

Vivre sans ma voiture: une intervention ergothérapique pour soutenir les québécois âgés

Blais, E.¹, Bolduc-Rouleau, E.¹, Fontaine-Pagé, L.¹, Grondin, R.¹, Lanoie, N.¹, Laramée, C.¹, et Levasseur, M., erg., Ph.D.^{1,2}
¹École de réadaptation, Université de Sherbrooke, ²Centre de recherche sur le vieillissement, CIUSSS de l'Estrie-CHUS

Problématique

- Vieillesse peut impliquer la cessation de conduite automobile, une transition de vie ayant des impacts majeurs sur la participation sociale et la santé des aînés¹
- Manque de soutien pour les aînés ayant cessé de conduire, notamment au Québec
- *CarFreeMe* : intervention développée en Australie démontrée efficace pour ↑ nombres sorties à l'extérieur de la maison, l'utilisation transport public + marche, et sentiment d'auto-efficacité des aînés ayant cessé de conduire²
- Récemment traduit et adapté au Québec, on connaît peu les perceptions des québécois âgés à propos de l'intervention *Vivre sans ma voiture*

Objectif

Explorer la **satisfaction**, l'**utilité** et l'**applicabilité** de l'intervention *Vivre sans ma voiture* auprès de québécois âgés

Méthodologie

- Devis qualitatif de type recherche clinique
- 10 participants
- **Intervention**
 - ✓ 6 rencontres de groupe hebdomadaires de 3 à 4 heures
 - ✓ Animation par une étudiante à la maîtrise en ergothérapie avec soutien monitrice de conduite, assistante de recherche ou chercheur
 - ✓ Thèmes abordés : Vieillir, conduire à un âge avancé, s'adapter aux pertes et aux changements, expériences de conducteurs retraités, alternatives de transport (sortie en autobus), planification du mode de vie et défense des intérêts et soutien (histoire de cas)
- 2 entretiens de groupe et 2 entretiens individuels semi-dirigés immédiatement à la suite de l'intervention
- Analyse de contenu thématique à l'aide d'une grille de codage mixte

Résultats

- Participants âgés entre 61 et 90 ans; la majorité des participants était des femmes (n=8; 80 %), avait complété leur études secondaires (n=8; 80 %), était à la retraite (n=9; 90 %) et percevait leur santé comme étant bonne (n=10; 100 %)
- Plus de la moitié avaient cessé de conduire de façon permanente ou temporaire (n=7; 70 %), la majorité depuis moins de 6 mois (n=4; 40 %)
- **Satisfaction** : Lors de l'intervention, les participants ont apprécié le temps disponible pour les discussions, ainsi que les exercices plus concrets tel que la sortie en autobus et les histoires de cas. Toutefois, l'intérêt des participants pouvait varier au cours des modules en fonction de leur situation de conduite (voir figure 1)
- **Utilité** : À la suite de l'intervention, plusieurs participants se sentaient plus outillés face à la cessation de conduite, mais, au cours de ces six semaines, ils n'avaient pas changé leurs habitudes de déplacements ou leurs activités sociales et de loisirs (voir figure 1)
- Enfin, toujours selon les participants, l'intervention serait **applicable au Québec**



Getty images

Discussion

- Aînés désirant partager et se sentant bien en groupe → bénéficient *Vivre sans ma voiture* : ↑ connaissances sur les ressources et acceptation de la cessation
- De façon cohérente à l'étude de *Liddle et al.*², les aînés sont satisfaits et rapportent l'utilité de l'intervention
- Contrairement à l'étude de *Liddle et al.*², ∅ changements déplacements et activités sociales :
 - ✓ Temps limité pour instaurer des changements³
 - ✓ Petit échantillon
- Pertinent d'implanter l'intervention dans la communauté et que des ressources soient disponibles pour les conducteurs âgés

Conclusion

- Globalement, les participants ont une opinion positive, tant au niveau de la **satisfaction**, de l'**utilité** et de l'**applicabilité** de l'intervention
- Une étude de plus grande envergure permettrait d'appuyer ces résultats et d'implanter l'intervention dans la communauté

Remerciements

Merci aux instigateurs du projet *CarFreeMe* Jackie Liddle, Anne Ballister et Louise Gustafsson, aux nombreux collaborateurs ainsi qu'aux participants à l'étude

Références

1. Mezuk, B., & Rebok, G. W. (2008). Social integration and social support among older adults following driving cessation. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci*, 63B(5), S298-S303.
2. Liddle, J., Haynes, M., Pachana, N. A., Mitchell, G., McKenna, K., & Gustafsson, L. (2013). Effect of a group intervention to promote older adults' adjustment to driving cessation on community mobility: A randomized controlled trial. *Gerontologist*, 54(3), 409-422.
3. Prochaska, J.O. & Velicer, W.F. (1997). The transtheoretical model of health behavior change. *American Journal of Health Promotion*, 12 (1), 38-48.

