

Continuum de mobilité pour favoriser un vieillissement actif des populations

Constats de la France et du Québec

Catherine Gabaude, Directrice de Recherche¹
Mélanie Levasseur, Professeure titulaire²
Caroline Pigeon, Chargée de Recherche¹

¹ Ifsttar-TS2-Lescot, Bron, France

² Univ. Sherbrooke, CdRV, CIUSSSE-CHUS, Qc

 UNIVERSITÉ DE
SHERBROOKE



**Centre de recherche
sur le vieillissement**
Research Centre on Aging



IFSTTAR

Institut français des sciences et technologies
des transports, de l'aménagement et des réseaux

Démographies comparées

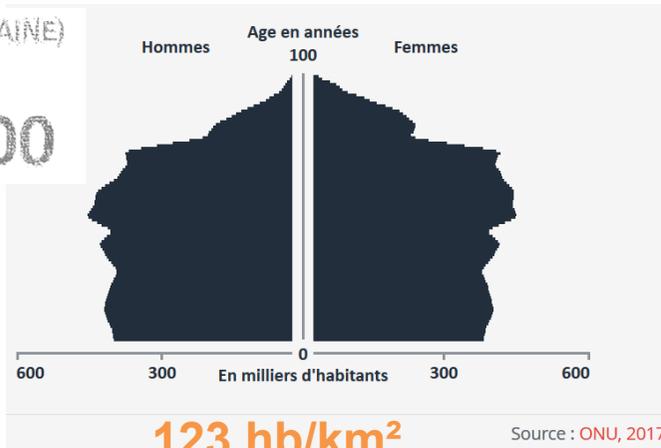
2019

FRANCE (MÉTROPOLITAINE)

Population totale

65 480 700

20 %
65 ans +



123 hb/km²

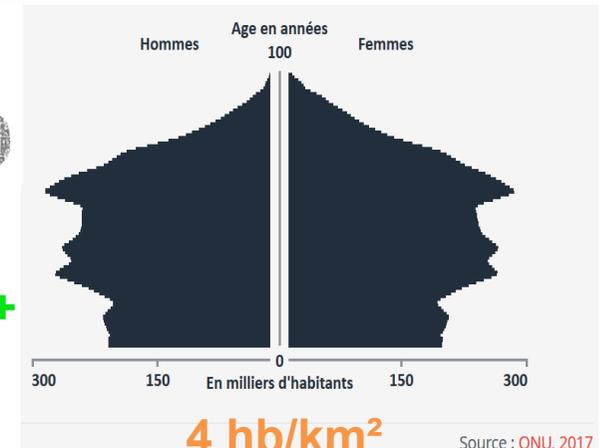
www.ined.fr

CANADA

Population totale

37 279 800

18 %
65 ans +



4 hb/km²

6,5 hb/km² (Québec)

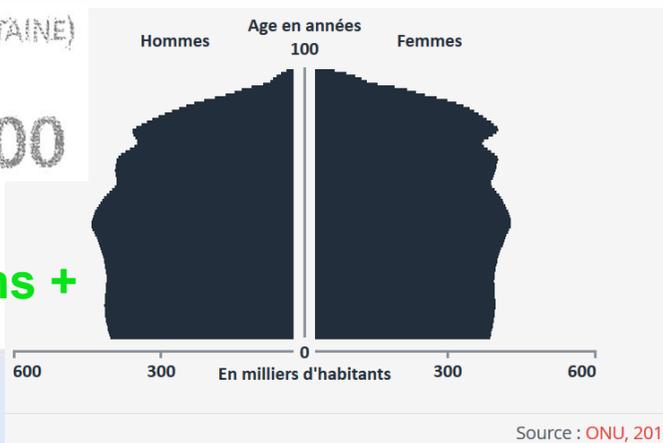
2050

FRANCE (MÉTROPOLITAINE)

