

Partager le transport en commun

UN ATELIER NOVATEUR QUI RÉUNIT
ADOLESCENTS ET PERSONNES ÂGÉES AFIN DE DISCUTER
DES TRANSPORTS EN COMMUN



Auteurs

Agathe Lorthios-Guillement,
Étudiante à la maîtrise en santé
communautaire, Université de Montréal

Freeda Khan, Étudiante au Baccalauréat
en travail social, Université McGill

Manon Parisien, erg., M.Sc.,
Agente de planification, Centre de santé
et services sociaux Cavendish

Sheri McLeod, Directrice générale,
Conseil des aînés et des aînées
de Notre-Dame-de-Grâce

Stéphanie Dupont, B.A., FLE.,
Organisatrice communautaire, Centre
de santé et de services sociaux Cavendish

Kareen Nour, Ph.D., Chercheure,
Direction de santé publique de l'Agence de
santé et de services sociaux de Montérégie

Groupe consultatif

Geneviève Lamy, Coordinatrice au
transfert des connaissances, Centre de
santé et de services sociaux Cavendish

Kathryn Moreno, Conseillère en
orientation, Westmount High School

Lauren Azran, Étudiante,
Westmount High School

Liesel Urtnowski, Bénévole,
Centre Contactivité de Westmount

Louise Rayment, membre du conseil
d'administration, Conseil des aînés et
des aînées de Notre-Dame-de-Grâce

Tania Gonzalez, Chargée de projet-
Transport et mobilité, Table de Concertation
des aînés de l'île de Montréal (TCAIM)

Collaborateurs

Royal West Academy

Westmount High School

Remerciements

Ce projet a été financé par le programme
Nouveaux horizons pour aînés.

Remerciement spécial aux étudiants
de Westmount High School, Loyola
High School, Royal West Academy
et Lindsay Place High School,
pour leurs idées et leur aide.

Remerciements supplémentaires aux
étudiants de Westmount High School et
Royal West Academy qui ont participé
aux ateliers du projet pilote et amené
d'intéressants commentaires.

Crédits

Traduction :
Agathe Foucault

Révision linguistique :
Patricia Lemoine, CSSS Cavendish

Graphisme:
Marie-Judith Langlois, MJL Design

Pour télécharger une copie gratuite de ce guide :

www.ndgsc.ca

Ce document est aussi disponible en anglais.

UN MOT DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE

Depuis 1974, le Conseil des aînés et des aînées de N.D.G. œuvre pour et avec les personnes âgées de la communauté afin d'améliorer leur qualité de vie et de réduire l'incidence de l'âgeisme. Aujourd'hui, nous sommes heureux de travailler en partenariat avec le Centre de santé et de services sociaux Cavendish à ce projet.

L'accessibilité au transport en commun est une importante préoccupation chez les aînés, et les obstacles qui y interfèrent sont nombreux. Sur une période de deux ans, un comité soutenu par le CSSS Cavendish et le Conseil des aînés et des aînées de N.D.G. a organisé cinq groupes de discussion afin d'identifier les défis reliés au transport chez les aînés. L'une des principales préoccupations soulevées a été l'utilisation du réseau de transport public de Montréal, notamment la question de la cohabitation intergénérationnelle.

C'est le désir de sensibiliser davantage les adolescents à la situation des personnes âgées utilisant le système de transport qui a conduit au développement de cet atelier. En effet, les personnes âgées ont rapporté se sentir anxieuses lorsque des jeunes sont présents dans les autobus ou aux abords des stations de métro. Ils se sentent inconfortables et même intimidés par le chahut et parfois les jurons des jeunes, même si les aînés consultés reconnaissent que cela ne concernait qu'un petit nombre d'entre eux. Malgré des campagnes menées par la Société des Transports de Montréal concernant l'adoption de comportements appropriés lors de l'utilisation du réseau de transport public, il reste fréquent de voir des adolescents garder leur sac sur leur dos, être bruyants et tapageurs dans les autobus ou les métros de la ville.

Nous souhaitons que ce guide serve de véhicule menant à une discussion au sujet de la réalité des personnes âgées se déplaçant en transport en commun. Nous espérons qu'il sensibilise les jeunes comme les aînés afin de faire de nos autobus et métros des environnements sécuritaires et agréables à utiliser pour tous.



Sheri McLeod

Directrice générale, Conseil des aînés et des aînées de N.D.G.



TABLE DES MATIÈRES

Un mot de la directrice générale	i	SECTION 5	
Table des matières	ii	Concepts et enjeux	14
SECTION 1		La mobilité des personnes âgées	14
Introduction	1	▣ Principaux problèmes affectant la mobilité des personnes âgées	15
▣ L'origine du projet	2	Les aînés et le transport en commun	15
▣ Description de l'atelier	2	▣ Difficultés rencontrées par les aînés utilisant le transport en commun	16
▣ Qui peut donner l'atelier?	3	Les adolescents et le transport en commun	18
▣ Quel est le but de l'atelier?	3	La courtoisie dans les transports publics	19
▣ Quelle est l'approche sous-jacente?	3	▣ Qu'est-ce que la courtoisie?	19
SECTION 2		▣ Manifestation de la courtoisie dans les transports publics	19
Étapes pour organiser l'atelier	4	Pour plus d'informations...	20
SECTION 3		SECTION 6	
Quel est le rôle de l'animateur?	7	Étapes pour animer l'atelier	22
Les responsabilités de l'animateur	7	▣ En préparation pour l'atelier	22
▣ Avant l'atelier	7	Introduction	22
▣ Le jour de l'atelier	7	La courtoisie, importante ou pas?	23
▣ Durant l'atelier	8	Expérimenter la vie comme un aîné	25
▣ Après l'atelier	9	Difficultés rencontrées par les personnes âgées lorsqu'elles utilisent le transport en commun	29
Conseils pour animer un atelier auprès adolescents	9	Suis-je courtois?	35
Questions fréquentes de la part des élèves	11	Moi, je fais partie de la solution?	37
SECTION 4		Conclusion de l'atelier	39
Liste du matériel requis	13	ANNEXE 1	
		Entente de collaboration	41
		Confirmation de l'atelier	45
		ANNEXE 2	
		Cartes de tâches	47
		ANNEXE 3	
		Cartes d'entrevue	51

INTRODUCTION

Il est essentiel, pour les individus de la communauté, d'avoir accès à des moyens de transport. La mobilité communautaire implique les principes suivants:

« Être capable de voyager où et quand une personne le veut, être informé des options de voyage, savoir comment, et être capable d'utiliser ces options et y avoir accès financièrement (1) ».

La mobilité permet d'avoir accès aux ressources nécessaires à la survie de chacun (ex: nourriture, eau, produits d'hygiène personnelle, soins médicaux) et permet aux gens d'accomplir les fonctions sociales nécessaires à leur bien-être (ex : emploi, relations personnelles, activités mondaines et récréatives). Pour les aînés qui n'ont pas leur permis de conduire, tout comme pour les adolescents qui sont trop jeunes pour prendre le volant, le réseau de transport public représente le principal et parfois le seul moyen de transport leur permettant de se déplacer indépendamment. Néanmoins, le vieillissement peut rendre l'expérience du transport en commun plus difficile et stressante. Il est donc important de créer un environnement sécuritaire et un climat respectueux, en faisant la promotion de la courtoisie, et favorisant ainsi l'accessibilité aux transports collectifs pour tous.



