



Guide de conversation : *Connaissez vos limites*

Tout d'abord, il faut s'assurer que l'environnement soit propice à une conversation calme et constructive. Ne prenez pas la personne concernée au piège : dites-lui à l'avance que c'est un sujet que vous souhaitez aborder avec elle. *Rassurez-la en lui disant que le but n'est pas de lui faire arrêter de conduire, mais plutôt de trouver des solutions pour rendre sa conduite aussi sécuritaire que possible.* Faites-en une conversation en tête à tête : devant plusieurs intervenants, la personne concernée pourrait se sentir confrontée et se mettre sur la défensive.

- N'ayez pas peur d'aborder les [*effets du vieillissement sur la conduite*](#) et pourquoi il est important d'en discuter fréquemment pour s'assurer que tous soient en sécurité sur la route.
- Discutez avec la personne âgée de ses craintes vis-à-vis de son aptitude à conduire. Qu'elle se sente moins apte ou non, suggérez-lui de prendre le temps (peut-être à une date ultérieure) [*d'évaluer avec elle ses aptitudes de conduite*](#) afin de pouvoir cibler les aspects à améliorer pour qu'elle soit plus sécuritaire sur la route.
- Si vos inquiétudes sont basées sur des observations que vous avez faites à propos de sa conduite, dites-le à la personne : n'oubliez pas de vous en tenir aux faits et de donner des exemples précis. Rassurez tout de même la personne en lui promettant de l'aider à trouver des solutions à ses problèmes. Vous devez rester calme et éviter d'être trop agressif.
- Suggérez à la personne âgée de faire des efforts afin [*d'entretenir ses aptitudes*](#). Aidez-la à s'assurer que sa voiture est bien ajustée pour elle, et relisez avec elle un manuel de conduite, par exemple.



ConducteursÂgés.caa.ca

Guide de conversation : *Connaissez vos limites*

- Si le besoin se présente, discutez avec la personne âgée des façons dont elle peut limiter sa conduite, par exemple en ne conduisant que de jour et en évitant les longs trajets ainsi que les autoroutes bondées.
- Entendez-vous sur ce que vous ferez au cours des prochaines années, par exemple revenir sur le sujet une fois par année, évaluer ses aptitudes fréquemment et passer des examens de la vue annuels.
- Rassurez la personne âgée en lui promettant d’être là pour elle et de l’aider à conserver son autonomie aussi longtemps que possible. Promettez-lui aussi de l’aider à trouver d’autres moyens de transport lorsqu’il viendra le temps de restreindre la conduite.
- Si vous croyez que sa conduite n’est pas sécuritaire, dites-le à la personne. Les conséquences de votre silence pourraient être tragiques.
- Assurez-vous de discuter de ses droits et devoirs ainsi que des vôtres : la personne âgée doit être consciente de ses aptitudes et prendre les mesures nécessaires afin d’assurer sa propre sécurité, tandis que vous devez la soutenir et l’aider à conserver son autonomie.

Avant de clore la discussion, entendez-vous sur un moment où vous discuterez à nouveau du sujet. Si la discussion a été pénible, ou si vous ne réussissez pas du tout à discuter de la question avec la personne, demandez des conseils à un médecin.