les conducteurs aînés : *untitled (caa.ca)*. La CAA offre également des cours de conduite adaptés aux aînés dans certaines régions du Québec: <https://ecoledeconduite.caaquebec.com/formations-aux-particuliers/cours-de-conduiteadapte-aux-aines/>

De plus, si vous vivez des problématiques ou vous désirez parfaire vos capacités de conduite, des services publics ou privés d'ergothérapie peuvent également être utiles et vous aider à conserver vos capacités de conduire! Vous pourriez aussi demander une évaluation si vous avez des doutes quant à vos capacités de conduire, en consultant cette ressource en ligne :

<https://www.csq.org/m-informer/trouver-un-ergotherapeute.html>



Moment clé 1



Moment clé 2 : Inquiétudes et signaux d'alerte

Repérer les signaux d'alerte qui doivent vous inquiéter

Des documents décrivant les signaux d'alerte pour les conducteurs âgés existent. Voyez les ressources qui vous sont proposées!

Il n'est pas nécessaire d'attendre d'observer plusieurs signaux d'alerte. Aborder la question de façon précoce vous permet d'ouvrir le dialogue avec vos proches et les professionnels de la santé qui peuvent vous accompagner dans le maintien de votre permis ou la cessation de votre conduite.

Répondez à la question

Pouvez-vous encore prendre le volant sans risque de causer un accident pouvant vous blesser ou blesser les gens que vous croisez sur votre route? ».

Si votre réponse est « non » ou si vous n'êtes pas entièrement certain de pouvoir répondre « oui », demandez de l'aide pour évaluer vos capacités. Le premier pas commence peut-être par en parler à un proche de confiance ou à un professionnel de la santé.

Condition de santé : vos obligations

La SAAQ énonce très clairement certaines conditions médicales ayant une incidence sur la conduite automobile. Voici les plus répandues : maladies de l'œil et déficience visuelle, maladies cardiovasculaires, troubles cognitifs, épilepsie et diabète. Parlez de votre capacité à conduire à vos professionnels de la santé et renseignez-vous sur les impacts de la maladie pour le futur! Il existe peut-être des possibilités pour adapter votre conduite ou votre véhicule! Soyez proactif!

Réalisez l'auto-évaluation de vos capacités

Il n'est pas toujours facile de juger des atteintes à sa capacité de conduire sont par soi-même. Il arrive aussi de minimiser la portée et l'importance de ces atteintes. Vous pouvez demander de l'aide à une personne de confiance pour parler de vos capacités et pour réaliser votre autoévaluation (annexe 3).

Identifiez des solutions alternatives pour le futur

Il est important de savoir que des solutions existent ! Vous pouvez conserver votre liberté et votre autonomie, mais il est préférable de se préparer plutôt que de devoir s'adapter en urgence.

- Explorer les possibilités.
- Discutez-en avec vos proches.
- Demandez aux organismes de soutien, ils peuvent vous aider



Moment clé 2 : Inquiétudes et signaux d'alerte

Perte de la capacité à conduire de la personne âgée : quels sont les signaux d'alerte?



Consultez les documents en annexe!

Annexe 4. La SAAQ propose un document pour les conducteurs âgés :

Comme conducteur, vivez-vous l'un ou l'autre des problèmes suivants? (gouv.qc.ca)

Annexe 5. L'évaluation simple de la conduite proposée par la CAA :

https://www.caa.ca/app/uploads/2021/02/Evaluation-simple-de-la-conduite.pdf

Annexe 6. Document de la SAAQ qui explique pourquoi vous devez faire une évaluation médicale :

Pourquoi une évaluation médicale? (gouv.qc.ca)

Annexe 7. Document d'autodéclaration médicale de la SAAQ à compléter lorsque vous aurez 75 ans:

https://saaq.gouv.qc.ca/fileadmin/documents/formulaires/autodeclaration-medicale.pdf