L'ORIGINE DU PROJET

Cet atelier a été créé par le Conseil des aînés et des aînées de Notre-Dame-de-Grace (CAANDG) en partenariat avec le CSSS Cavendish en réponse aux besoins observés de la population aînée dans la communauté. Il est basé sur le besoin d'engager la discussion avec les adolescents sur la courtoisie et la conscience sociale lors de l'utilisation du transport en commun dans le but d'offrir un environnement de transport respectueux et sécuritaire pour tous les utilisateurs. La courtoisie se définit comme « une preuve de politesse dans l'attitude d'une personne donnée et par son comportement envers les autres » (2). Cette attitude peut influencer positivement le sentiment de sécurité des personnes âgées et faciliter leur mobilité en transports en commun. En effet, les personnes âgées ont identifié à plusieurs reprises la courtoisie comme étant un attribut propre à un environnement approprié pour elles (3,4).

DESCRIPTION DE L'ATELIER

Offert dans les classes d'écoles secondaires et animé par des aînés, cet atelier de 60 minutes permet un dialogue entre deux générations. À travers cinq activités éducatives distinctes, les adolescents prendront conscience des besoins des personnes âgées qui utilisent les transports en commun et seront activement engagés dans un processus d'apprentissage les amenant à reconsidérer leurs comportements vis-à-vis de la population aînée. Bien que le contenu de l'atelier soit orienté spécifiquement vers le système de transport en commun, les stratégies présentées sensibiliseront les adolescents à adopter des attitudes responsables et amicales dans différents contextes de société.

Cet atelier est destiné à la population adolescente, âgée de 12 à 15 ans. Il est présumé que ces jeunes utilisent actuellement le transport en commun sur une base régulière ou qu'ils le feront dans un futur rapproché. L'atelier a donc été conçu pour être offert dans les classes du secondaire. Néanmoins, il est possible d'adapter le contenu et les activités afin de le présenter dans les centres communautaires pour jeunes, où des groupes d'adolescents peuvent également être facilement rejoints. Selon la situation, le format de l'atelier peut être adapté pour des kiosques, des campagnes de sensibilisation, etc.



QUI PEUT DONNER L'ATELIER ?

Pour favoriser son approche intergénérationnelle, il est préférable que cet atelier soit animé par des aînés bénévoles. Avant de donner l'atelier, il est recommandé d'organiser une rencontre d'orientation avec les bénévoles. Idéalement, les bénévoles recrutés auront de l'expérience en tant qu'animateur de groupe et auront déjà travaillé avec des adolescents. De plus, il serait utile que ces bénévoles aient une expérience en tant qu'utilisateurs du système de transport en commun, afin de pouvoir partager leur vécu avec les adolescents.

QUEL EST LE BUT DE L'ATELIER ?

L'objectif de cet atelier est de favoriser un système de transport public agréable pour toutes les générations par la promotion des comportements courtois et avenants de la part des adolescents envers la population âgée. Ces attitudes et comportements favorables des adolescents contribueront au confort et au sentiment de sécurité des personnes âgées, ce qui pourrait faciliter leur mobilité au sein de la communauté.

Les objectifs spécifiques de l'atelier sont de sensibiliser les adolescents aux besoins de la population âgée et de leur donner de nouvelles connaissances pouvant modifier leur perception de la courtoisie dans les transports publics. Cette prise de conscience pourra à son tour motiver l'adolescent à adopter des comportements courtois et prévenants à l'égard des aînés.

QUELLE EST L'APPROCHE SOUS-JACENTE ?

Cet atelier a été basé sur la théorie du comportement planifié de Fisher Azjen (5). Cette théorie implique que l'adoption d'un comportement spécifique dépend de l'intention d'un individu à l'exécuter. Cette intention est déterminée par l'attitude, par les normes subjectives et par le contrôle qu'un individu perçoit à l'égard de ce comportement. Cette théorie suggère donc qu'un adolescent adoptera des comportements courtois envers les aînés s'il a une attitude ouverte à la courtoisie, s'il croit que ses amis considèrent cela positif et s'il pense qu'il est facile d'adopter ce genre de comportement. Cette théorie a été largement utilisée pour promouvoir des comportements qui sont bénéfiques pour soi (ex. : cesser de fumer) ou pour les autres (ex. : donner du sang). D'autres experts soulignent aussi que les adolescents sont fortement influencés par les normes subjectives, et qu'ils essaient de se conformer avec leurs pairs.

À travers l'atelier, les adolescents sont encouragés à partager leurs idées et opinions à propos de la courtoisie, augmentant ainsi la perception que les normes sociales sont favorables aux comportements courtois. Des stratégies de motivation sont utilisées pour renforcer l'importance de la courtoisie pour les adolescents et pour les motiver à adopter ces comportements vis-à-vis des aînés. L'expérimentation de limitations fonctionnelles par les jeunes est utilisée pour favoriser l'empathie de ces derniers à l'égard des personnes âgées. Enfin, une auto-évaluation et l'identification d'un objectif personnel sont proposées pour stimuler les adolescents à adopter un comportement courtois.

ÉTAPES POUR ORGANISER L'ATELIER

Cette section s'adresse aux organismes communautaires qui aimeraient organiser cet atelier. Elle les guidera à travers les différentes étapes nécessaires pour mettre en place cet atelier offert par des bénévoles aînés dans des écoles secondaires.

SE FAMILIARISER AVEC LE MATÉRIEL DE L'ATELIER

Les documents en lien avec l'atelier peuvent être téléchargés à partir du site internet du Conseil des aînés et des aînées de N.D.G. : www.ndgsc.ca

Le manuel de l'atelier doit être lu attentivement, tout comme la feuille

Entente de collaboration, en Annexe 1.

quelques semaines après le début de l'année scolaire. Même si l'atelier n'est prévu que pour l'hiver ou le printemps suivant, il est très important d'établir le premier contact le plus tôt possible. La présentation de l'atelier requiert l'accord de l'administration scolaire et ce processus peut prendre du temps.

Gardez en tête que l'année scolaire se déroule de septembre à juin, incluant deux semaines de vacances à Noël et une ou deux semaines de vacances, dépendamment de l'école, pour la semaine de relâche de mars.

CONTACTER L'ÉCOLE SECONDAIRE IDENTIFIÉE

Quelle école approcher ?

Il est toujours plus facile de contacter les écoles avec lesquelles un lien existe déjà. Par exemple, si vous connaissez quelqu'un qui y travaille ou y étudie. Sinon, il est conseillé d'approcher les écoles de votre voisinage ou de votre quartier.

À quel moment contacter une école ?

Le meilleur moment pour entrer en contact avec l'école serait à la mi-septembre,

À qui s'adresser à l'école ?

À moins de déjà connaître quelqu'un parmi les membres du personnel, le conseiller en orientation est généralement la personne à qui il faut s'adresser pour présenter l'atelier à l'école. Présentez votre organisation, expliquez le projet et discutez des possibilités d'offrir l'atelier à une classe du premier cycle du secondaire (secondaire I et II). Proposez à la personne ressource une date approximative pour la tenue de l'atelier et précisez le temps requis pour le faire.



