



La sécurité routière n'a pas d'âge



Québec 

Table des matières

Introduction	4
La conduite automobile	6
Santé et conduite auto : les personnes âgées sont-elles davantage à risque ?	7
Les médicaments et la conduite	10
La santé des conducteurs : ce que dit la loi	12
Les examens médicaux et visuels chez les 75 ans ou plus	13
Pour se sentir en sécurité, un véhicule en bon état	15
La mise à jour de ses connaissances et le perfectionnement de ses techniques de conduite	16
La signalisation : la clé de la sécurité routière	18
Les panneaux de signalisation	18
Les feux de circulation	20
Les marques sur la chaussée	22
Ligne d'arrêt	22
Délimitation des voies	22
Passage pour piétons	23
Les dispositifs de sécurité vous protègent	24
Le comportement et la prévoyance	26
Principe de prudence	27
La mobilité est possible sans voiture	32

La mobilité active.....	34
Être à pied	34
Être à vélo.....	38
Utiliser une aide à la mobilité motorisée	42
Des petits-enfants bien installés pour leur sécurité ...	43
Le régime d'assurance de tous les usagers de la route.....	44
Le rôle de la famille et des proches.....	46
Pour en savoir davantage	48
Pour nous joindre	50



Introduction

Avec l'évolution démographique du Québec, de plus en plus de personnes âgées en sillonnent les routes. Il est démontré que ce n'est pas l'âge d'une personne qui influence son aptitude à conduire, mais plutôt son état de santé. Or, les problèmes de santé tendent généralement à s'accumuler et à s'aggraver avec l'âge. De plus, le vieillissement entraîne malheureusement tôt ou tard le déclin des fonctions cognitives et perceptives ainsi que de la mobilité, même chez une personne en bonne santé. Ces facteurs affectent l'aptitude à conduire ou à se déplacer de manière sécuritaire sur le réseau routier.

Sur le plan physiologique, la personne âgée est plus vulnérable : elle est plus susceptible de décéder ou de conserver des séquelles lourdes et permanentes si elle est impliquée dans un accident de la route, qu'elle soit à bord d'un véhicule ou non. C'est pourquoi elle devrait redoubler de prudence lorsqu'elle emprunte le réseau routier.





Vous êtes une personne aînée?

La Société de l'assurance automobile du Québec souhaite, par cette brochure, vous sensibiliser aux enjeux de sécurité routière auxquels vous pourriez faire face et vous présenter des outils disponibles. Le but est de permettre à chacune et chacun de conserver le plus longtemps possible sa mobilité, en toute sécurité.

La conduite automobile

La plupart des accidents routiers causant des blessures graves ou mortelles impliquent des véhicules. Il faut dire que la conduite automobile est une activité complexe. D'ailleurs, le permis de conduire n'est pas un droit acquis; c'est plutôt un privilège dont le principe d'utilisation repose sur le respect de soi et des autres usagers de la route. Pour conduire, il est essentiel:



- d'être en bonne santé, tant physique que mentale. Par exemple, pour conduire, il faut avoir:
 - > une bonne vision,
 - > assez de force et de contrôle du mouvement pour bouger avec rapidité et efficacité,
 - > de bonnes fonctions cognitives, comme la mémoire, l'attention partagée, le jugement et la capacité d'analyser rapidement les situations qui se présentent,
 - > un esprit alerte et une bonne vigilance;
- d'avoir un véhicule en bon état de fonctionnement;
- de bien connaître la signalisation et les règles de circulation en vigueur;
- d'avoir une bonne technique de conduite;
- d'avoir un bon comportement au volant.

La conductrice ou le conducteur qui ne remplit pas toutes ces exigences compromet sa propre sécurité et celle des autres usagers de la route.

Santé et conduite auto : les personnes âgées sont-elles davantage à risque ?

L'âge n'est pas en soi un indicateur de l'aptitude à conduire. Certaines personnes peuvent conduire de manière très adéquate jusqu'à un âge avancé, tandis que d'autres éprouvent de sérieux problèmes de santé affectant leur conduite alors qu'elles sont encore jeunes. Cependant, les capacités visuelles, cognitives et motrices de tout être humain tendent à diminuer avec l'âge.

Pour conduire, il faut être en bonne santé physique et mentale, et l'adoption de bonnes habitudes de vie contribue au maintien de la santé. Il est donc important de bien manger, de dormir suffisamment, de faire de l'exercice physique et d'entretenir ses fonctions cognitives par la pratique de la lecture ou d'autres formes d'activités intellectuelles.

Cependant, même les personnes au style de vie irréprochable peuvent voir leur état de santé décliner avec le temps, au point de devoir cesser de conduire. Cette diminution des facultés physiques et mentales peut arriver brusquement ou s'installer de manière progressive. En l'absence d'une maladie qui viendrait accélérer le processus, les effets du vieillissement normal apparaissent généralement lentement. Les changements sont graduels et l'on s'y habitue sans trop s'en apercevoir.



Afin de s'assurer d'avoir encore les aptitudes nécessaires à la conduite automobile, il est donc conseillé de se poser les questions suivantes de temps à autre :

- Ai-je des limitations dans mes mouvements lorsque je suis au volant ?
- Ai-je eu des accrochages dans la dernière année ?
- Ai-je besoin qu'on m'accompagne pour m'aider lors de ma conduite ?
- Est-ce que j'éprouve de la difficulté à céder le droit de passage ou à emprunter un carrefour giratoire ?
- M'est-il difficile de conduire en marche arrière ?
- Ai-je parfois des oublis lorsque je suis en train de conduire, comme de ne plus savoir comment me rendre à un endroit ?
- Ai-je des problèmes visuels ou des problèmes de santé qui me gênent lorsque je conduis ?
- M'arrive-t-il d'avoir du mal à lire ou à comprendre des panneaux de signalisation ou des indications sur la route ?
- Est-ce que les autres conducteurs me klaxonnent ou m'interpellent régulièrement ?
- Mes proches présentent-ils des inquiétudes liées à ma conduite, ou sont-ils réticents à monter à bord du véhicule lorsque c'est moi qui conduis ?