En ligne : : retourner regarder les sections suivantes de la trousse d'information de l'Association canadienne des automobilistes (CAA) : Entretien ses compétences

Vous avez un problème de santé particulier ? Voici quelques organismes ressources

- **Fondation des maladies de l'œil :** *https://fondationdesmaladiesdeloeil.org/fr/*
- **Audition Québec :** *Audition Québec - La santé auditive (auditionquebec.org)*
- **Fondation des sourds du Québec :** *Accueil - Fondation des Sourds du Québec*
- **Fondation des maladies du cœur et de l'AVC du Canada :** *Fondation des maladies du cœur et de l'AVC du Canada | Accueil (coeuretavc.ca)*
- **Association québécoise de l'épilepsie :** *Association québécoise de l'épilepsie (associationquebeoisepilepsie.com)*
- **Diabète Québec :** *Diabète Québec: association sans but lucratif pour personnes diabétiques (diabete.qc.ca)*
- **Société Alzheimer Canada :** *https://alzheimer.ca/sites/default/files/documents/conversations_la-conduite-automobile-et-les-maladies-neurodegeneratives.pdf*
- **Parkinson Québec :** *Parkinson et conduite automobile : conduire en sécurité (parkinsonquebec.ca)*

Retournez l'original du formulaire au :
Service de l'évaluation médicale et du suivi du comportement
Société de l'assurance automobile du Québec
Case postale 19500, succursale Terminus
Québec (Québec) G1K 8J5

Nom _____ Prénom _____ Numéro de permis de conduire _____
Adresse (numéro, rue, appartement) _____ Date de naissance (Année-Mois-Jour) _____
Ville, village ou municipalité _____ Code postal _____ Téléphone (résidence) _____ Téléphone (travail) _____ Poste _____

Certaines conditions médicales peuvent affecter la conduite sécuritaire d'un véhicule routier. Selon le Code de la sécurité routière, vous devez déclarer à la Société TOUT NOUVEAU PROBLÈME OU TOUTE DÉTÉRIORATION DE VOTRE ÉTAT DE SANTÉ QUE VOUS N'AVEZ PAS ENCORE SIGNALÉ. Cochez la ou les cases appropriées à votre situation.

1. Je porte des lunettes ou des lentilles cornéennes pour conduire.	<input type="checkbox"/>	10. J'ai des troubles cognitifs (démence, maladie d'Alzheimer, problèmes de mémoire ou d'orientation, etc.).	<input type="checkbox"/>
2. J'ai une maladie des yeux (cataracte, glaucome, rétinopathie, dégénérescence maculaire, vision double, perte ou vision nulle d'un œil, etc.).	<input type="checkbox"/>	11. J'ai déjà fait des crises d'épilepsie.	<input type="checkbox"/>
3. J'ai une surdité et je conduis un minibus, un autobus ou un véhicule d'urgence ou je fais le transport de matières dangereuses.	<input type="checkbox"/>	12. J'ai une condition neurologique qui limite mes activités (accident vasculaire cérébral, traumatisme crânien, paralysie, Parkinson, sclérose en plaques, etc.).	<input type="checkbox"/>
4. Je souffre de vertiges qui limitent mes activités.	<input type="checkbox"/>	13. J'ai subi des pertes de conscience dans les 12 derniers mois (syncopes, convulsions, hypoglycémies, etc.).	<input type="checkbox"/>
5. J'ai une maladie cardiaque qui limite mes activités telle la marche.	<input type="checkbox"/>	14. Je fais du diabète traité à l'insuline.	<input type="checkbox"/>
6. J'ai une somnolence importante associée à un trouble du sommeil.	<input type="checkbox"/>	15. J'ai une maladie des poumons qui limite la marche.	<input type="checkbox"/>
7. Mes mouvements sont très limités depuis plusieurs mois au niveau du cou, des mains ou des pieds.	<input type="checkbox"/>	16. J'ai une détérioration de mes capacités (besoin d'aide à domicile pour faire mes courses, mes repas, etc.).	<input type="checkbox"/>
8. J'ai un problème psychiatrique important (schizophrénie, maladie bipolaire, dépression majeure, etc.).	<input type="checkbox"/>	17. Je prends un médicament de façon non recommandée.	<input type="checkbox"/>
9. J'ai un trouble lié à la consommation d'alcool, de drogues ou d'autres substances.	<input type="checkbox"/>		