CONCLURE UNE ENTENTE

Normalement, votre personne ressource vérifiera avec la direction de l'école si le projet est accepté. Elle parlera ensuite avec les professeurs pour voir si l'un d'eux serait prêt à accueillir l'atelier durant son cours. Cet atelier s'inscrit bien dans des cours d'éthique et d'enseignement moral.

Une fois que l'entente est conclue, discutez avec la personne ressource de l'Entente de collaboration (annexe 1). Discutez de l'horaire et des dates possibles pour l'atelier. Gardez en tête de ne pas planifier l'activité au premier cours du matin, car il est généralement trop tôt pour les aînés participants, tout comme le dernier cours d'après-midi se donne parfois trop tard et les élèves peuvent être fatigués. L'idéal est donner l'atelier en fin d'avant-midi.

RECRUTER DEUX BÉNÉVOLES

Comment recruter des bénévoles ?

Les bénévoles seront responsables d'animer les ateliers. Nous ferons référence aux bénévoles en tant qu'animateurs dans les prochaines sections du présent manuel.

Votre organisme communautaire a probablement déjà une liste de bénévoles que vous pourrez contacter pour trouver de potentiels intéressés. Autrement, vous pouvez publier une annonce sur le site internet de votre organisme ou discuter avec vos partenaires des possibilités de bénévolat que vous offrez aux aînés.

Les arguments utilisés pour convaincre quelqu'un de participer au projet peuvent inclure: la possibilité d'interagir avec des adolescents et d'autres aînés ; l'opportunité d'actualiser son leadership et ses compétences de communication ; une opportunité de devenir ambassadeur de la population âgée.

Comment sélectionner les bénévoles ?

Tel que mentionné plus tôt, l'atelier doit être animé par des personnes âgées. La participation de deux bénévoles est fortement recommandée pour des raisons logistiques. Par exemple, le fait que l'un parle pendant que l'autre prépare le matériel permettra non seulement de gagner du temps, mais aussi de s'échanger les tâches. Il est également utile qu'au moins un des bénévoles ait une expérience préalable en tant que leader au sein d'un groupe ou avec des adolescents. Les deux bénévoles choisis doivent être disponibles pour assister à une rencontre de préparation d'environ deux heures avant la tenue de l'atelier.

LIRE ET SIGNER L'ENTENTE DE COLLABORATION (ANNEXE 1)

Toutes les personnes impliquées dans l'organisation de l'atelier doivent comprendre et signer l'Entente de collaboration (annexe 1). Cela inclut le professeur ayant accepté de voir l'atelier présenté dans sa classe, la personne responsable de votre organisme et les bénévoles.

Lorsque vous recevez la confirmation de l'école à propos des détails logistiques de l'atelier, demandez à votre personne ressource à l'école de remplir la section « informations de l'école » de l'Entente de collaboration (annexe 1). Lorsqu'elle vous rend ce document, conservez l'original et faites des copies pour l'école et les bénévoles.

RASSEMBLER LE MATÉRIEL DE L'ATELIER

Consulter la section 4 du présent manuel.

Trouvez le matériel requis ou achetez-le si nécessaire (la plupart des items se trouvent dans les magasins à un dollar). Pour les gants, assurez-vous d'utiliser des gants sans latex, car des élèves pourraient y être allergiques.

Faites des copies du document de l'élève.

ORGANISER UNE SESSION D'ORIENTATION DE DEUX HEURES POUR LES BÉNÉVOLES

Réservez une date convenant aux deux bénévoles.

Durant la session d'orientation:

- ☐ Révisez la feuille Entente de collaboration.
- ☐ Passez à travers le manuel avec les bénévoles:
 - présentez les objectifs du projet
 - clarifiez le rôle des bénévoles
 - soulignez les concepts importants (pour les bénévoles autant que pour les adolescents)
 - insistez sur l'importance de garder un œil sur le temps pendant l'atelier et donnez quelques trucs et conseils concernant l'animation de groupes d'adolescents.
- ☐ Invitez les bénévoles à pratiquer l'animation de l'atelier.
- ☐ Aidez les bénévoles à déterminer le rôle de chaque animateur. Il est très important que cela soit clairement défini, car cela aidera le processus de l'atelier.
- ☐ Distribuez-leur le matériel requis pour l'atelier.
- ☐ Rappelez aux bénévoles la date et l'heure de l'activité ainsi que les informations pour accéder à l'école.

QUEL EST LE RÔLE DE L'ANIMATEUR ?

Les sections 3 à 6 sont directement adressées aux bénévoles qui ont accepté de jouer le rôle d'animateur.

En tant que leader, vous aurez à diriger un atelier de 60 minutes auprès d'une classe de 30 élèves ou plus du secondaire. Cette section vous guidera dans vos tâches et responsabilités spécifiques.

LES RESPONSABILITÉS DE L'ANIMATEUR

Avant l'atelier

Il est important d'être bien préparé et de se familiariser avec le contenu de l'atelier. Malgré le fait que vous ayez assisté à une rencontre préparatoire à cet effet, il est très important de se réserver du temps personnel pour revoir le contenu du manuel soi-même. Cette préparation supplémentaire diminuera certainement le stress rattaché à l'animation et permettra le bon déroulement de l'atelier.

Puisque vous travaillerez très probablement de pair avec un autre bénévole, il est préférable de convenir à l'avance des responsabilités précises de chacun. Vous pouvez choisir d'animer le groupe chacun votre tour ou encore de vous assigner des tâches spécifiques pour chaque activité.

Le matériel requis pour l'atelier est précisé à la section 4. Il est recommandé de vérifier que vous avez tout ce qu'il vous faut avant de commencer l'atelier. S'il vous manque quelque chose, vous devriez en informer le responsable de l'organisme auprès duquel vous vous êtes engagé.

Le jour de l'atelier

Apportez le matériel ainsi que votre manuel d'animateur.

Assurez-vous d'arriver 15 minutes avant le début de l'activité, vous rencontrerez la personne ressource de l'école à un point de rencontre qui vous a été spécifié.



Durant l'atelier

Animer un atelier de 60 minutes implique différentes tâches. Voici un rappel des éléments à considérer lors de l'animation.

Créer un climat respectueux de non-jugement

Les participants devraient se sentir à l'aise de partager leurs idées et expériences devant leurs pairs. Pour s'assurer que les étudiants seront respectueux entre eux et avec vous, établissez les règles de fonctionnement dès le début. Demandez l'aide de l'enseignant pour connaître les normes préétablies au sein de la classe concernant l'écoute et les droits de parole des élèves. De la même façon, lorsqu'un étudiant émet un commentaire, portez une oreille attentive.

Il est important pour les étudiants de vous percevoir comme quelqu'un qui vient partager son expérience personnelle et qui souhaite faire le lien entre deux générations. Dans ce sens, expliquez ce que vous ressentez à l'égard des comportements des jeunes plutôt que de les blâmer pour leurs actions. Par exemple, évitez de dire : « Tous les adolescents font beaucoup de bruit et parlent fort à leur téléphone cellulaire ». Dites plutôt : « Quand il y a du bruit, ça me rend nerveux ». Les jeunes voudront certainement à leur tour partager leurs propres expériences avec vous, alors gardez l'esprit ouvert et voyez ce que vous pouvez retirer de cet échange intergénérationnel.

