

Mobilité des aînés et vieillesse active à Trois-Rivières



Programme
Transition
Mobilité

roulons **VERT**
CGD | Centre de gestion des déplacements

roulans VERT

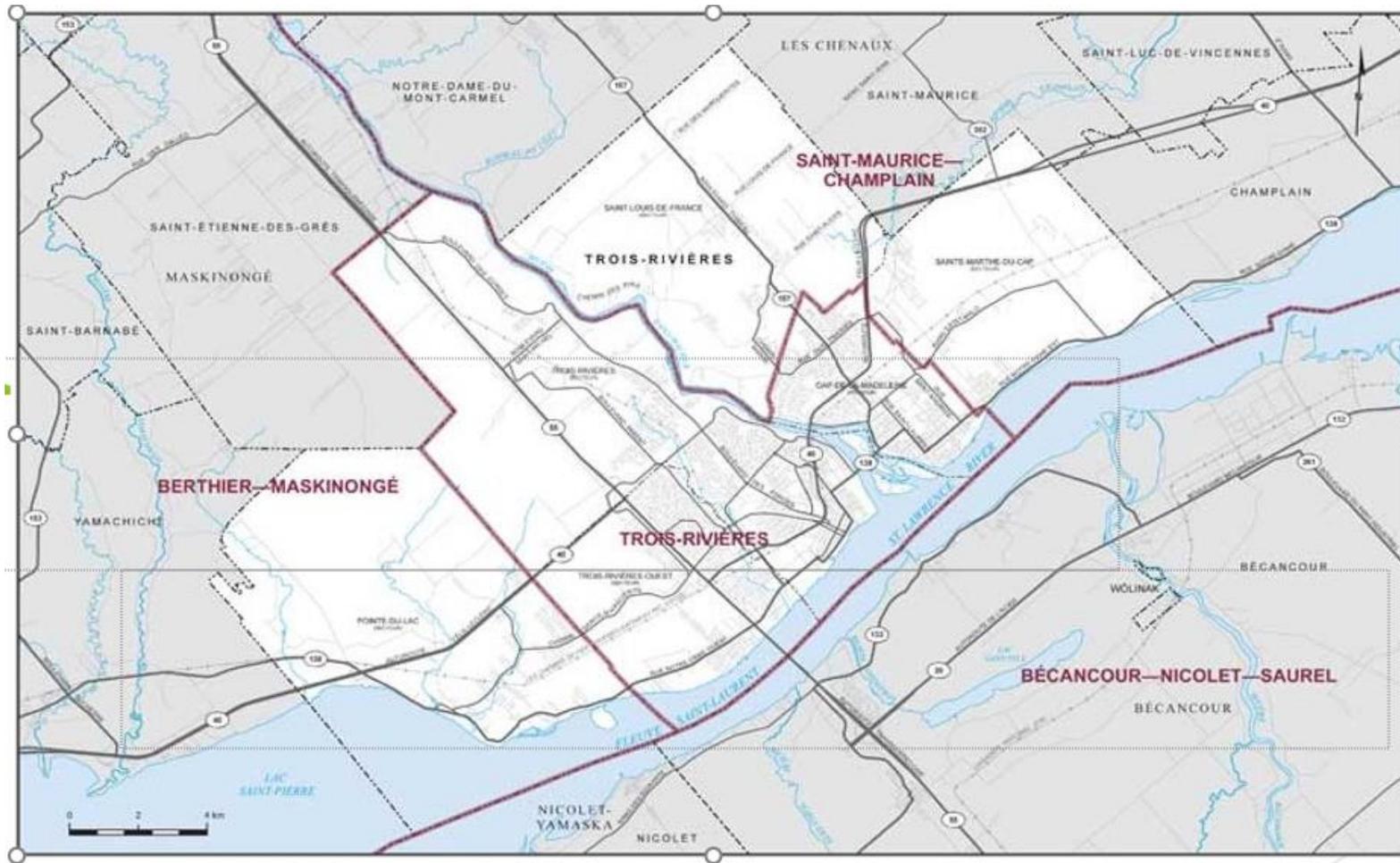
CGD | Centre de gestion des déplacements

Qui sommes-nous?



- ▶ Centre de Gestion des Déplacements qui couvre les régions de la Mauricie et du Centre du Québec (organisme consultatif)
- ▶ Vise à diminuer la pression de l'automobile sur les routes :
 - en améliorant les services et infrastructures
 - en éduquant et sensibilisant la population aux avantages du transport durable
 - en proposant d'autres alternatives que la voiture en solo
- ▶ Souci de l'environnement.

Portrait de Trois-Rivières



Portrait à Trois-Rivières

➤ **Prévisions chez les aînés...**

- En 2011 : 1 personne sur 5 avait 65 ans et plus
- En 2031 : 1 personne sur 3 aura 65 ans et plus (31,9% de personnes aînées)
- Pour l'ensemble du Québec à la même date, cette proportion sera de 25,2%
(ISQ, 2014)
- Si rien n'est fait, il y aura probablement une crise concernant la mobilité
- Nécessité de l'aménagement du territoire (services et infrastructures)