Population totale

70 609 000

27 %
65 ans +

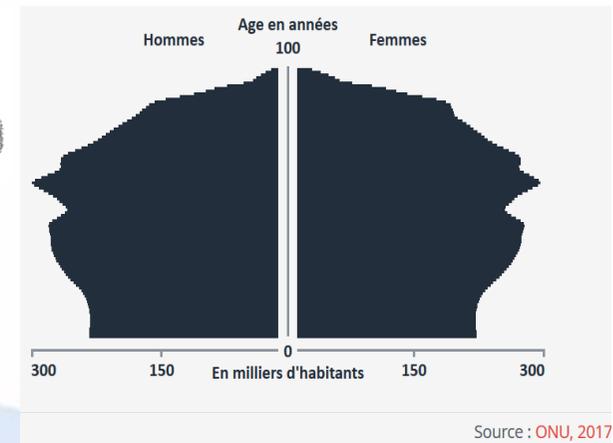


CANADA

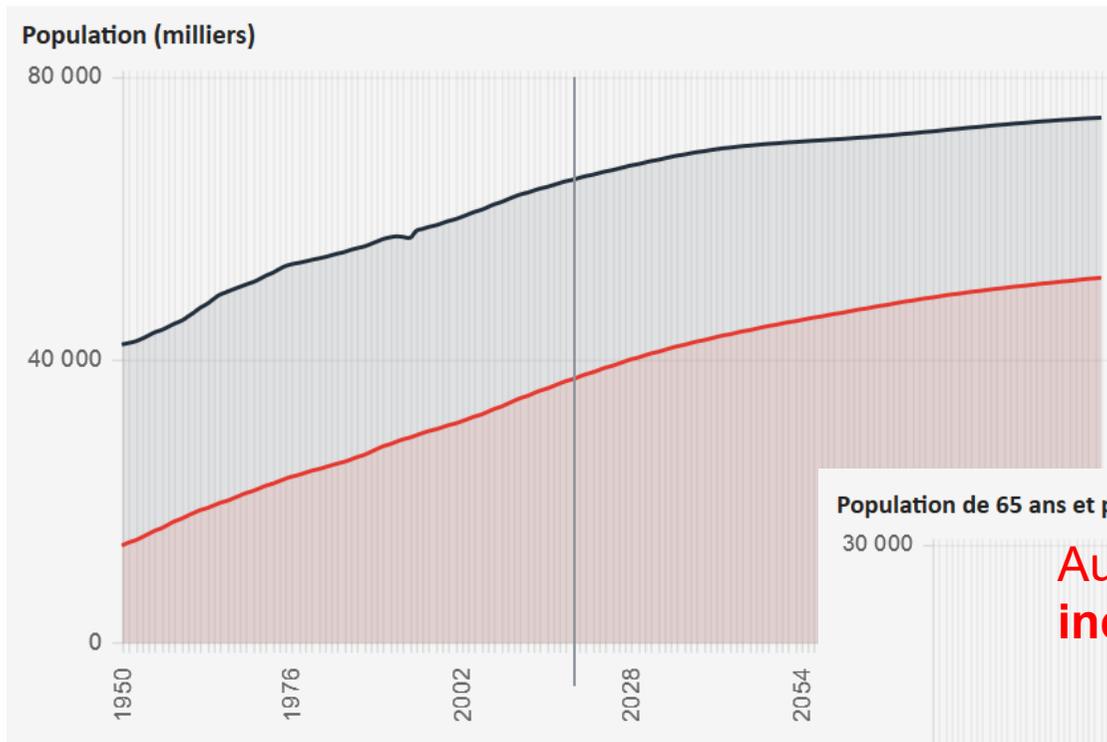
Population totale

44 948 600

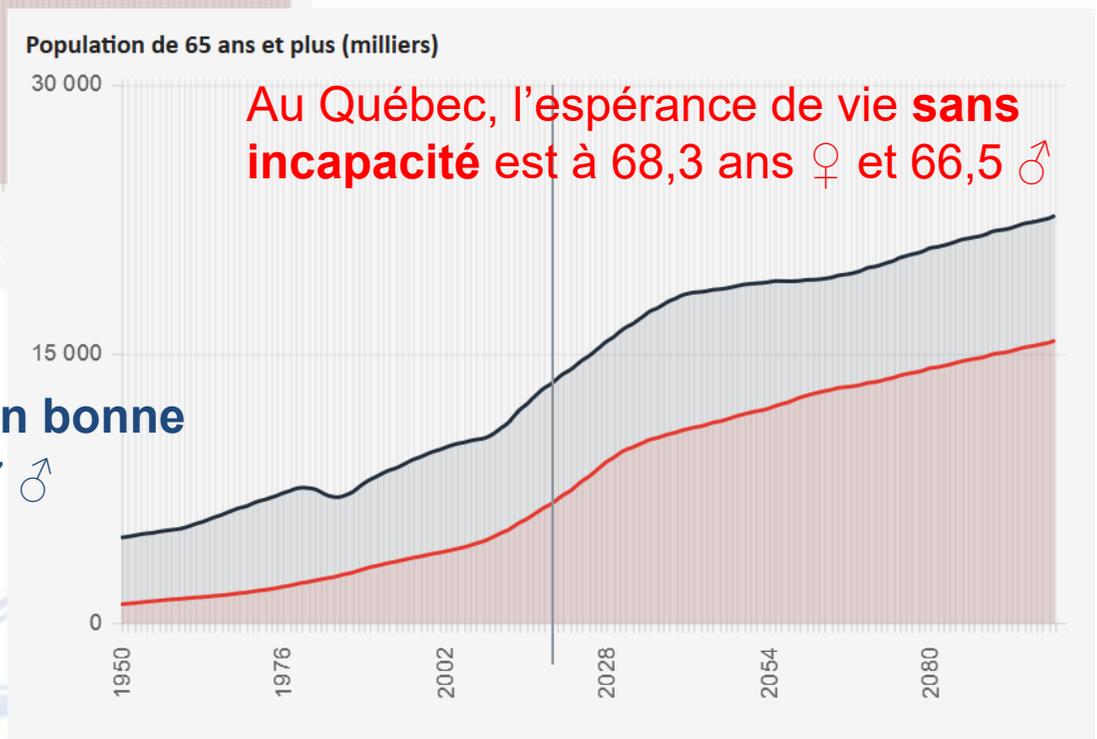
26 %
65 ans +



Évolution des populations et de l'espérance de vie



Même espérance de vie
en France et au Québec
83 ans en 2019
87 ans en 2050



Au Québec, l'espérance de vie **sans incapacité** est à 68,3 ans ♀ et 66,5 ♂

<https://www.ined.fr>

En France, l'espérance de vie **en bonne santé** est de 64,1 ans ♀ et 62,7 ♂
< moyenne européenne

Le vieillissement au cœur des politiques publiques

- Rationalisation des dépenses de santé