Impliquer les élèves dans l'animation

Impliquer les élèves dans l'animation de l'atelier peut être fait de plusieurs façons. Par exemple, utilisez des élèves pour distribuer les feuilles et le matériel lorsque vous

en avez besoin. Un autre étudiant peut être désigné afin de s'assurer que les discussions ne débordent pas trop. Essayez de choisir des personnes différentes pour chaque rôle afin d'impliquer le plus d'élèves possible.

Présenter l'activité et donner les instructions

Pendant ce moment, les élèves devraient être très attentifs à ce que vous dites. Gardez cette partie de l'activité brève et concise pour réserver plus de temps au reste des activités. Au besoin, n'hésitez pas à prendre le temps de clarifier ou reformuler certaines consignes.

Encourager la participation

Faites travailler les élèves en petits groupes, surtout pour les activités impliquant la discussion et le partage d'idées. Introduire un aspect compétitif ou gratifiant peut aussi motiver les élèves à participer. Si vous voyez quelqu'un faire quelque chose qui n'est pas relié à l'atelier, approchez-le gentiment en lui demandant son avis sur le sujet discuté, afin de le ramener au reste du groupe.

Faciliter les discussions de groupes

Toutes les activités impliquent une part de discussion. Faciliter les discussions de groupe implique de poser des questions, d'encourager les réponses et de donner l'occasion à chaque individu de s'exprimer. Cela requiert de bonnes compétences en communication et une excellente capacité d'écoute. Pour simplifier les choses, quelques conseils sont inclus dans la section 3.2. à propos de faciliter la discussion de groupe et des aspects importants à prendre en compte lors de l'interaction avec les adolescents.

Garder un œil sur le temps

Essayez de garder en tête le temps alloué à chaque activité. Afin de favoriser une bonne collaboration avec l'école, il est important de respecter le temps accordé par celle-ci pour la réalisation de cet atelier. En outre, l'intérêt des élèves pourrait se relâcher si les activités débordent outre mesure.

Pour vous aider à gérer votre temps, l'un des leaders de groupe peut garder un œil sur l'heure, pendant que l'autre anime l'activité. De cette façon, lorsque le temps alloué pour une activité est terminé, le gardien du temps peut l'indiquer à l'animateur.

Après l'atelier

S'il reste du temps à la fin de l'atelier, vous pouvez l'utiliser pour recueillir les commentaires des élèves, afin d'avoir une idée de ce qu'ils ont pensé de l'atelier. Si vous n'avez pas de temps disponible, avant de quitter, demandez simplement au professeur ce qu'il en a pensé. Vous pouvez poser de simples questions comme:

- ▣ Quelle partie de l'atelier avez-vous préférée ?
- ▣ Quels changements apporteriez-vous à l'atelier ?

Partagez cette rétroaction avec le responsable de votre organisme communautaire.

Rendez le matériel à votre organisme communautaire.

CONSEILS POUR ANIMER UN ATELIER AUPRÈS D'ADOLESCENTS

Retenir l'attention des élèves

Au début de l'atelier, partagez avec les élèves le signal que vous utiliserez pour attirer leur attention lorsque vous aurez besoin d'intervenir. Par exemple, vous fermerez les lumières ou ferez sonner une alarme.

Attendez le silence complet avant de donner des instructions et assurez-vous que les élèves vous écoutent bien.

Si vous réalisez qu'à chaque fois, cela prend trop de temps avant d'obtenir le silence, vous pouvez en parler à l'enseignant. Il connaît généralement des moyens efficaces pour attirer l'attention de ses étudiants.

Donner des instructions

En donnant les instructions aux étudiants, il est important de leur mentionner le temps dont ils disposent pour l'activité. Dans le même sens, faites-leur connaître à l'avance ce qu'ils vont être invités à faire une fois l'activité complétée. Par exemple : Vous aurez cinq minutes pour faire cette activité. Ensuite, vous reprendrez vos places et serez invités à partager avec nous les observations que vous aurez faites pendant l'activité.

Quand le temps est presque écoulé, demandez aux élèves s'ils ont besoin de plus de temps, et rappelez-leur le temps restant.

Obtenir la participation des élèves et retenir leur intérêt

Assurez-vous de commencer l'atelier en posant des questions aux étudiants plutôt qu'en prononçant un monologue. S'ils estiment qu'ils ne sont qu'auditeurs, les étudiants perdront tout intérêt dès le début et il sera très difficile d'échanger avec eux pendant le reste de l'atelier. Si au contraire, ils se sentent très impliqués dès le début, leur participation suivra facilement durant l'heure à venir.

Quand vous posez une question au groupe, attendez quelques secondes avant de reprendre la parole. Il est normal pour tout le monde de prendre quelques instants de réflexion avant d'éprouver l'envie de partager une réponse avec le groupe. Cela prend un laps de temps différent, dépendamment de chaque personne.

Faites preuve d'humour, variez le ton de votre voix et parlez fort. Les élèves ont tendance à participer davantage lorsque l'animateur est énergique, dynamique et fait preuve d'humour.

Essayez de ne pas rester immobile devant la classe. À différents moments, vous pouvez choisir de vous asseoir sur une chaise, sur un bureau ou encore de vous promener entre les allées, le tout pour rendre l'atelier moins informel et plus personnel.

Répondre aux questions et commentaires des élèves

Avant de répondre à un élève, dites « merci pour votre question/commentaire » plutôt que « très bien ». Cela évite de poser un jugement que l'élève pourrait prendre personnel.

Parlez avec les étudiants plutôt qu'à eux. Ils se sentiront plus à l'aise de partager leurs idées avec vous s'ils perçoivent qu'ils sont sur le même pied d'égalité.

Écoutez leurs idées et leurs préoccupations et validez-les. Même si vous n'êtes pas d'accord, reconnaissez le fait que les gens aient des opinions différentes sans les confronter ou essayer de les convaincre dans l'autre sens.

Il est possible que vous n'ayez pas la réponse à une question ou un commentaire. Dans ce cas, vous pouvez offrir de faire parvenir cette réponse, à une date ultérieure, par le biais de l'enseignant. Vous pouvez également demander l'avis d'un autre élève. Par exemple, posez la question: Que répondriez-vous à votre collègue? Y a-t-il quelqu'un d'autre qui a la même opinion?



Montrer de l'assurance

Si vous n'avez pas compris le commentaire ou la question d'un élève, demandez-lui de répéter en parlant fort et lentement.

Demandez au professeur de vous aider à maintenir l'ordre dans la classe.

Si vous sentez que les élèves deviennent impatients, demandez-leur qu'ils respectent votre rythme et expliquez que vous vous attendez à ce qu'ils fassent preuve de patience. Interagir avec vous durant l'atelier fait aussi partie du processus d'apprentissage des jeunes pour vivre auprès des personnes âgées, à un rythme parfois plus lent que le leur.

QUESTIONS FRÉQUENTES DE LA PART DES ÉLÈVES

Les adolescents sont très créatifs et peuvent vous surprendre avec de très bonnes questions. En tant qu'animateur, il est parfois difficile de penser spontanément à la meilleure façon de répondre à leurs questions. Cette section vous aidera à répondre à certaines de ces questions qui peuvent surgir à tout moment au cours de l'atelier.

