

LE VIEILLISSEMENT PEUT AVOIR UNE INCIDENCE SUR LA CONDUITE

- ✓ Une vision réduite, surtout la nuit.
- ✓ Une difficulté à évaluer les distances et la vitesse.
- ✓ Une amplitude limitée des mouvements.
- ✓ Un temps de réaction plus long.
- ✓ Une difficulté à se concentrer pendant de longues durées.
- ✓ Être facilement distrait.
- ✓ Plus de temps nécessaire pour comprendre ce qu'on voit et entend.
- ✓ Plus de médicaments (ordonnance/ en vente libre) nuisant à une conduite alerte.

LES ÉTAPES DE LA SÉCURITÉ AU VOLANT

PLANIFIER : Avant de conduire, planifiez votre route et veillez à ce que votre voiture soit bien préparée et le cas échéant, prévoyez un moyen de transport alternatif.

SCRUTER : Scrutez ce qui vous entoure. Observez et écoutez bien, vous pourriez avoir à réagir promptement.

PENSER : Pensez aux effets sur votre sécurité de ce que vous avez vu ou entendu.

DÉCIDER : Décidez comment gérer la situation pour vous sentir en contrôle.

AGIR : Usez de clairvoyance pour éviter des actes et des situations dangereux.

SAVOIR QUAND CESSER DE CONDUIRE

LES SIGNES RÉVÉLATEURS

1. Nombre croissant de collisions évitées de justesse.
2. Implication directe dans des collisions mineures.
3. Difficulté à voir les piétons, les objets et les autres véhicules.
4. Difficulté à coordonner les mouvements des pieds et des mains.
5. Grande nervosité au volant.

LES MOYENS DE TRANSPORT ALTERNATIFS

- ✓ Les transports en commun.
- ✓ Les amis et la famille qui conduisent.
- ✓ D'autres personnes au volant de votre véhicule, ex : programmes de conducteurs bénévoles.
- ✓ Le ramassage par fourgonnette ou autobus sur un coup de fil ou sur rendez-vous.
- ✓ Les bons de taxi.
- ✓ Covoiturage communautaire par autobus ou fourgonnette.

RAPPELS PERSONNELS

Quels facteurs liés à l'âge nuisent-ils à votre conduite?

Quels changements opèrerez-vous pour maintenir une conduite en toute sécurité?

Comment ces changements vous seront-ils bénéfiques?

**La sécurité routière.
Ça vous concerne**

Conducteurs âgés Étapes de la sécurité au volant