- Choix politiques

- ✓ En France

- Décentralisation / recentralisation
- Mise en place de structures complémentaires (CLIC, CNSA, ARS)
- Développement de nouvelles méthodes (MAIA, PAERPA)
- En 2016, loi d'adaptation de la société au vieillissement (santé, transport, aménagements urbains, logement ; priorité : accompagnement à domicile)

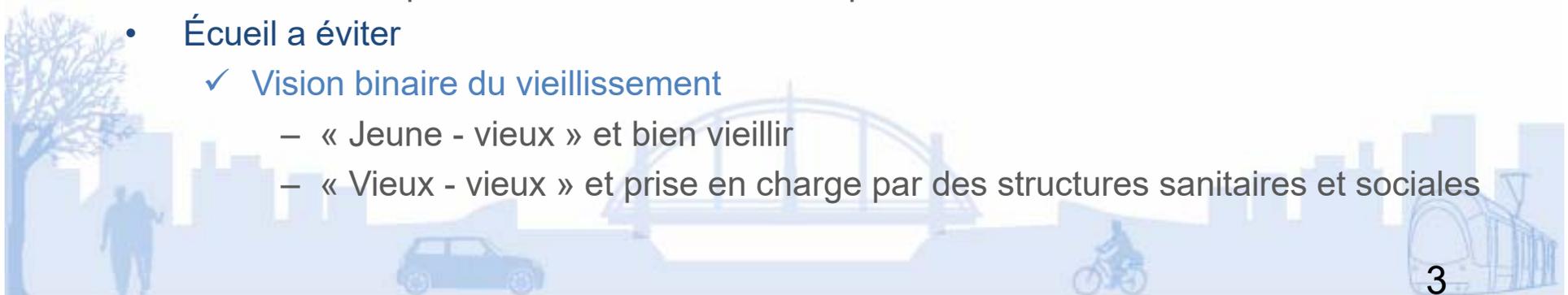
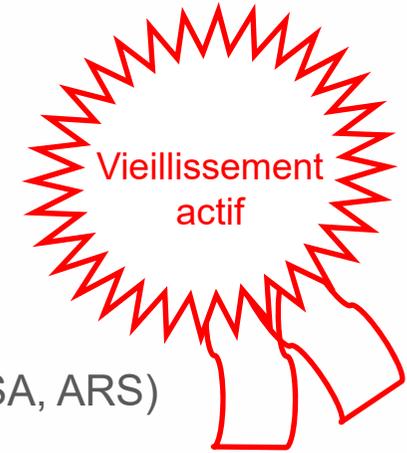
- ✓ Au Québec

- Plan d'action 2018-2023 : un Québec pour tous les âges
- Favoriser le vieillissement actif et rester chez soi le + longtemps possible
- Politique territoriale renforcée + espaces de concertation entre acteurs