Parfois, je ne veux pas être courtois parce que je suis de mauvaise humeur.

Il est compréhensible que vous n'ayez pas envie de sourire et de saluer tout le monde sur votre chemin lorsque vous êtes préoccupé par certaines choses. Toutefois, être courtois ne devrait pas être une question d'humeur, mais bien une question de respect. Par exemple, même si vous êtes de mauvaise humeur, on s'attend toujours à ce que vous fassiez preuve de respect envers votre professeur. Le même respect s'applique lorsque vous interagissez avec les gens qui partagent votre autobus.

Je crains que les gens soient insultés si je leur offre mon siège.

C'est le geste qui compte avant tout. Offrir votre siège n'implique pas nécessairement « Je pense que vous avez l'air vieux ». C'est plutôt une façon d'être gentil avec les autres et de montrer que vous les respectez. Offrez votre siège et si la personne ne veut pas s'asseoir, vous ne pourrez pas être blâmé. Mieux vaut prévenir que guérir. Si on vous demande « Ai-je l'air si vieux? », Vous pouvez répondre « Non, mais peut-être plus vieux que moi? »



Pourquoi devrais-je donner ma place à quelqu'un? Il y a des sièges disponibles à l'arrière de l'autobus.

Rappelez-vous que certaines personnes âgées peuvent avoir des problèmes de mobilité, ce qui leur rend plus difficile de marcher. Si le siège situé près de la porte de l'autobus est disponible pour la personne âgée, cela lui permet d'éviter le désagrément d'avoir à marcher encore plus, en risquant d'être debout au moment où l'autobus commencera à se déplacer. C'est pourquoi il est préférable que vous utilisiez les sièges au fond de l'autobus. Cela leur permet également de descendre de l'autobus plus facilement, ce qui accélère le temps de voyage pour tout le monde.

Comment puis-je savoir qu'une personne a une déficience visuelle ou auditive simplement en la regardant?

Sauf lorsqu'une personne vous le dit, il est parfois difficile de déterminer si quelqu'un a une déficience. Si vous pensez que la personne a besoin d'assistance, il est préférable de lui demander et d'offrir votre aide. Comme le risque de présenter un problème de santé augmente avec l'âge, il y a de bonnes chances que votre prévenance envers cette personne lui soit bénéfique.

Comment puis-je savoir si une personne âgée a besoin de mon aide?

S'il vous arrive de voir des personnes âgées, mais que vous n'êtes pas sûr qu'elles aient besoin d'aide, la meilleure solution est de simplement leur demander. Il se pourrait qu'elles aient été assises pendant trois heures et qu'elles préfèrent rester debout, ou encore que ce soit pour eux un défi personnel que de transporter par eux-mêmes leurs articles. Si vous ne le demandez pas, vous ne le saurez jamais.

Qu'entendez-vous par « offrir de l'aide aux personnes âgées »?

Il y a plusieurs choses que vous pouvez faire pour aider les personnes âgées lors de leurs déplacements en transport en commun. Vous pouvez, par exemple, leur offrir votre bras comme appui, comme lorsqu'ils traversent la rue, demander au chauffeur d'autobus d'attendre une personne âgée qui prend un peu plus de temps, offrir votre siège, transporter leurs articles, offrir aux personnes âgées d'entrer dans le bus avant vous que vous en sortiez, afin qu'ils n'aient pas à attendre debout plus longtemps, etc.

Section 4

LISTE DU MATÉRIEL REQUIS

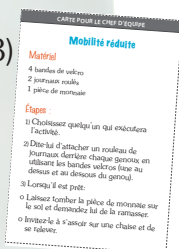
Voici une liste du matériel suggéré pour l'atelier. Assurez-vous de tout avoir en votre possession le jour de l'atelier.



1 exemplaire par élève
du Document de l'élève

1 sac en plastique refermable contenant:

- 1 carte de tâche « Mobilité réduite » (annexe 3)
- 4 bandes velcro
- 2 journaux roulés
- 1 pièce de monnaie

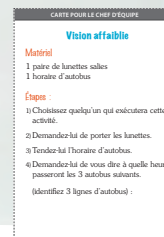


1 sac en plastique refermable contenant:

1 carte de tâche « Vision affaiblie » (annexe 3)

1 paire de lunettes salie avec de la Vaseline

1 horaire d'autobus

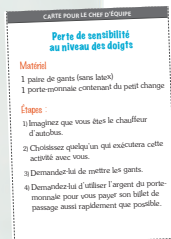


1 sac en plastique refermable contenant:

1 carte de tâche « Perte de sensibilité au niveau des doigts » (annexe 3)

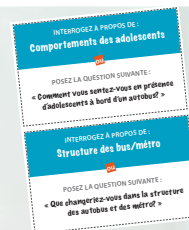
1 paire de gants large (sans latex)

1 porte-monnaie contenant du petit change



1 sac en plastique refermable contenant:

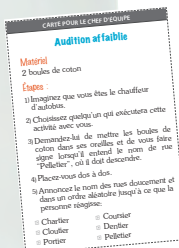
6 questions d'entrevue (annexe 4)



1 sac en plastique refermable contenant:

1 carte de tâche « Audition affaiblie » (annexe 3)

2 boules de coton absorbantes (bouchons)



Accessoires pour rendre l'entrevue réaliste (ex. : 1 petit calepin, 1 stylo, 1 faux microphone, 1 canne)

CONCEPTS ET ENJEUX

Cette section décrit les concepts importants ainsi que les questions qui seront abordées tout au long de l'atelier.

LA MOBILITÉ DES PERSONNES ÂGÉES

En général, les aînés ont une mobilité différente de celle du reste de la population. Leur mode de transport principal et préféré est la voiture. Par contre, seulement 48% des aînés à Montréal ont leur permis de conduire (6). Parmi les déplacements effectués en voiture, les personnes âgées conduisent dans 73% des cas et sont des passagers dans 27% des cas (7). Cependant, de nombreuses personnes âgées n'ont pas accès à la voiture. En 2003, 18% des personnes âgées de 65 ans et plus vivaient dans un ménage sans voiture, et cette proportion était d'environ 50% pour les personnes de 85 ans et plus (8).

Après la voiture, les principales options de transport pour les personnes âgées à Montréal sont les transports en commun et la marche. Taxi, transport adapté et tout autre mode de transport sont beaucoup moins utilisés, ne représentant respectivement que 1,5%, 0,6% et 0,8% de tous les déplacements effectués par les personnes âgées en une journée (7).

Les personnes âgées présentent aussi des caractéristiques particulières en termes de type de déplacement dans la ville. Les distances parcourues ont tendance à être plus courtes que celles réalisées par le reste de la population et deviennent en plus en plus courtes avec l'âge. Par exemple, la distance moyenne des déplacements effectués en transport en commun est de 7 km chez les moins de 65 ans et de 4,6 km chez les plus de 65 ans (6). Il est également observé que les aînés préfèrent voyager en dehors des heures de pointe. En effet, à Montréal, 61% de leurs déplacements quotidiens sont effectués entre 9h et 15h30 (7). Les motifs de déplacement les plus populaires des personnes âgées sont le magasinage, les activités de loisirs, le travail ou les études, les visites médicales, amicales ou familiales (7).