Je ne souffre d'aucun problème mentionné ci-dessus ou je n'ai aucun nouveau problème médical à signaler.

JE NE VEUX PLUS CONDUIRE. J'ANNULE TOUS MES PERMIS.

Je confirme avoir indiqué la ou les situations qui me concernent.

Signature : _____ Date (Année-Mois-Jour) _____

La communication de renseignements personnels

Le personnel autorisé de la Société de l'assurance automobile du Québec traite de façon confidentielle les renseignements personnels pour appliquer les lois que la Société est chargée d'appliquer, notamment le Code de la sécurité routière, la Loi sur l'assurance automobile et la Loi sur l'accès à l'information. La Société communique ces renseignements à ses mandataires et à certains ministères et organismes, organismes publics et sur la protection des renseignements personnels. Ces renseignements peuvent aussi servir aux fins de l'enquête ou de vérification. Omettre de les fournir peut entraîner un refus de service demandé. Vous pouvez consulter les renseignements sur la confidentialité de vos données en visitant le site www.saaq.gouv.qc.ca ou téléphoner au Centre de renseignements au 1-877-382-2283.

Pour plus d'information, consultez la Politique de confidentialité de la Société à www.saaq.gouv.qc.ca ou téléphonez au Centre de renseignements au 1-877-382-2283.

Société de l'assurance automobile du Québec

624 30 (2021-05)



GUIDE PRATIQUE

COMMENT AIDER UN AÎNÉ AU VOLANT POUR DES DÉPLACEMENTS SÉCURITAIRES



Fondation

POUR LA SÉCURITÉ ROUTIÈRE

Résultats suite au lancement en mai dernier

- Lancement médiatique
- Distribution de plusieurs centaines de trousse à Lévis
- Retour positif des aînés, des proches et des intervenants

« Tout ce travail va aider honorablement nos intervenants face à la détresse de nos aînés et établir un sentiment de confiance réciproque vers une orientation possible d'une belle autonomie. »

Bénéfices d'une telle trousse

- Outiller les intervenants des milieux communautaires
- Aborder le sujet de la conduite automobile tôt dans le continuum de la sécurité routière et de façon non menaçante
- Répondre aux différents besoins de la personne aînée et de son proche dans un seul document:
 - Besoins informationnels
 - Besoins pratiques
 - Besoins émotionnels
- Document écrit: favorise la compréhension et la rétention de l'information

Comment se procurer la trousse?

Disponible gratuitement

- Version électronique: www.aqdr-levis.org
- Version papier: 418-835-9061

Projet à venir

Développement d'une trousse panquébécoise

***Société de l'assurance
automobile***

Québec



Merci pour votre attention!

camille.savoie@fsi.ulaval.ca

CENTRE D'EXCELLENCE SUR LE VIEILLISSEMENT DE QUÉBEC:
MIDI-MAILLAGE CHERCHEURS ET CLINIENS – 14 SEPTEMBRE 2023



Financé en partie par le gouvernement
du Canada par le biais du Programme
Nouveaux Horizons pour les aînés



Échanges - Discussion



- Pensez-vous qu'une telle trousse pourrait vous être utile dans votre pratique?
- Quels outils utilisez-vous pour accompagner les conducteurs âgés dans le continuum de sécurité routière?
- Quels défis, comme professionnels, rencontrez-vous dans l'évaluation ou l'accompagnement des aînés en matière de sécurité routière?