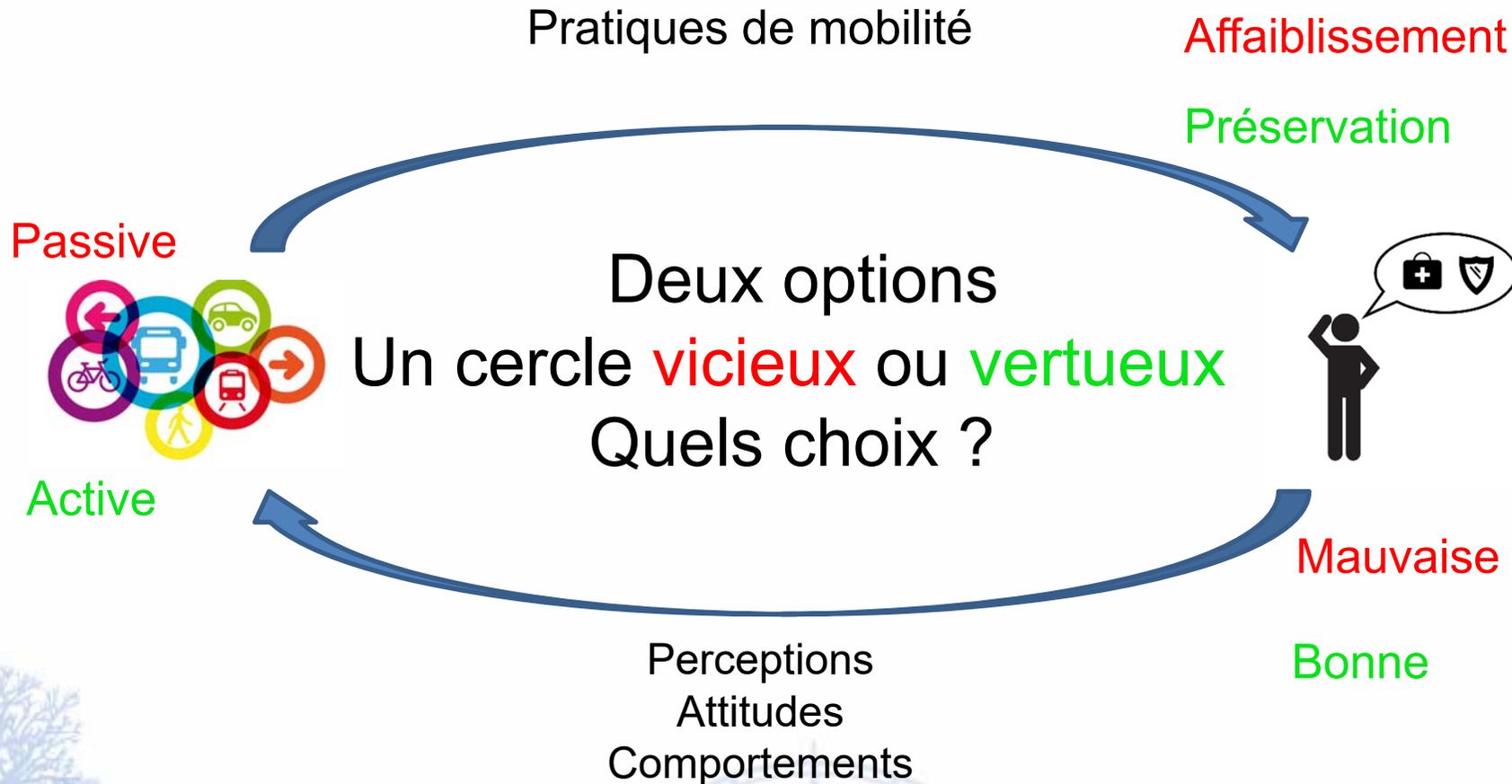
- Écueil à éviter

- ✓ Vision binaire du vieillissement

- « Jeune - vieux » et bien vieillir
- « Vieux - vieux » et prise en charge par des structures sanitaires et sociales