Principaux problèmes affectant la mobilité des personnes âgées

Malgré le fait que la plupart des aînés vivent longtemps et avec un état de santé relativement bon, certains d'entre eux ont des limitations qui influencent leur mobilité au sein de la communauté. Les changements fonctionnels qui se produisent avec l'âge comprennent (9):

- ▣ Changement au niveau des facultés visuelles et auditives
- ▣ Diminution de la flexibilité
- ▣ Diminution des réflexes
- ▣ Diminution de la force, de l'endurance et de la puissance musculaire
- ▣ Diminution de la motricité fine
- ▣ Diminution des fonctions cognitives comme la mémoire, le raisonnement et la pensée abstraite

En 2001, 101 190 personnes âgées à Montréal déclaraient avoir au moins une incapacité entraînant des conséquences sur le nombre et le type d'activités dans lesquelles ils pouvaient s'engager (ex. : difficulté à voir, entendre, communiquer, marcher ou se pencher vers le bas (6). Ces incapacités ont un impact sur la mobilité des aînés en réduisant notamment leur habileté à conduire et à se déplacer indépendamment.

En plus de ces limitations, les contraintes financières restent un facteur déterminant dans le choix des options de transport. Ce ne sont pas toutes les personnes âgées de Montréal qui ont les ressources financières

nécessaires pour avoir une voiture; plus de 80 200 d'entre elles vivent sous le seuil de la pauvreté (10). Ainsi, lorsque l'accès à la voiture devient limité, les personnes âgées doivent pouvoir se tourner vers les autres modes de transport disponibles, tels que le transport en commun.

LES AÎNÉS ET LE TRANSPORT EN COMMUN

Alors que le transport en commun est le deuxième mode de transport principal des personnes âgées, ils ne l'utilisent à Montréal, que pour 18% de tous leurs déplacements (6). Toujours à Montréal, 38% de la population âgée utilise le transport en commun, que ce soit sur une base régulière ou occasionnelle (6). En ce qui concerne la distance moyenne parcourue dans les transports publics, elle est généralement plus courte pour les personnes âgées (5 km) que pour le reste de la population (7 km) (7). Lorsque ce mode de transport est utilisé, les personnes âgées préfèrent les autobus aux métros. Selon le rapport sur les moyens de transport et la mobilité des personnes âgées publié en 2009 par la Table de Concertation des Aînés de l'Île de Montréal (TCAIM), cela pourrait être expliqué par le fait que « utiliser le métro représente une tâche beaucoup plus complexe qu'utiliser l'autobus. Les longues distances de marche entre l'entrée des édicules et les quais d'embarquement ainsi que les nombreux escaliers à franchir nécessitent des efforts physiques plus importants et constituent des obstacles à l'utilisation du métro » (6).

Difficultés rencontrées par les aînés utilisant le transport en commun

Tel que démontré par les statistiques précédentes, alors que le transport en commun est utilisé quotidiennement par l'étudiant et le travailleur urbain, ce n'est généralement pas le cas pour les personnes âgées. De nombreuses raisons expliquent ce fait. D'abord, le transport en commun représente un environnement très complexe qui n'est pas considéré comme étant favorable aux personnes âgées, c'est-à-dire qu'il ne prend pas en considération les capacités, les préférences et les besoins des personnes âgées. En fait, utiliser le transport en commun nécessite l'exécution d'une série de tâches qui peuvent être difficiles à accomplir pour une personne aux

prises avec des difficultés sensorielles, de mobilité ou des limitations fonctionnelles. Quelques-uns des problèmes vécus par les aînés en ce qui concerne les transports en commun peuvent être classés selon les catégories suivantes: caractéristiques de l'autobus, caractéristiques du système de transport, comportements des passagers, comportements du conducteur, préoccupations des personnes âgées pour leur propre sécurité et tâches difficiles liées au transport public. Ces catégories, figurant sur la page suivante, sont inspirées d'une recension des écrits réalisée par Broome et ses collaborateurs (11).



PRINCIPAUX PROBLÈMES RENCONTRÉS PAR LES ÂÎNÉS UTILISANT LE TRANSPORT EN COMMUN

CARACTÉRISTIQUES DES AUTOBUS

- ▣ Marches à l'entrée
- ▣ Manque d'accès aux plans inclinés
- ▣ Manque d'espace pour utiliser une marchette
- ▣ Sonnette pour demander l'arrêt de l'autobus mal située

PRÉOCCUPATIONS DES ÂÎNÉS POUR LEUR PROPRE SÉCURITÉ

- ▣ Peur d'être victime d'un crime ou d'une agression
- ▣ Peur de se déplacer ou de sortir seul
- ▣ Peur de tomber
- ▣ Peur d'être poussé, bousculé ou blessé

CARACTÉRISTIQUES DU RÉSEAU DE TRANSPORT

- ▣ Horaires peu fréquents ou incommodants
- ▣ Service peu fiable
- ▣ Service peu accessible aux destinations des personnes âgées
- ▣ Manque de correspondance
- ▣ Manque d'informations à propos des changements d'horaire

COMPORTEMENTS DE CERTAINS PASSAGERS

- ▣ Parfois discourtois, peu coopératifs
- ▣ Environnement bondé
- ▣ Bruit
- ▣ Bousculades à l'arrêt d'autobus

COMPORTEMENTS DE CERTAINS CHAUFFEURS

- ▣ Sont parfois discourtois ou peu coopératifs
- ▣ Accélèrent avant que les passagers aient le temps de s'asseoir
- ▣ Arrêtent trop loin des trottoirs
- ▣ Conduisent brutalement

TÂCHES DIFFICILES RELIÉES AU TRANSPORT EN COMMUN

- ▣ Attendre debout pour un long moment
- ▣ Se tenir debout dans un véhicule en mouvement
- ▣ Marcher de longues distances
- ▣ Ouvrir la porte des stations de métro
- ▣ Monter et descendre plusieurs marches pour prendre le métro
- ▣ Rejoindre le siège avant le départ de l'autobus
- ▣ Entrer et sortir de l'autobus
- ▣ Transporter des items
- ▣ Planifier le trajet (savoir quel bus prendre, quand sonner la cloche, où descendre, etc.)
- ▣ Lire les horaires écrits en petits caractères

LES ADOLESCENTS ET LE TRANSPORT EN COMMUN

Comme pour les aînés, un certain nombre de facteurs entravent l'indépendance des adolescents dans leur mobilité communautaire. Le plus évident d'entre eux est la réglementation de l'âge concernant l'obtention d'un permis de conduire. Au Québec, l'âge légal d'obtention du permis est de 16 ans. Cela signifie qu'avant cet âge, pour se déplacer à l'aide d'un véhicule privé, les adolescents dépendent des adultes détenteurs de permis de conduire, que ce soit leurs parents ou d'autres adultes. Comme l'adolescence se caractérise souvent par un désir accru d'indépendance, le transport en commun devient une option attirante et parfois la solution principale des jeunes. Toutefois, l'utilisation d'un tel mode de transport est également fortement influencée par les frais de déplacement et par d'éventuelles inquiétudes de sécurité de la part des parents.