Les titulaires de permis qui doutent de leur capacité à conduire de façon sécuritaire devraient aborder le sujet avec un membre de leur famille, une personne de leur entourage, leur médecin ou un autre professionnel de la santé.


Enfin, à tout âge, mais surtout en vieillissant, il est important de se soumettre régulièrement à un bilan de santé.

➔ LES MÉDICAMENTS ET LA CONDUITE

La prise de certains médicaments sous ordonnance ou en vente libre peut être incompatible avec la conduite sécuritaire d'un véhicule. Certains médicaments peuvent avoir des effets sur l'état d'éveil, la vigilance, la vision, la coordination des mouvements et le comportement, notamment. Or, avec l'âge, la consommation de médicaments va généralement s'accroître. De plus, le foie vieillissant réussit moins bien à éliminer certains médicaments, ce qui en augmente les effets. Tout cela rend les conducteurs âgés plus à risque.

Il est donc important de s'informer auprès de son médecin, de son infirmière praticienne ou de son pharmacien des effets des médicaments sur la conduite automobile, et de bien lire les mises en garde sur les emballages. Il faut même se méfier de ceux qui sont disponibles en vente libre.

Les pharmaciens sont particulièrement bien placés pour donner de l'information sur les effets combinés que peuvent avoir plusieurs médicaments lorsqu'ils sont pris dans la même journée.



Chaque fois qu'un conducteur vit un changement dans sa médication, qu'il s'agisse d'un nouveau médicament ou d'une nouvelle posologie, il devrait prendre le temps d'en observer les effets avant de prendre le volant. De plus, l'alcool, même en petite quantité, peut augmenter les effets néfastes des médicaments sur la capacité de conduire.

Enfin, il faut savoir que la loi interdisant la conduite avec facultés affaiblies concerne aussi les facultés qui sont affaiblies par la prise de médicaments. Autrement dit, conduire en ayant pris des médicaments dont les effets secondaires affectent la conduite, et de ce fait la sécurité routière, constitue une infraction criminelle.

→ LA SANTÉ DES CONDUCTEURS : CE QUE DIT LA LOI

Le *Code de la sécurité routière* oblige les titulaires de permis de conduire à informer la Société de tout changement dans leur état de santé. Cela devrait s'effectuer avant d'obtenir un permis de conduire ou une nouvelle classe de permis, lors du paiement ou du renouvellement du permis de conduire, ou en tout temps dans les 30 jours qui suivent ce changement. Pour ce faire, la personne peut :

- se rendre dans un centre de services de la Société;
- communiquer par écrit (courriel ou papier) ou par téléphone avec la Société;
- demander à un professionnel de la santé de lui fournir un compte rendu de sa nouvelle condition médicale, puis le retourner à la Société;
- remplir la partie « Déclaration de maladie ou de déficit fonctionnel (DMDF) » qui figure sur l'avis de renouvellement de son permis de conduire;
- déclarer une maladie via le portail SAAQclic.



➔ **LES EXAMENS MÉDICAUX ET VISUELS CHEZ LES 75 ANS OU PLUS**

Toute personne titulaire d'un permis de conduire de la classe 5, 6A, 6B, 6C, 6D ou 8 doit se soumettre à une évaluation de son état de santé effectuée par un professionnel de la santé lorsqu'elle atteint l'âge de 80 ans, ainsi que tous les deux ans par la suite.

Pour ce faire, la Société lui fait parvenir une lettre explicative avec le ou les formulaires à faire remplir. Une fois ce ou ces formulaires remplis et signés par les professionnels de la santé concernés, le titulaire de permis doit les retourner dans un délai de 90 jours. La Société l'informe ensuite de sa décision. Le titulaire qui décide de ne pas retourner le ou les formulaires voit son permis suspendu.

Depuis mars 2022, la Société a allégé le processus pour les conducteurs de 75 ans, qui devaient auparavant passer également des examens médicaux et visuels. Elle fait maintenant parvenir aux titulaires de permis qui atteignent l'âge de 75 ans un formulaire d'autodéclaration obligatoire des maladies et déficits fonctionnels. Ces derniers ont 90 jours pour le retourner rempli et signé, qu'ils aient ou non quelque chose à signaler. La Société est ensuite en droit de demander des rapports d'examens médicaux ou visuels, remplis par les professionnels de la santé ayant les compétences nécessaires, aux titulaires de permis ayant déclaré certains problèmes de santé pouvant affecter la conduite.

Lorsqu'un rapport d'examen médical ou visuel laisse planer un doute sur l'aptitude à conduire, la Société peut demander au titulaire de permis, peu importe son âge, de démontrer ses capacités au moyen d'un test sur route.

Très peu de personnes voient leur permis de conduire suspendu à la suite de l'ensemble de ces démarches. Cependant, il est fréquent que ces contrôles donnent lieu à l'ajout de nouvelles conditions au permis de conduire, telles que :

- conduire de jour seulement;
- porter des verres correcteurs pour conduire;
- ne pas conduire sur l'autoroute.

Pour se sentir en sécurité, un véhicule en bon état

Un véhicule en bon état de fonctionnement augmente les chances que le conducteur soit en pleine possession de ses moyens sur la route.

Il est recommandé de prendre un rendez-vous au garage pour rapporter les éléments suivants :

- tout bruit suspect ou inhabituel;
- une lenteur/distance de freinage laissant douter de l'état des freins;
- une fuite d'un ou plusieurs liquides;
- l'usure des essuie-glaces, qui ne fonctionnent plus de manière optimale;
- l'usure des pneus, surtout si elle ne se présente pas de manière uniforme;
- un bris apparent ou soupçonné de n'importe quelle composante du véhicule.