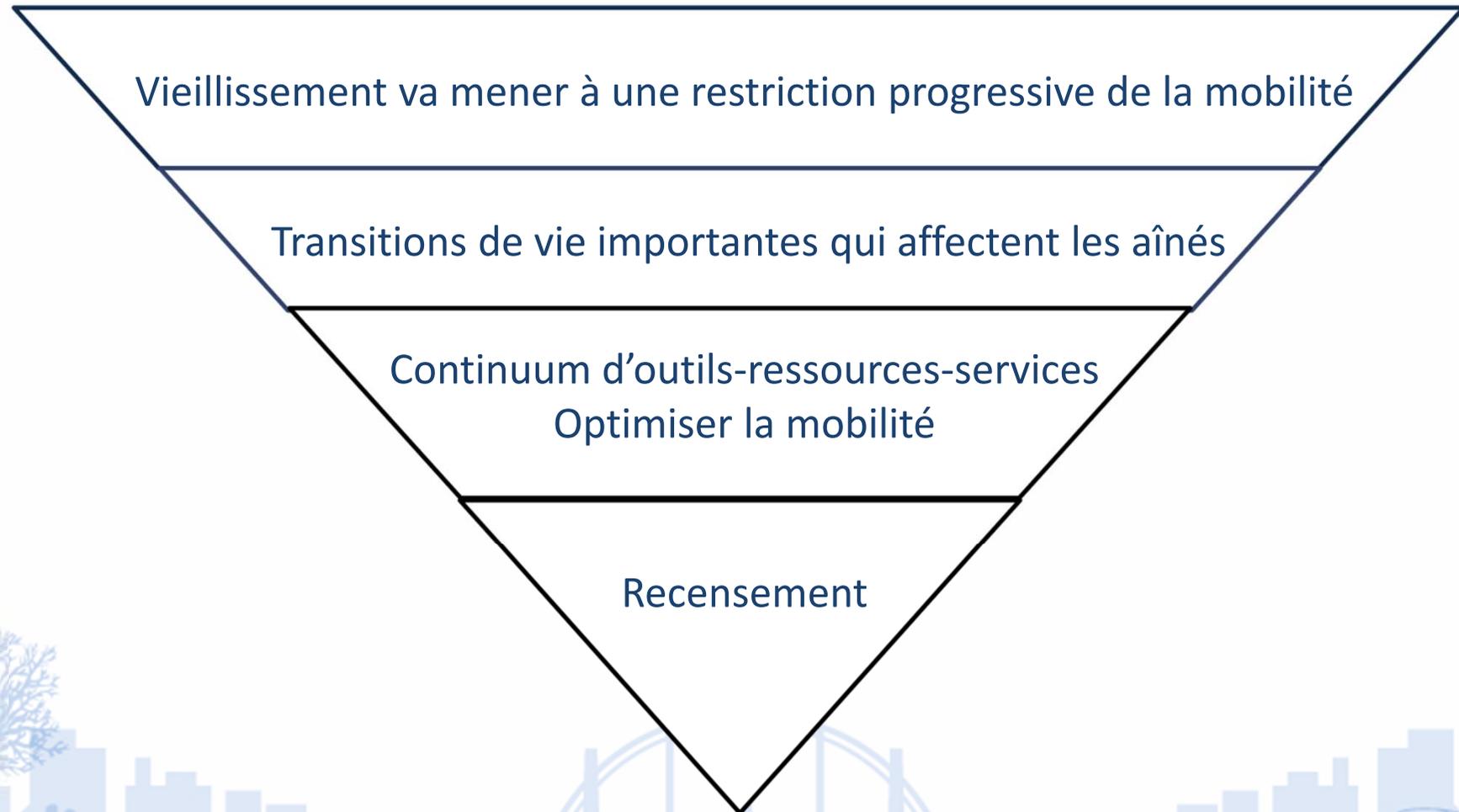
Relations mobilité – santé



Mobilité et inégalités de santé
(Bonnet & Elliot, 2007)

Réduction/cessation de conduite et baisse du bien-être et de la qualité de vie (Chihuri et al., 2017)

Problématique unique : gérer la mobilité de nos aînés (Blais *et al.*, 2016)



Vers un continuum de mobilité...

Nos objectifs

- Mettre en place un continuum de mobilité
 - ✓ Éviter la sédentarité programmée
 - ✓ Aider les personnes âgées à mobiliser leur pouvoir d'agir
 - ✓ Mettre en place des interventions qui soutiennent la mobilité et la participation sociale
 - ✓ Rendre le citoyen acteur des politiques publiques qui le concernent
- Méthode
 - ✓ Construire des partenariats
 - ✓ Développer des méthodes inclusives (apprentissage différencié)
 - ✓ Développer la solidarité



Inventaire des outils, des services et des ressources d'aide à la mobilité actuellement utilisés en France et au Québec



Nombreux (\cong 20)
Majoritairement
orientés vers la
conduite

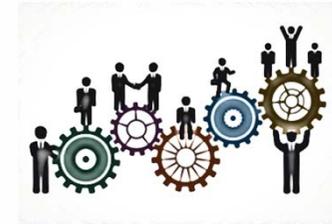


Un constat !

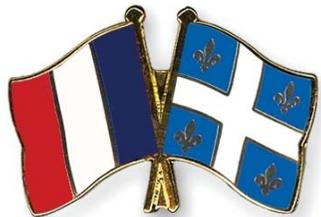
Aucun outil pour
accompagner l'arrêt
de la conduite
Un manque !