L'utilisation de transports en commun se fait souvent accompagner de parents ou d'autres adultes jusqu'à l'âge de 11 ou 12 ans (13). Cela peut être expliqué par le fait que la plupart des déplacements avant cet âge sont reliés à l'école, ou même effectués à bord d'autobus scolaires, en voiture ou à pied. Autour de l'âge de 12 ans, les adolescents commencent à voyager en transport en commun sans être accompagnés d'adultes, la plupart du temps avec des amis ou seul. Ils commencent aussi à l'utiliser plus souvent en soirée et pendant les fins de semaine (13).

Alors que les caractéristiques de mobilité des adolescents et des aînés sont différentes, ces deux tranches de la population présentent des facteurs limitant leur voyage libre à travers la ville, aux endroits et aux moments où ils le désirent. Cela implique que les deux groupes doivent se tourner vers le transport en commun pour répondre à leurs besoins de déplacement.



LA COURTOISIE DANS LES TRANSPORTS PUBLICS

Qu'est-ce que la courtoisie ?

La courtoisie se définit par « la démonstration de la politesse dans les attitudes et comportements des uns envers les autres » (2). Cela signifie également de témoigner aux autres le même respect qu'on aimerait recevoir d'eux. Beaucoup de gens estiment que la courtoisie se fait rare ces derniers temps et que son importance a besoin d'être soulignée. La courtoisie est un moyen de démontrer son respect et sa considération à autrui et d'amener les gens à mieux s'entendre. De gestes simples, comme écouter un ami parler, remercier un collègue, aider un membre de sa famille ou encore saluer un étranger sont des exemples d'actes courtois.

Manifestation de la courtoisie dans les transports publics

La courtoisie des passagers a des impacts directs sur le transport en commun. Dû au fait que les gens partagent un environnement commun, les règles de conduite doivent être respectées afin de faire du voyage en autobus ou en métro une expérience plaisante pour tous. Il existe plusieurs moyens de faire preuve de courtoisie dans les transports en commun. Voici une liste non exhaustive de comportements courtois que vous pourriez observer lors de vos déplacements:

Exemples de courtoisie

- ▣ Céder son siège aux personnes à mobilité réduite (personne âgée, femme enceinte, personne handicapée, ...)
- ▣ Respecter les sièges réservés en priorité aux gens à mobilité réduite
- ▣ Assister quelqu'un dans le besoin pour entrer ou sortir de l'autobus
- ▣ Déposer son sac à dos par terre
- ▣ Maintenir des conversations à volume bas
- ▣ Aller au fond de l'autobus/métro pour faciliter l'entrée des nouvelles personnes
- ▣ Éviter de bousculer les autres personnes dans l'autobus/métro ou aux stations
- ▣ Présenter des excuses lors d'une bousculade accidentelle
- ▣ Garder le volume de son lecteur de musique inaudible pour les autres passagers
- ▣ Jeter ses déchets aux emplacements appropriés
- ▣ N'occuper qu'une seule place. Poser ses items sur le sol ou sur ses genoux
- ▣ Éviter de jurer ou de dire des obscénités
- ▣ Se tenir éloigné des portes
- ▣ Éviter de bloquer les entrées et sortie ou les voies de circulation

L'importance de la courtoisie prend une proportion différente lorsqu'on prend conscience des défis auxquels doivent quotidiennement faire face les personnes âgées lorsqu'elles utilisent le système de transport en commun.

POUR PLUS D'INFORMATIONS...

RÉFÉRENCES CITÉES

- (1) Suen, L. et Mitchell, C.G.B. (2000). Accessible Transportation and Mobility. In *Transportation in the New Millennium*, Transportation Research Board, National Research Council, Washington, D.C. Consulté le 9 avril 2012, disponible au: <http://www.national-academies.org/trb/publications/millennium/00001.pdf>.
- (2) Oxford Dictionaries. "Courtesy". [cité le 27 février 2012]. Disponible au: <http://oxforddictionaries.com/definition/courtesy>
- (3) World Health Organization (2007). *Global Age-friendly cities: A guide*. (pp 20-29). Genève: World Health Organization.
- (4) Broome, K., Worrall, L., McKenna, K. et Boldy, D. (2010). *Priorities for an Age-Friendly Bus System*. Canadian Journal on Aging/La Revue canadienne du vieillissement. 29(03):435-44.
- (5) Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50, p. 179-211.
- (6) Table de concertation des aînés de l'île de Montréal (2009). *Les moyens de transport et la mobilité des aînés montréalais : intervenir face au vieillissement de la population*. Montréal : Table de concertation des aînés de l'île de Montréal. pp.99
- (7) Agence Métropolitaine de Transport. (2003). Origin-Destination survey 2003. *Mobility of persons in the Montreal metropolitan region*. p. 4-8.
- (8) Morency., C. et Chapleau., R. (2007). *Mobilité changeante des personnes âgées dans une région urbaine : 15 ans d'observation à Montréal*. Département des génies civil, géologique et des mines. École Polytechnique de Montréal. Présenté dans le cadre de la conférence internationale sur la mobilité et le transport des personnes âgées ou à mobilité réduite.

- (9) Public Health Agency of Canada. (2011). The Seniors Audience : Large, Growing and Diverse. Consulté le 9 avril 2012. Disponible au: <http://www.phac-aspc.gc.ca/seniors-aines/publications/public/various-varies/afcomm-commavecaines/3-eng.php>
- (10) St-Arnaud-Trempe, E. et Montpetit, C., Direction de santé publique et Agence de la santé et des services sociaux de Montréal (Québec). Secteur surveillance de l'état de santé à Montréal. (2008). *Vieillir à Montréal: Un portrait des aînés*. Montréal: Direction de santé publique, Agence de la santé et des services sociaux de Montréal.
- (11) Broome, K., McKenna, K., Fleming, J. et Worrall, L. (2009). Bus use and older people: A literature review applying the Person–Environment–Occupation model in macro practice. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 16(1), 3-12.
- (12) Cain, A., Hamer, P. et Perone, J. S. (2005). *Teenage attitudes and perceptions regarding transit use* (D. o. Transportation, Trans.) (pp. 69). Tampa: National Center for Transit Research Center for Urban Transportation Research.
- (13) Stafford, J., Pettersson, G., Young, H., Mather, A. (1999). *Young people and crime on public transport report*. Département de l'environnement, du transport et des régions.

RÉFÉRENCES ADDITIONNELLES

Pickut, W. (2011). Top ten problems the elderly face with transportation. Consulté le 7 mars 2012. Disponible au: <http://www.livestrong.com/article/358682-top-ten-problems-the-elderly-face-with-transportation/>

Groupe Transport en Commun. (n.d.). Permis mobile: Campagne de sensibilisation à la mobilité durable. Disponible au <http://www.permismobile.be/>

SNCF. (2011). Éducation et Sociétal. Consulté le 7 mars 2012. Disponible au: <http://www.sncf.com/#/CH0006/BR1255/>

Sksin, L. et Gintis, V. (2010). Top Ten Tips for Facilitating Groups of Teens. Consulté le 9 avril 2012. Disponible au: http://www.jfunders.org/_data/n_0001/resources/live/TopTenTipsforFacilitatingGroupsofTeens.pdf

ÉTAPES POUR ANIMER L'ATELIER

Cet atelier est composé de différentes activités. Chacune a ses objectifs spécifiques, son propre format et inclut une discussion. Cette section vous offre un plan d'action détaillé pour animer l'atelier et présenter adéquatement chacune des activités.