La mise à jour de ses connaissances et le perfectionnement de ses techniques de conduite

En matière de sécurité routière, il n'est pas suffisant de se fier à ses nombreuses années d'expérience sur le réseau routier. Les recommandations évoluent, les lois et règlements changent au fil du temps, et on constate parfois l'apparition de nouvelles manières d'organiser le trafic, par exemple les carrefours giratoires ou les corridors de sécurité. Il est donc nécessaire de s'assurer que l'ensemble de ses connaissances théoriques utiles à la conduite automobile sont à jour.



À cet effet, tout conducteur peut :

- consulter de la documentation sur le sujet, tout particulièrement le **Guide de la route**. Cette publication présente notamment les règles de circulation routière, la signalisation québécoise ainsi que les infractions et leurs conséquences. L'ouvrage **Conduire un véhicule de promenade**, qui sert à l'apprentissage de la conduite, est également très recommandé;
- visiter le site Web de la Société, où il est possible, entre autres, de tester ses connaissances sur la sécurité routière et la conduite automobile;
- opter pour un cours de perfectionnement et d'entraînement à la conduite, que ce soit via un organisme travaillant dans le domaine de la sécurité routière (CAA, par exemple) ou une école de conduite. Plusieurs écoles de conduite offrent un programme pour les 65 ans et plus, adapté à leurs besoins. Il peut s'agir, par exemple, de séances de rafraîchissement pour les personnes qui n'ont pas beaucoup conduit dans les dernières années, ou d'un entraînement avant un test sur route demandé par la Société.

L'ouvrage *Conduire un véhicule de promenade* est disponible aux mêmes endroits que le *Guide de la route*.



Rendez-vous à la page suivante.

La signalisation : la clé de la sécurité routière

Que l'on se déplace à pied, à vélo, en automobile ou par tout autre moyen, la signalisation est un élément indispensable à la sécurité routière. Les panneaux qui se trouvent aux abords des routes, les feux de circulation ainsi que les marques sur la chaussée apportent de l'information nécessaire pour agir avec prudence.



Les panneaux de signalisation

La méconnaissance de certains panneaux de signalisation peut augmenter le risque d'accidents de la route. Compte tenu de la grande variété des types de panneaux, il est avisé de rafraîchir ses connaissances quant à leur signification et à leur utilité.

Pour ce faire, vous pouvez consulter le site Internet du ministère des Transports et de la Mobilité durable. Le **Guide de la route** est aussi une excellente référence.

Où se procurer le **Guide de la route** ?

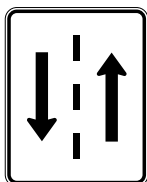
- En téléchargement gratuit sur la page **Les Publications du Québec**, sur le site Web de la Société;
- En version papier payante sur le site des **Publications du Québec**;
- Dans la plupart des bibliothèques publiques.



Cédez le passage



Entrée interdite



Circulation à double sens



Interdiction de faire
demi-tour



Début d'une zone scolaire



Interdiction de dépasser



Signal avancé d'arrêt
d'autobus scolaire



Présence de travailleurs



Signal avancé
d'un signaleur



Préparez-vous à arrêter

Les feux de circulation

Chaque usager de la route a la responsabilité de bien connaître et de bien interpréter les feux de circulation, qui indiquent les priorités de passage aux intersections.

Aux feux de circulation, la piétonne ou le piéton doit :

- respecter les feux pour piétons lorsqu'il y en a :
 - > la silhouette blanche d'un piéton signifie qu'il est temps de traverser,
 - > la main orange clignotante, parfois accompagnée d'un décompte numérique, indique qu'il reste peu de temps pour traverser,
 - > la main orange fixe informe le piéton qu'il faut attendre avant de traverser;
- attendre le feu vert pour traverser dans la direction souhaitée s'il n'y a pas de feux pour piétons.

Aux feux de circulation, la ou le cycliste qui souhaite traverser doit :

- attendre le feu vert pour traverser, en respectant la priorité aux piétons s'il n'y a pas de feux pour piétons, tout en se méfiant des automobilistes qui pourraient tourner à droite;
- s'il y a des feux pour piétons, céder le passage aux piétons qui traversent l'intersection, puis circuler à une vitesse raisonnable et prudente.

Aux feux de circulation, l'automobiliste doit:

- respecter les feux de circulation:
 - > vert pour avancer,
 - > jaune pour s'apprêter à immobiliser son véhicule,
 - > rouge pour immobiliser son véhicule;
- vérifier ses angles morts avant de poursuivre dans n'importe quelle direction, afin de détecter la présence d'usagers plus vulnérables comme les piétons et les cyclistes;
- céder d'abord le passage à ces usagers vulnérables.

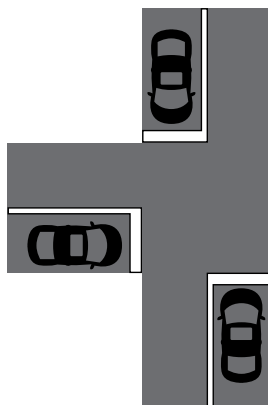


Les marques sur la chaussée

Les marques sur la chaussée sont très importantes, car elles complètent les indications des panneaux de signalisation et des feux de circulation.

→ LIGNE D'ARRÊT

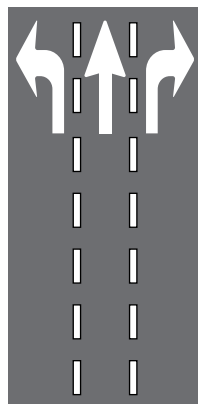
La marque montre l'endroit où l'automobiliste doit arrêter à une intersection.



→ DÉLIMITATION DES VOIES

Les flèches sur la chaussée désignent l'endroit où l'automobiliste doit se placer pour effectuer l'une ou l'autre des manœuvres suivantes :

- tourner à gauche;
- tourner à droite;
- aller tout droit.

