

Conduisez prudemment en vieillissant



Le nombre d'Insulaires de plus de 50 ans augmente, les gens vivent plus longtemps et les enfants du baby boom vieillissent. Même si le processus de vieillissement varie selon les personnes, il engendre un jour des changements de capacité physique et mentale pour nous tous. Ces changements peuvent affecter notre capacité de conduire.

Vient un temps où ce n'est plus sécuritaire de persister à conduire. Une affection peut survenir ou certains médicaments peuvent vous empêcher de conduire un véhicule en toute sécurité. Saurez-vous quand c'est le temps d'arrêter de conduire ou de vous limiter?

Il est important de vous renseigner sur ces changements afin de pouvoir vous y ajuster. Connaître la manière de vous ajuster peut vous permettre de conduire plus longtemps et de demeurer un conducteur sécuritaire. Votre degré d'indépendance et votre estime de soi peuvent être affectés selon votre capacité ou non de conduire.

Chacun de nous est responsable envers sa famille et sa communauté d'assurer une conduite sécuritaire et sans danger pour la vie d'autrui.

Conduire est un processus complexe physique et mental. Si vous présentez seulement un ou deux des signes suivants, vous devriez songer à faire évaluer votre capacité de conduire par un professionnel ou à suivre un cours de recyclage de conduite tel que le *55 Alive* (par l'intermédiaire de la Fédération des aînés de l'Î.-P.-É., tél. 368-9008) ou les deux.

- Vous sentir moins à l'aise et plus nerveux ou craintif au volant.
- Serpenter dans votre voie.
- Passer près d'avoir un accident au volant.
- Bosseler ou érafler votre auto ou des objets.
- Éprouver des difficultés à juger les espaces dans la circulation ou dans les voies de convergence.
- Vous faire klaxonner par d'autres conducteurs.
- Vous faire dire que des amis ou parents ne veulent plus monter dans votre auto.
- Vous perdre plus souvent.
- Manquer de voir une auto ou des piétons sur les côtés de la route pendant que vous regardez droit devant.
- Avoir de la difficulté à remarquer les feux de circulation, les signaux routiers et les marques sur le pavé.
- Réagir lentement aux situations imprévues.
- Vous faire distraire facilement ou avoir de la difficulté à vous concentrer au volant.
- Éprouver des difficultés à tourner la tête par-dessus l'épaule quand vous reculez ou changez de voie.

Pour obtenir plus de renseignements:

Transports et des Travaux publics
Division de la sécurité routière

Tél. : (902) 368-5210.



Transports et
Travaux publics