Plus développés
Au Québec qu'en
France



Les territoires
innovent



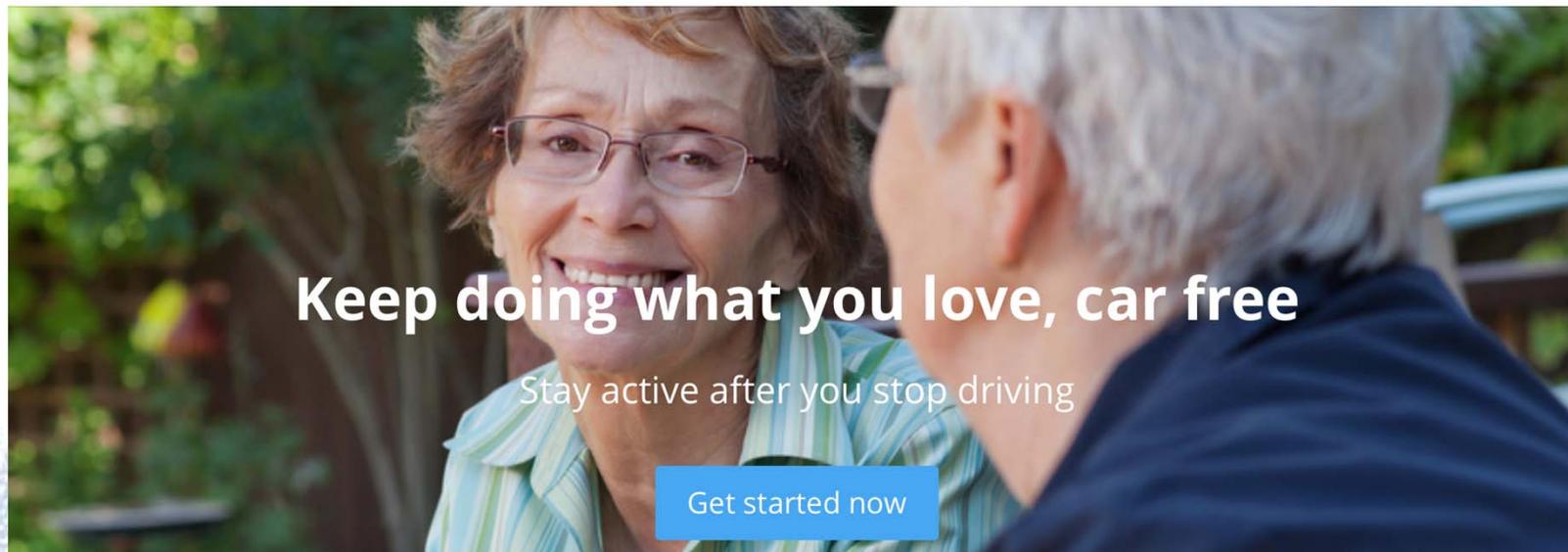
Vivre sans ma voiture

Aucun outil francophone spécifique à la cessation de conduite, mais un australien¹

➔ Traduction en Français

CarFreeMe

[Home](#) [The workshops](#) [Our research](#) [News](#) [Contact us](#)



¹ Liddle (2007)

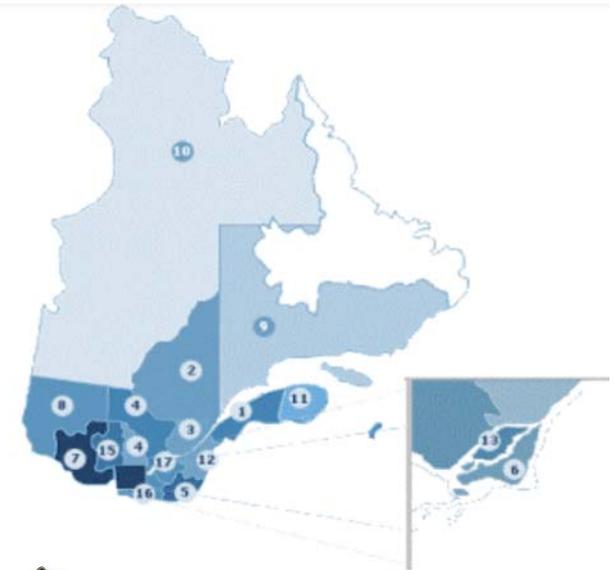
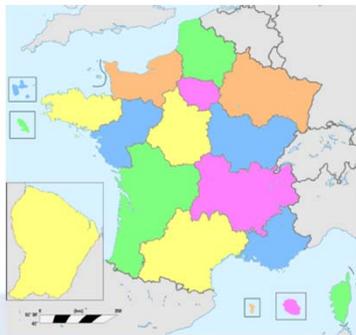
Questionnement & démarche

- Regrouper un offre complète
- Explorer comment utiliser au mieux ces outils ?
- Concertation entre usagers, services et ressources (territoires)
- Approche : ergonomie participative (utilisabilité, utilité, acceptabilité)
 - Conférences
 - Ateliers de travail
 - Recherche action

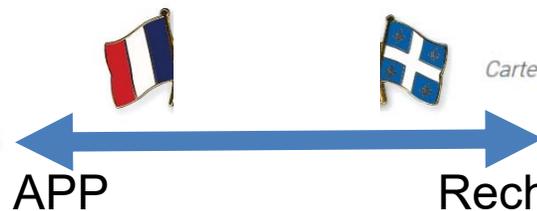


Trois grands thèmes abordés

1. Maintien de la conduite
2. Planification de la cessation de conduite
3. Alternatives de mobilité séc accessibles pour les aînés



Carte du Québec. Image libre de droits.