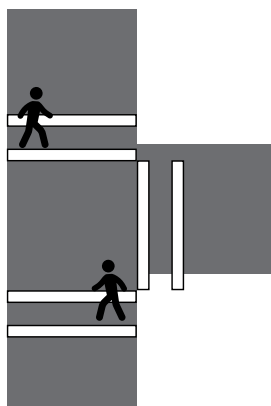




➔ PASSAGE POUR PIÉTONS

Lorsqu'il y a des feux de circulation ou un panneau d'arrêt à une intersection, deux lignes blanches parallèles ou des bandes blanches indiquent l'espace réservé au passage des piétons.

En l'absence de feux ou d'un panneau d'arrêt, ainsi qu'entre les intersections, ces passages sont délimités par des bandes jaunes. Lorsque le piéton traverse à ces endroits, l'automobiliste a l'obligation de lui donner la priorité et de le laisser passer.



Bandes blanches parallèles



Bandes blanches pour passage des piétons



Bandes jaunes pour passage des piétons

➔ LES DISPOSITIFS DE SÉCURITÉ VOUS PROTÈGENT

Utilisés correctement, la ceinture de sécurité, l'appuie-tête et les coussins gonflables peuvent sauver des vies.

Le port de la ceinture de sécurité est bien ancré dans les mœurs des automobilistes québécois. En effet, la majorité des gens ont maintenant le réflexe de s'attacher. Il est intéressant de savoir que l'utilisation combinée de la ceinture de sécurité et du coussin gonflable diminue de 75 % les possibilités de blessures majeures à la tête en cas de collision.

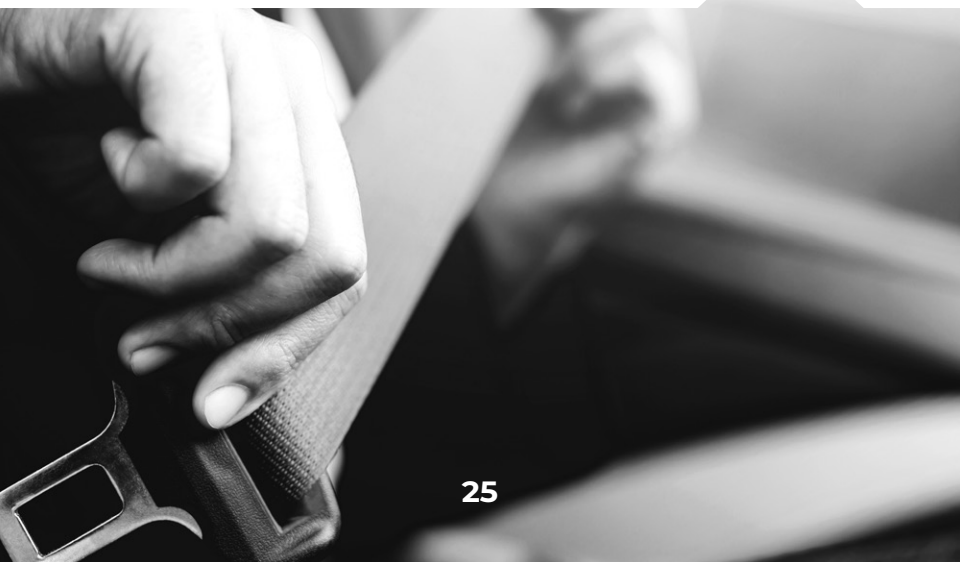
De son côté, l'appuie-tête, lorsqu'il est ajusté adéquatement, peut réduire de plus du quart les risques de subir une entorse cervicale.

Il est également important de bien fixer tous les objets qui se trouvent dans la voiture, car tout objet non retenu dans l'habitacle risque de percuter violemment les occupants lors d'une collision ou d'un freinage brusque.



Si un animal se trouve dans un véhicule, il ne doit pas pouvoir obstruer la vue du conducteur ou gêner la conduite du véhicule. Un animal en liberté peut, au même titre qu'un objet, être violemment projeté lors d'une collision ou d'un freinage brusque. Pour la sécurité de l'animal ainsi que celle des passagers du véhicule, la Société recommande d'utiliser un harnais, de placer l'animal dans une cage correctement attachée au moyen de la ceinture de sécurité ou de le maintenir à distance au moyen d'une barrière.

Enfin, pour réduire les risques de blessures causées par un coussin gonflable, il faut maintenir une distance d'au moins 25 cm (10 po) entre le couvercle du coussin et la personne.



Le comportement et la prévoyance

Lorsqu'il est question de sécurité routière, un comportement courtois envers les autres utilisateurs de la route est de mise. Le principe de prudence, proche parent de la courtoisie, fait d'ailleurs maintenant partie intégrante du *Code de la sécurité routière*.



→ PRINCIPE DE PRUDENCE

Tous les usagers de la route sont tenus, surtout à l'égard de ceux qui sont plus vulnérables, d'agir avec prudence et respect lorsqu'ils circulent sur un chemin public.

Le conducteur d'un véhicule routier doit faire preuve d'une prudence accrue à l'égard des usagers plus vulnérables, notamment les personnes à mobilité réduite, les piétons et les cyclistes.

Les usagers vulnérables, pour leur part, sont tenus d'adopter des comportements favorisant leur propre sécurité.