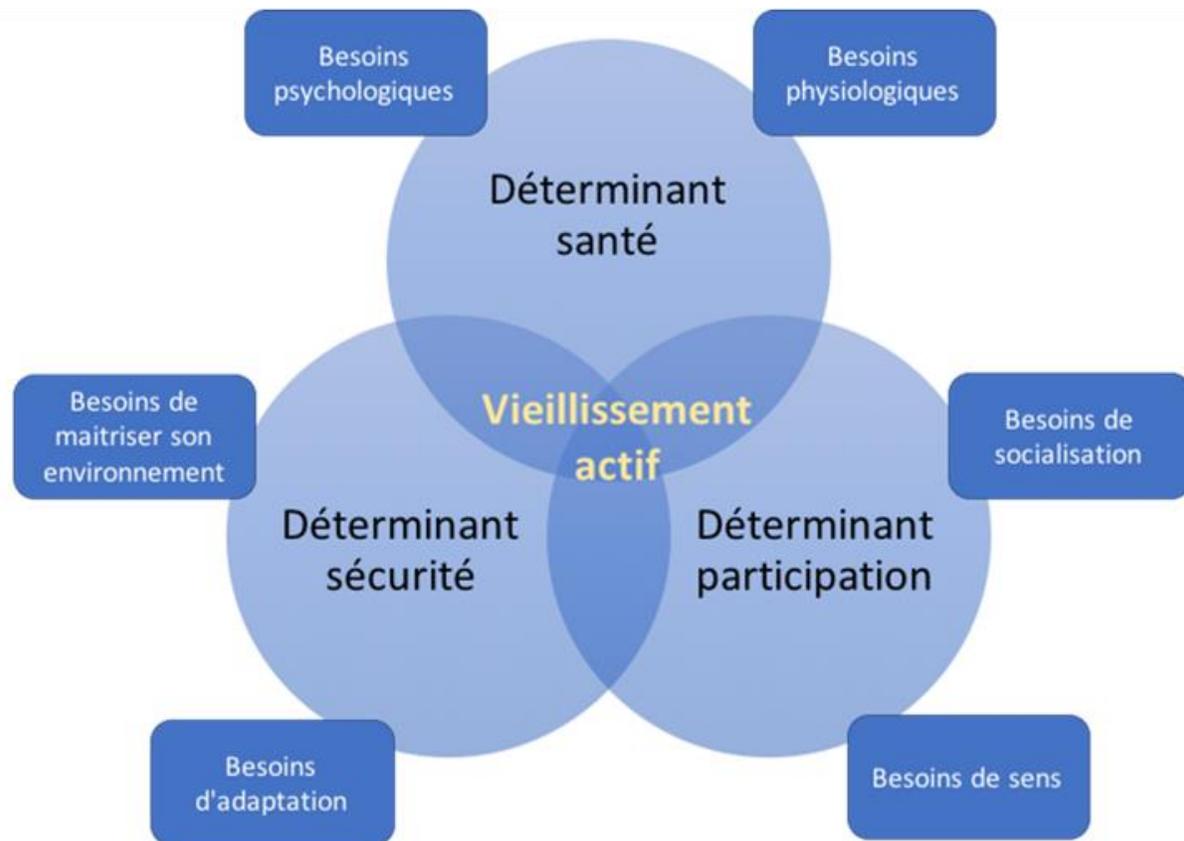
Recherche : « La mobilité des aînés et le vieillissement actif: mieux comprendre pour agir »



Constats

- ▶ La mobilité est un élément déterminant pour l'atteinte des besoins fondamentaux et le vieillissement actif et en santé
- ▶ Pour être autonomes et sécurisés dans leurs déplacements, les aînés doivent avoir une bonne connaissance du quartier, du fonctionnement ou du réseau
- ▶ Être accompagné encourage les aînés à marcher ou prendre le bus
- ▶ Certains aînés ne voient pas de possibilités de déplacements autres que la voiture, d'autres ne voient pas comment ils peuvent se payer le taxi ou ne pas dépendre de leur entourage sans voiture personnelle
- ▶ Il n'existe que peu de services d'accompagnement transport des aînés (principalement médical) et aucun à la marche, au vélo ou en autobus

Trois déterminants d'un vieillissement actif





**Programme
Transition
Mobilité**

Découvrez
des modes de
**TRANSPORT
ALTERNATIFS**
à la voiture
EN SOLO



Le projet

- ▶ Prendre en amont la perte d'autonomie liée au vieillissement, la peur de chuter et la perte du permis de conduire en informant, éduquant et accompagnant les aînés dans leur transition vers des déplacements actifs et collectifs.
- ▶ Transition = apprivoiser et intégrer de nouvelles habitudes de déplacements dans leur quotidien.

Les objectifs

- Démystifier les alternatives à l'automobile
- Développer de nouvelles aptitudes en essayant les alternatives
- Avoir une image positive de soi en retrouvant ou conservant sa mobilité
- Briser l'isolement et conservant ou retrouvant un réseau social
- Se sentir utile en s'impliquant, donnant son opinion et contribuant à l'amélioration des milieux de vie
- Permettre aux aînés de continuer de répondre à leurs besoins



Enjeux et défis du Programme Transition Mobilité

SANTÉ

PARTICIPATION

SÉCURITÉ

Sur le terrain...

agréable et sécuritaire

Café-rencontre

Planification et réalisation des kiosques
d'essais de vélos à assistance électrique

Préparation et réalisation des
accompagnements à la marche et en
autobus



1. Informations sur le Programme transition mobilité



1. Conseils sur l'habillement et la sécurité



1. Survol de la condition de santé et de l'environnement

1. Identifier les besoins reliés au déplacement

2. Plan de déplacement personnalisé

3. Accompagnement au besoin

4. Conseils sur l'habillement et la sécurité

Résultats 2021

Activité	Nombres	Nombre de personnes rejointes (hommes)	Nombre de personnes rejointes (femmes)	Tranches d'âge
Cafés-rencontre	4	10	56	73 - 86 ans
Essais de vélos à assistance électrique	26	165	101	50 ans et +
Accompagnements en autobus	18	0	7	66 - 85 ans



Et pour l'été 2022 ?

- ▶ Cafés-rencontre : 16
- ▶ Kiosques d'essais de vélos à assistance électrique : 32
- ▶ Accompagnements par autobus : selon la demande



Merci et bonne journée!