Maintien de la conduite



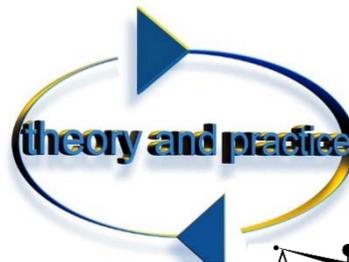
Un suivi de l'aptitude médicale à la conduite opéré différemment

Sensibilisation



Ateliers de sensibilisation offerts par les départements et mutuelles d'assurance

- OSCAR (Levasseur et al., 2014)
- OSCARPA (Vigeant et al., 2017)
- Bonne route ! Ma conduite automobile actualisé (AQRSP, 2011)
- Au volant de ma santé (SAAQ, 2016)



Action



(Hay et al., 2016)

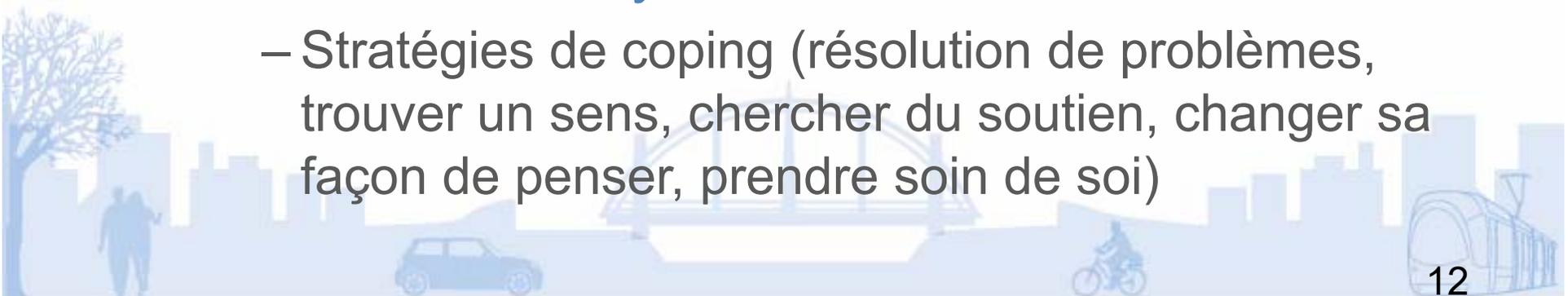


Cessation de la conduite



Aucun outil disponible !

- ✓ Comprendre pourquoi est-ce nécessaire ?
 - Changements négatifs et positifs, signes précurseurs, quand l'envisager ?
- ✓ S'adapter aux contraintes de l'arrêt
 - Les étapes de la décision, leurs vécus, leurs conséquences
- ✓ Planifier son style de vie
 - Stratégies de coping (résolution de problèmes, trouver un sens, chercher du soutien, changer sa façon de penser, prendre soin de soi)