Ce principe se traduit notamment par le fait de respecter certaines règles de base :

- Respecter la signalisation, par exemple les feux de circulation, les arrêts obligatoires, les limites de vitesse, l'obligation de céder le passage.
- Respecter la priorité des autres usagers de la route, en cédant le passage aux piétons aux passages qui leur sont réservés et aux intersections. Plus précisément:
 - > **aux intersections**, s'arrêter avant la ligne d'arrêt (ligne blanche continue):
 - lorsque le feu pour piétons est activé ou, s'il n'y a pas de feu pour piétons, si le feu de circulation est vert pour le piéton,
 - avant de tourner à droite sur un feu rouge,
 - devant un panneau d'arrêt (panneaux situés aux intersections ou tenus par une brigadière ou un brigadier scolaire);
 - > **aux passages pour piétons**, s'arrêter avant les lignes de passage pour piétons:
 - lorsqu'un piéton s'engage ou manifeste son intention de s'engager;



- > **aux intersections**, vérifier les angles morts pour s'assurer de l'absence de piétons :
 - avant un virage à droite, regarder derrière les piliers de pare-brise et par-dessus son épaule droite,
 - avant un virage à gauche, regarder derrière les piliers de pare-brise et par-dessus son épaule gauche;
 - > **aux intersections**, céder le passage aux cyclistes avant d'effectuer un virage à droite ou à gauche. Vérifier d'abord l'absence de cycliste en regardant les angles morts. Avant de virer à droite, en plus des vérifications habituelles, regarder par-dessus son épaule droite;
 - > **aux intersections**, établir un contact visuel avec les usagers de la route plus vulnérables et leur faire un signe de la main pour confirmer qu'ils peuvent traverser.
- Signaler ses intentions en utilisant le clignotant.
 - Ne pas suivre de trop près un autre véhicule.
 - Dépasser un piéton ou un cycliste en lui laissant suffisamment d'espace :
 - > 1 m dans une zone de 50 km/h ou moins;
 - > 1,5 m dans une zone de plus de 50 km/h.
 - Avant d'ouvrir une portière lorsque le véhicule est stationné, s'assurer qu'il n'y a pas de cycliste qui s'approche, notamment en vérifiant les angles morts.

Des amendes sont prévues en cas d'infraction à certaines de ces règles.

De plus, la prévoyance fait partie des comportements à adopter. Cela est vrai pour tout conducteur et l'est davantage pour la personne vieillissante ou dont l'état de santé se détériore. Il est parfois nécessaire, pour continuer à conduire de façon sécuritaire, d'adapter ses habitudes de conduite.



Ainsi, il peut devenir souhaitable de :

- planifier les longs trajets en prévoyant des périodes de repos;
- conduire dans des endroits familiers uniquement;
- s'abstenir de circuler à l'heure de pointe;
- contourner les rues achalandées;
- bannir la conduite de nuit et par mauvais temps;
- prendre le volant uniquement lorsque l'on se sent suffisamment en forme et reposé;
- choisir une voiture avec des fonctions rendant la tâche plus facile (transmission automatique, équipement électrique, etc.) et bien adaptée à sa morphologie. Par exemple, considérer la visibilité que le véhicule permet (taille des fenêtres), la hauteur maximale à laquelle le siège peut être élevé, ou la profondeur de la banquette, en fonction de la taille du conducteur.

Sans être très exigeantes, de telles mesures préventives peuvent grandement réduire les risques associés à la conduite automobile, et permettent même parfois de conserver son permis de conduire plus longtemps.



La mobilité est possible sans voiture

La conduite automobile augmente la mobilité et le sentiment d'autonomie, tout en rendant possibles certains déplacements qui ne pourraient être effectués autrement. Il est donc normal que la cessation de conduite soit une décision très difficile à prendre.

En effet, l'arrêt de la conduite peut faire naître le sentiment de ne plus participer suffisamment à la vie sociale et d'être isolé. Cependant, la plupart des conducteurs feront face, tôt ou tard, à la diminution de leur aptitude à conduire. C'est pourquoi il est important de s'y préparer en étudiant toutes les solutions de rechange qui existent.



En voici des exemples :

- le choix d'un domicile près des services essentiels;
- l'autobus et les autres formes de transport en commun;
- le covoiturage avec des amis et des membres de la famille;
- le taxi;
- les services d'accompagnement offerts par des organismes communautaires;
- le transport adapté;
- la mobilité active.

Les centres locaux de services communautaires (CLSC) sont bien placés pour donner des renseignements quant aux ressources existant dans chaque région.



La mobilité active

La « mobilité active » est un terme généralement utilisé pour définir toute manière de se déplacer qui nécessite de l'effort physique. Cela inclut la marche, le vélo et la course à pied, mais également l'utilisation d'un fauteuil roulant manuel ou de patins à roues alignées, pour ne citer que ces exemples.

La mobilité active permet de maintenir et d'améliorer son état de santé, tout en préservant l'environnement et en économisant sur les frais associés à l'utilisation d'un véhicule motorisé. Il s'agit donc d'une excellente solution de rechange à la conduite automobile.

Toutefois, en pratiquant la mobilité active, on devient un usager de la route dit « vulnérable », comparativement aux automobilistes. Les personnes âgées, étant donné leur constitution plus fragile, sont encore plus vulnérables. Elles devraient donc s'assurer d'adopter les pratiques les plus sécuritaires possibles.