Contact: Melanie.Levasseur@USherbrooke.ca

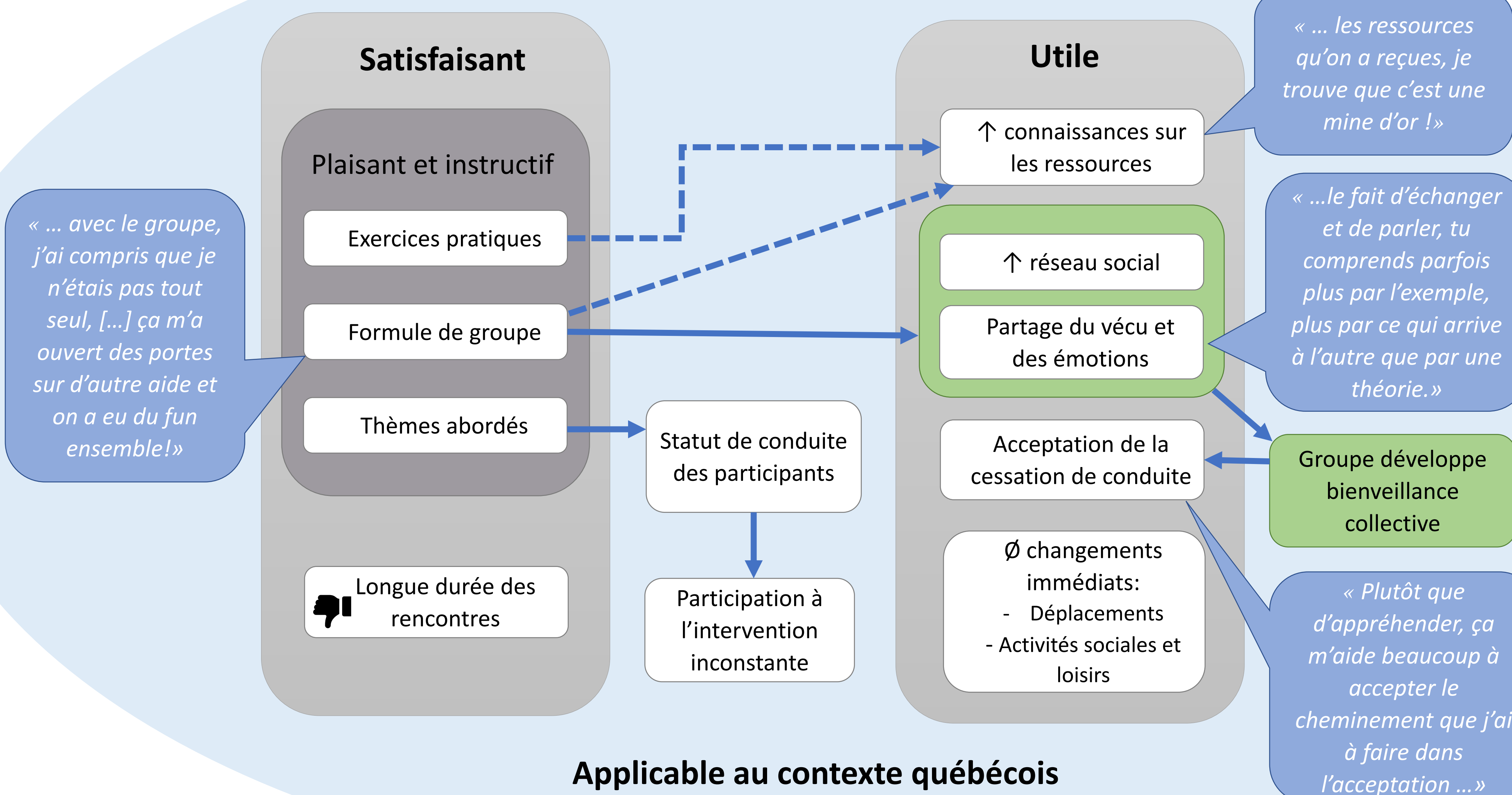


Figure 1 : Perception des participants sur l'intervention *Vivre sans ma voiture*