Alternatives à la voiture



Action

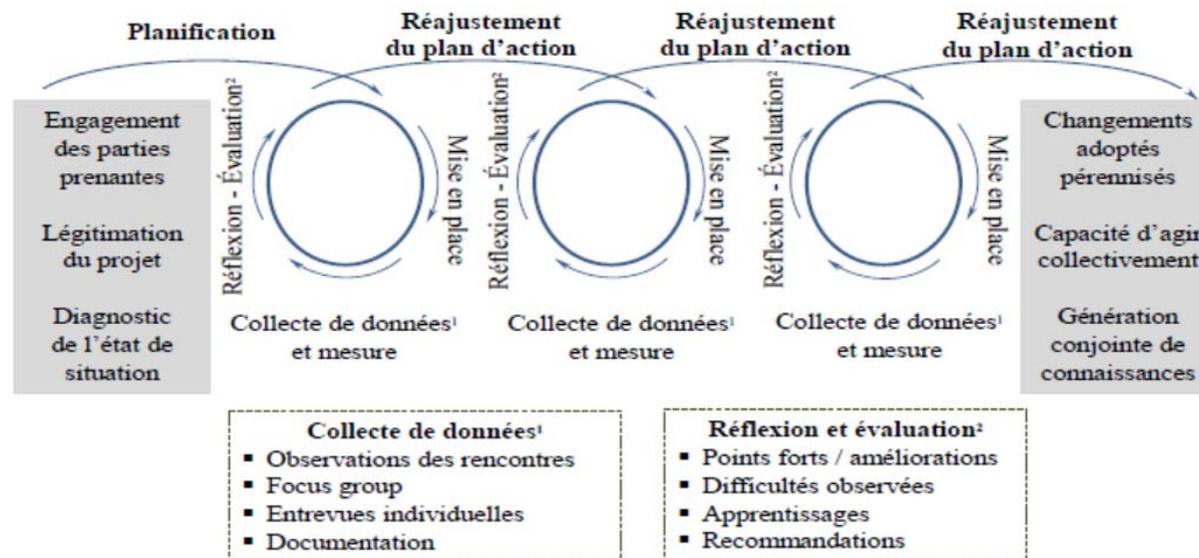
- Aucune intervention !
- Pas de diagnostic systématique « seniors, transport et mobilité »
- Répertoire de l'offre des transports destinés aux seniors (ville de Lille)
- Programme d'aide à l'apprentissage au transport en commun (STO, 2012)
- Apprendre à utiliser l'autobus (SVS, 2013)
- Atraco (Ducharme, 2015)
- Transports en commun, adapté communautaire et privé
- Taxi

Sensibilisation

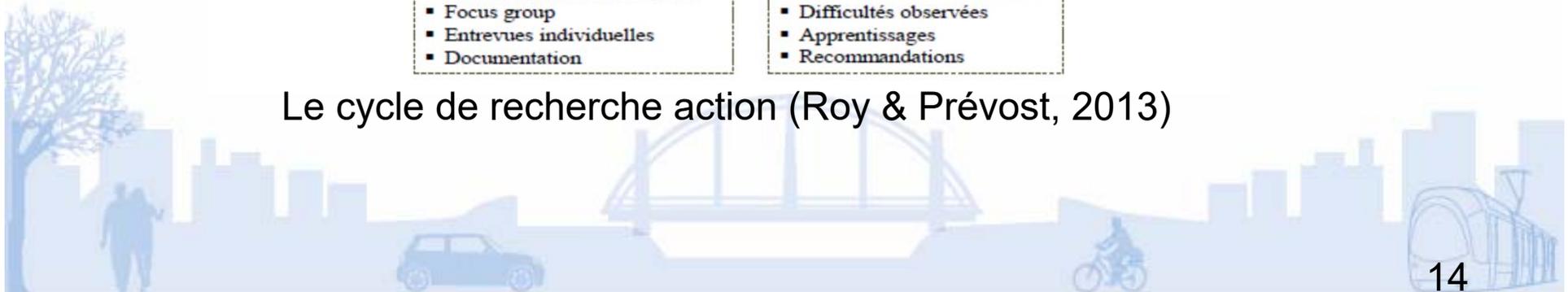


Gérer la mobilité en pensant le continuum...

- Aider les territoires à structurer leur offre
- Développer des recherches actions



Le cycle de recherche action (Roy & Prévost, 2013)



Premier plan d'action

- Mobiliser des outils et des acteurs
 - ✓ Passer de la sollicitation à l'engagement citoyen
 - ✓ Promouvoir l'utilité sociale par l'intergénérationnel
 - ✓ Coproduction de partenariat
 - ✓ Améliorer les services offerts dans les territoires parfois délaissés
 - ➔ Adhésion lente : faire preuve de patience... (établir une relation de confiance et de proximité avec les personnes et les groupes concernés)
- Réfléchir les plans d'actions ultérieurs
 - ✓ Concertation avec l'Australie (Muarc)



Conclusion

- Créer de nouveaux services et de nouvelles solidarités
- Recueillir les éléments de preuve scientifique sur l'efficacité de ces actions
 - ✓ Complexe
 - ✓ Hétérogénéité des actions
 - ✓ Etudes multicentriques, multi-niveaux
- Éclairer les politiques de développement territorial



Remerciements

Ergothérapeutes

- ✓ Évelyne Blais
- ✓ Esther Bolduc-Rouleau
- ✓ Laura Fontaine-Pagé
- ✓ Roxanne Grondin
- ✓ Noémie Lanoie
- ✓ Caroline Laramée



UNIVERSITÉ DE
SHERBROOKE

Faculté de médecine
et des sciences de la santé



**Centre de recherche
sur le vieillissement**
Research Centre on Aging



Merci pour votre attention

*« Je ne connais qu'une distraction de la
vieillesse : être utile. C'est sortir de soi... »*

Jacques Chardonne, « propos comme ça »