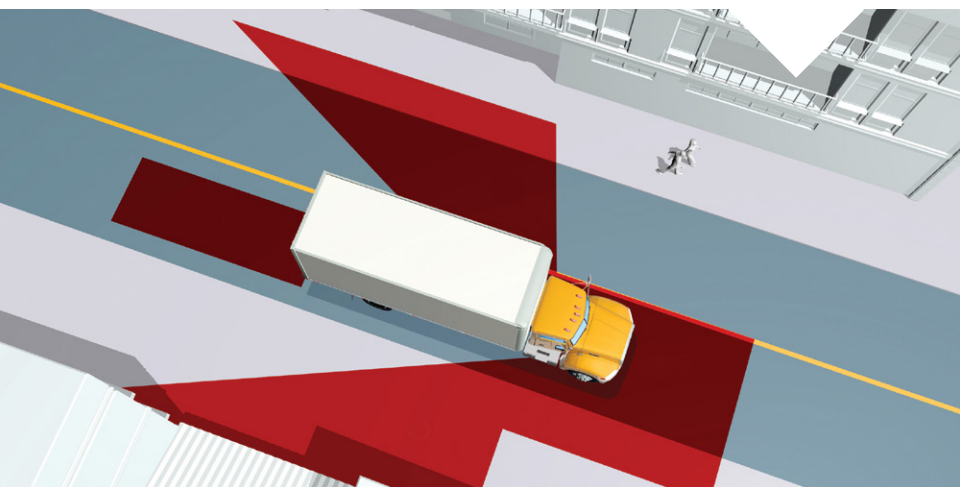
Être à pied

Les principales règles de sécurité qu'un piéton ainsi que tout usager de la route s'y apparentant (ex. : personne en fauteuil roulant manuel, adepte de patins à roues alignées, etc.) devraient appliquer sont les suivantes :

— Toujours traverser aux intersections ou aux passages pour piétons. Ceux-ci sont des endroits autorisés par une signalisation routière appropriée (panneaux et marques sur la chaussée). Lorsqu'il n'y a pas d'intersection ni de passage pour piétons, les piétons doivent attendre que la voie soit complètement libre pour traverser. Les automobilistes et les cyclistes y ont priorité; les piétons doivent donc leur céder le passage.

- Aux **passages pour piétons**, le piéton a la priorité. Les conducteurs et les cyclistes doivent lui céder le passage. Par contre, pour demeurer en sécurité, le piéton doit s'assurer que les conducteurs et les cyclistes l'ont vu et qu'ils lui cèdent bien le passage.
- Avant de traverser, s'assurer d'avoir été vu:
 - > Éviter de se «cacher» derrière un élément tel qu'un abri d'autobus, un poteau, un véhicule, un arbre, un édifice, etc.;
 - > Établir un contact visuel avec les conducteurs.

- Respecter les feux de circulation ou les feux pour piétons si l'intersection en est dotée.
- S'il reste peu de temps pour traverser, par exemple si le feu est vert depuis longtemps ou si le décompte numérique du feu pour piétons est bien avancé, envisager d'attendre le prochain cycle pour entamer la traversée.
- Regarder à gauche, à droite, puis de nouveau à gauche avant de traverser.
- Circuler sur le trottoir. S'il n'y en a pas, emprunter l'accotement et, idéalement, marcher en faisant face à la circulation. Un piéton pourrait également choisir de circuler du côté où l'accotement est le plus large, ou du côté où l'éclairage offre le plus de visibilité.
- Pour être bien visible le soir ou par temps sombre, porter des vêtements de couleur claire ou munis de bandes réfléchissantes. La noirceur est l'ennemie des piétons. C'est d'ailleurs à l'automne que l'on enregistre le plus grand nombre d'accidents les impliquant.
- Se méfier des véhicules lourds; leurs angles morts sont plus vastes qu'on ne le croit. Avant de traverser une rue devant ou derrière un véhicule lourd qui n'est pas immobilisé, s'assurer d'avoir été vu par le conducteur.



- Les angles morts d'un véhicule lourd sont les parties de la route que le conducteur ne peut pas voir en raison des dimensions ou de la configuration de son véhicule. Lorsque les autres usagers se trouvent dans ces zones, le conducteur ne peut pas les voir. Les probabilités de collision sont alors élevées. Il est donc nécessaire d'éviter de s'y retrouver.
- Il y a des angles morts à l'avant, à l'arrière et sur les côtés des véhicules lourds.

En conclusion, il est important d'adopter un comportement prévisible, de respecter le *Code de la sécurité routière* et d'éviter de prendre des risques inutiles.

Être à vélo

L'usage du vélo est un excellent moyen de conserver sa bonne forme physique. Les personnes âgées semblent l'avoir bien compris puisqu'on compte un nombre important de cyclistes âgés au Québec.

La sécurité à vélo commence par le respect du *Code de la sécurité routière* et par l'adoption de comportements préventifs, comme le port du casque. Il est important de faire preuve de vigilance, d'avoir une bonne vision, de s'assurer d'être visible et d'anticiper les dangers.



Le *Code de la sécurité routière* oblige notamment les cyclistes :

- à respecter la signalisation routière;
- à rouler dans le même sens que les automobiles et aussi près que possible du côté droit de la chaussée;
- à signaler leurs intentions au moyen du code gestuel approprié, à moins qu'une telle manœuvre ne mette leur sécurité en péril;
- à circuler à la file s'ils sont en groupe;
- à munir leur vélo de l'équipement de visibilité obligatoire:
 - > un réflecteur blanc à l'avant,
 - > un accessoire de visibilité autorisé sur chacune des roues,
 - > un réflecteur rouge à l'arrière,
 - > un réflecteur jaune ou blanc à chaque pédale;
- à porter un casque s'il s'agit d'un vélo électrique. S'il s'agit d'un vélo ordinaire, le port du casque demeure fortement recommandé.

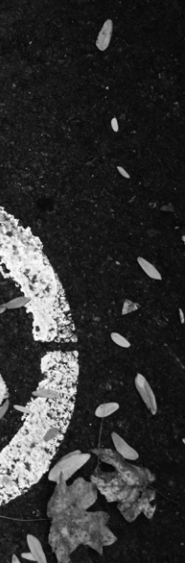
Par contre, le *Code* interdit notamment aux cyclistes :

- de circuler sur un trottoir – sauf en cas de nécessité ou si la signalisation les y oblige ou le permet;
- d'utiliser des écouteurs;
- de circuler en manipulant un appareil électronique portatif, qu'il soit ou non tenu en main, sauf s'il affiche des informations utiles à la conduite, auquel cas il doit être installé sur un support fixe.



→ POUR METTRE TOUTES LES CHANCES DE SON CÔTÉ, LE CYCLISTE DEVRAIT SE MÉFIER :

- des véhicules qui tournent à droite au feu rouge;
- des portières d'automobile qui pourraient s'ouvrir soudainement;
- des véhicules qui sortent d'une entrée privée;
- des espaces entre des véhicules stationnés;
- des autobus urbains et scolaires (arrêts et départs fréquents). Avant d'effectuer une manœuvre, il faut établir un contact visuel avec le conducteur pour s'assurer d'avoir été vu;
- des angles morts des véhicules lourds, comme expliqué dans la section sur les piétons.



Le cycliste devrait également utiliser les intersections pour traverser. Il y a deux façons, pour le cycliste, d'effectuer un virage à gauche de manière sécuritaire à une intersection :

- à la manière d'un véhicule, en se plaçant à gauche à l'intersection et en signalant ses intentions au moyen du code gestuel approprié;
- à la façon d'un piéton, en traversant en « L ».

Le cycliste peut également traverser aux feux pour piétons, à moins d'un avis contraire. Pour ce faire, il doit s'immobiliser, céder le passage aux piétons qui traversent l'intersection, puis circuler à une vitesse raisonnable et prudente.

Le **Guide de la sécurité à vélo**, disponible gratuitement sur le site Web de la Société, offre davantage de détails sur les règles de circulation s'appliquant aux cyclistes. Il prodigue également d'excellents conseils pour favoriser leur sécurité, y compris des explications sur la manière d'ajuster correctement un casque.

Utiliser une aide à la mobilité motorisée

Les triporteurs, quadriporteurs et fauteuils roulants motorisés sont des aides à la mobilité motorisées. Les règles encadrant leur circulation sur le réseau routier sont complexes, mais bien expliquées sur le site Web du ministère des Transports et de la Mobilité durable.



Des petits-enfants bien installés pour leur sécurité

Les grands-parents emmènent souvent leurs petits-enfants en auto. Il faut savoir que, selon le *Code de la sécurité routière*, les enfants qui mesurent moins de 145 cm ou qui sont âgés de moins de 9 ans doivent être installés dans un siège d'auto adapté à leur poids et à leur taille.

Il existe plusieurs types de sièges d'auto pour enfants, leur structure étant conçue en fonction du poids des enfants. Le dépliant **Attachez-le à la vie!**, disponible gratuitement sur le site Web de la Société, explique leur bon usage et la manière adéquate de les installer. Le site Web contient également de l'information très détaillée ainsi que des capsules vidéo.



Attention!

La banquette arrière de la voiture est l'endroit le plus sécuritaire pour les enfants de 12 ans ou moins. Assis à l'arrière, ils sont le plus loin possible du point d'impact en cas de collision frontale ainsi que des coussins gonflables, à l'avant, qui pourraient leur causer des blessures graves ou même mortelles.


Le régime d'assurance de tous les usagers de la route



La population québécoise est protégée par le régime public d'assurance automobile, et ce, lorsqu'une personne subit des blessures dans un accident de la route survenu au Québec ou ailleurs dans le monde, qu'elle soit responsable ou non de l'accident.

Les dommages matériels, eux, devront être couverts par une police d'assurance responsabilité contractée auprès d'une compagnie privée.

Si vous conduisez à l'étranger, il est souhaitable d'accroître votre protection en matière d'assurance responsabilité au cas où des poursuites pour blessures et dommages matériels ou corporels causés à autrui seraient intentées contre vous.



La Société peut verser les indemnités suivantes aux personnes victimes d'un accident de la route :

- remplacement du revenu;
- montant forfaitaire pour séquelles permanentes;
- indemnité de décès pour la conjointe ou le conjoint ou pour les personnes à charge;
- montant forfaitaire en vue de couvrir les frais funéraires.

Elle peut aussi rembourser certains frais liés à l'accident (ex. : médicaments, réadaptation, aide à domicile, vêtements endommagés).

Pour faire une demande d'indemnisation, il faut commander les formulaires et la documentation nécessaires par téléphone, au **1 888 810-2525**.




Le rôle de la famille et des proches

Il est possible qu'en raison de problèmes de santé, un conducteur ne soit plus en mesure d'évaluer sa capacité de conduire de façon sécuritaire. L'entourage doit donc rester vigilant.

Même si l'idéal est de laisser le conducteur décider du moment où il cessera de conduire, il faut se rappeler que c'est une décision difficile à prendre et que certaines personnes auront besoin d'aide pour cheminer.

Il est donc souhaitable, et souvent essentiel, que les proches d'une personne en perte d'autonomie contribuent à convaincre cette dernière d'arrêter de conduire.

Il existe différentes façons d'aborder la question. Le choix de l'approche pourrait dépendre de la réceptivité du conducteur et du degré d'urgence de la situation.



Enfin, si la personne refuse toute action, il est possible de demander de l'aide en consultant un centre de santé et de services sociaux ou en rapportant les faits à la Société.

Toute personne qui doute de la capacité d'un titulaire de permis d'assurer la conduite sécuritaire de son véhicule peut aviser la Société en témoignant de certains faits et en justifiant ses doutes.

Les renseignements fournis doivent permettre d'identifier, hors de tout doute, la personne concernée. Il peut s'agir :

- du nom et de la date de naissance;
- du nom et de l'adresse;
- du numéro de permis de conduire;
- du nom du conducteur et du numéro d'immatriculation de son véhicule.

Pour en savoir davantage

De nombreuses sources d'information sont à la disposition de quiconque souhaite en savoir davantage au sujet de la sécurité routière. Les références présentées ici le sont à titre de suggestions.



Dépliants et brochures de la Société (disponibles sur le site Web)

- *Angles morts des véhicules lourds – Soyez vigilant!*
- *Attachez-le à la vie! – Sièges d'auto pour enfants*
- *Attention aux véhicules lourds – Redoublez de prudence*
- *La conduite automobile des personnes âgées et les proches aidants*
- *Corridor de sécurité – Adaptez votre conduite*
- *Guide de sécurité à vélo*

- *L'hiver, adaptez votre conduite*
- *La nuit, adaptez votre conduite*
- *Partir en toute assurance partout dans le monde*
- *La police d'assurance de tous les Québécois en cas de blessures ou de décès dans un accident d'automobile*
- *Pour un meilleur partage de la route...*
- *Pour une traversée en toute sécurité*
- *Pourquoi une évaluation médicale?*
- *La vignette de stationnement pour personnes handicapées - Des espaces réservés pour vous*

Autres brochures d'information

- *Guide de la route*
Les Publications du Québec
- *Conduire un véhicule de promenade*
Les Publications du Québec

Pour nous joindre



Par la poste

Direction générale des communications
et des relations publiques

Société de l'assurance automobile du Québec
Case postale 19600, succursale Terminus
Québec (Québec) G1K 8J6

Par Internet

saaq.gouv.qc.ca

Pour nous joindre : courrier@saaq.gouv.qc.ca

Pour commander des dépliants :
documentation@saaq.gouv.qc.ca

Par téléphone

Sans frais : 1 800 361-7620 (Québec, Canada, États-Unis)

Par téléscripteur

Personnes sourdes ou malentendantes

Montréal : 514 954-7763

Ailleurs au Québec : 1 800 565-7763 (sans frais)

En personne

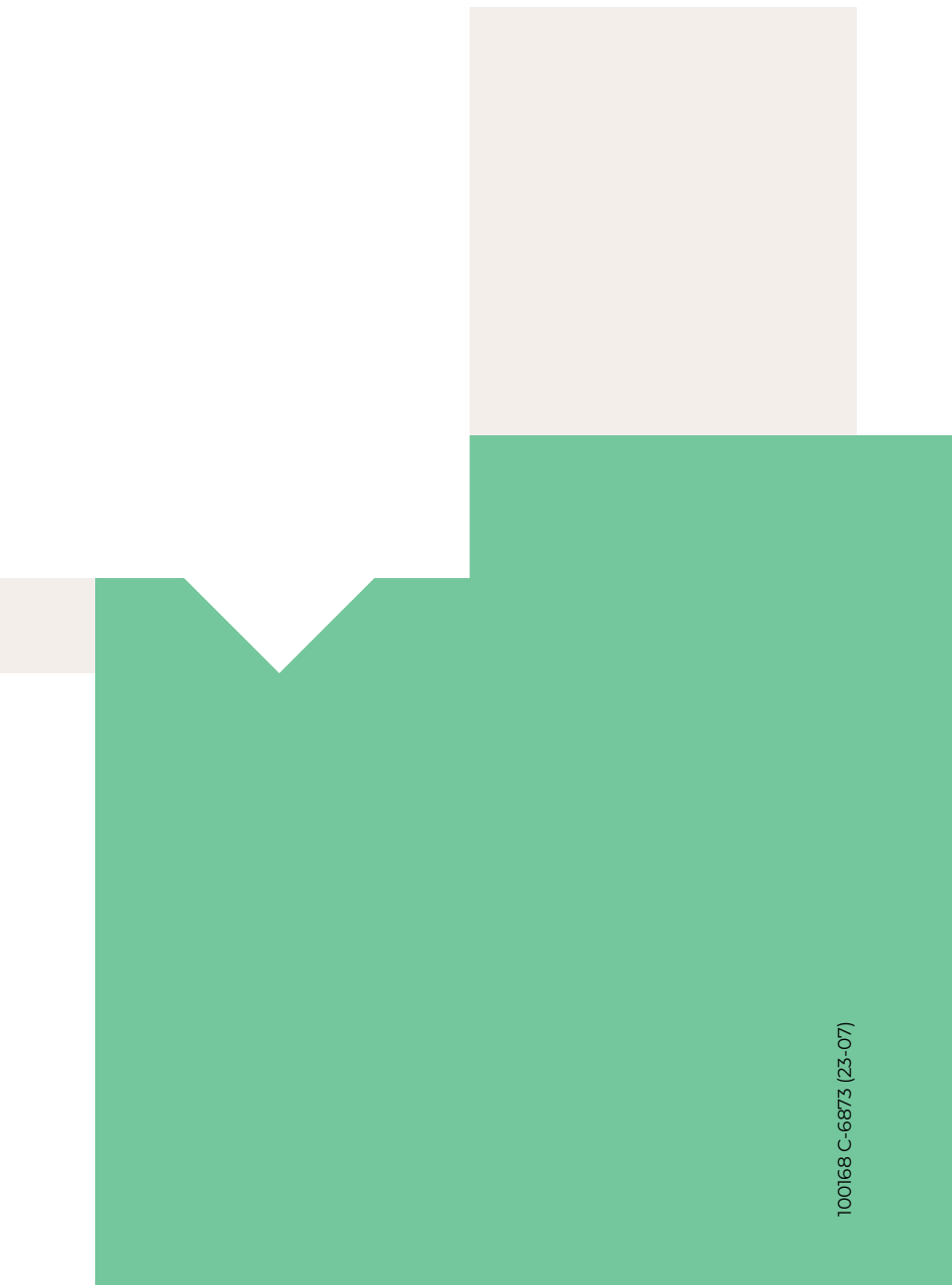
À l'un de nos centres de services. Avant de vous déplacer, téléphonez-nous. Dans la majorité des cas, vous pourrez obtenir l'information désirée.

Dépôt légal, Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2023.

ISBN 978-2-550-93336-6 (imprimé)

ISBN 978-2-550-93351-9 (PDF)

© 2023, Société de l'assurance automobile du Québec



100168 C-6873 (23-07)

**Société de l'assurance
automobile**

Québec 

Avec vous,
au cœur de votre sécurité