EN PRÉPARATION POUR L'ATELIER

- ▣ Assemblez le matériel énuméré en section 4.
- ▣ Écrivez sur le tableau le thème suivant : « *Courtoisie à l'égard des aînés* ».
- ▣ Distribuez les documents de l'élève aux participants.
- ▣ Demandez-leur de ne pas remplir immédiatement le document, puisque vous ferez les activités ensemble.

Introduction

 5 min

Animateur A

Commencez par vous présenter brièvement, ainsi que votre coanimateur.

Décrivez les objectifs de l'atelier:

- ▣ Sensibiliser les adolescents au sujet des difficultés vécues par les aînés lors de leur utilisation des transports en commun.
- ▣ Trouver des moyens d'améliorer l'expérience des personnes âgées lors de leurs déplacements en transport en commun à l'aide de comportements courtois.

Exposez aux étudiants les grandes lignes de l'atelier.

Indiquez la durée de l'atelier (60 minutes).

Demandez aux élèves:

- ▣ Quelle est votre définition de la courtoisie ?
- ▣ Pour vous, qu'est-ce qu'une personne âgée ?

Animateur B

Écrivez les réponses des élèves au tableau

Animateur A

Résumez ce que les élèves ont mentionné et établissez un lien avec la définition suivante: « la démonstration de la politesse dans les attitudes et les comportements des uns envers les autres ».

Dites aux élèves:

Avant d'aller au cœur du sujet, j'aimerais savoir si la courtoisie envers les aînés est une chose importante pour vous.

La courtoisie, importante ou pas?



Objectif

Cette activité permettra aux élèves de discuter de l'importance de la courtoisie.

Matériel

Document de l'élève,
numéro 1.

Introduction de l'activité

Animateur A

Dites le nom de l'activité:

Courtoisie, importante ou pas?

Établissez l'objectif de l'activité:

Discuter de l'importance de la courtoisie.

Instructions

Animateur A

Demandez aux élèves d'ouvrir leur document (numéro 1), sur lequel ils trouveront une échelle allant de 0 à 10.

Sur l'échelle présentée, dites aux élèves:

- ▣ Indiquez dans quelle mesure la courtoisie à l'égard des aînés est importante pour vous. Le chiffre 0 signifie « pas importante du tout » et le chiffre 10 signifie « très importante ».

Donnez aux élèves 10 secondes pour encercler un chiffre dans leur document.

Réflexion sur l'activité

Animateur A

Répétez les instructions données pour l'activité:

- ▣ Vous deviez encercler le chiffre représentant le niveau d'importance que vous accordez à la courtoisie à l'égard des aînés.

Demandez aux élèves:

- ▣ Est-ce que quelqu'un a écrit 1, 2 ou 3?

Si personne ne l'a fait, demandez-leur:

- ▣ Est-ce que quelqu'un a écrit 4, 5 ou 6?

Quand les élèves lèvent leurs mains, demandez-leur:

- ▣ Pourquoi n'avez-vous pas choisi 0?

Conclusion de l'activité

Animateur A

À la fin de la discussion, résumez les raisons positives énumérées par les élèves.

Établissez un lien entre ces arguments et une situation de la vie de tous les jours, pour que les élèves se sentent interpellés personnellement, par exemple :

- ▣ Imaginez comment vous vous sentiriez si personne n'était courtois envers vous, si vous aviez eu une dure journée, que vous désiriez un peu de tranquillité et que quelqu'un vous harcelait à propos de votre sac à dos....

Animateur B

Quand l'animateur A arrive à la conclusion, préparez le matériel pour la prochaine activité.

Quoi faire si...

Quelqu'un dit 0 (ce n'est pas important du tout):

Demandez à l'élève:

- ▣ Que vous faudrait-il pour que vous trouviez cela un peu important, pour vous faire passer du 0 au 1?

Tout le monde dit 7 et plus (c'est déjà important pour chacun d'entre eux):

Demandez aux élèves:

- ▣ Que diriez-vous si quelqu'un d'une autre classe disait que la courtoisie n'est pas importante du tout?

IMPORTANT: Durant la discussion, il est très important que les élèves amènent des arguments positifs. L'idée de cet exercice est de faire ressortir des raisons positives de ne pas choisir 0, pour que les élèves réalisent que la courtoisie est plus importante que ce qu'ils pensaient initialement.

Si les étudiants commencent à énoncer des arguments négatifs tels que : « j'ai mis un 8 et non un 10, parce que parfois, je n'ai simplement pas envie d'être courtois », insistez pour qu'ils répondent à la question « Pourquoi n'avez-vous pas choisi 0? »

Expérimenter la vie comme un aîné

 20 min

IMPORTANT: Cette activité nécessitera l'assistance du professeur.

Objectif

Cette activité permettra aux élèves d'observer les effets que l'altération des fonctions reliée au vieillissement peut avoir sur l'accomplissement d'activités de mobilité. Aussi, ils pourront expérimenter les sensations engendrées par ces changements.

Matériel

4 sacs en plastique refermables contenant le matériel indiqué en section 4.

Introduction

Animateur A

Annoncez le nom de l'activité:

Experiencing life as a senior

Établissez un lien entre cette activité et l'activité précédente:

- ▣ Dans l'activité précédente, vous avez énuméré des raisons expliquant pourquoi il était important d'être courtois envers les aînés. Maintenant, pour vraiment comprendre les difficultés auxquelles font face certaines personnes âgées et réaliser comment la courtoisie peut faciliter leur expérience dans les transports publics, vous avez besoin de l'expérimenter vous-mêmes.

Précisez l'objectif de l'activité:

Expérimenter l'altération de certaines fonctions sensori-motrices reliées au vieillissement.

Instructions

Animateur A

Expliquez toutes les étapes de l'activité aux élèves avant de leur distribuer le matériel:

- ▣ Cette activité permettra à la classe d'expérimenter 4 types de difficultés: vision affaiblie, audition affaiblie, mobilité réduite et perte de sensibilité au niveau des doigts.
- ▣ Nous allons diviser la classe en 4 groupes (ou en autant de groupes que le nombre de sacs de plastique disponibles) et chaque groupe travaillera ensemble pour expérimenter une difficulté différente.
- ▣ Nous distribuerons un sac de plastique contenant du matériel et une carte de tâche à chaque groupe. Sur cette carte, vous trouverez des instructions à propos du matériel à utiliser et de la tâche spécifique à accomplir.
- ▣ Au sein de chaque groupe, vous identifierez un chef d'équipe. Cet élève lira la carte et un autre utilisera le matériel pour suivre les instructions de cette carte.
- ▣ Les autres élèves du groupe observeront et rapporteront par la suite leurs observations à la classe.

Informez les élèves qu'ils auront 7 minutes pour former les groupes et faire l'activité. Une fois les 7 minutes écoulées, ils auront à reprendre leur place.

Durant l'activité

Animateur A et animateur B

Après avoir donné les instructions, distribuez le matériel à chaque groupe.

Promenez-vous dans la classe et assurez-vous que les élèves suivent les instructions. Il serait très aidant que l'enseignant collabore en faisant de même.

Quand les 5 premières minutes sont écoulées, faites un tour dans chaque groupe et informez les élèves qu'il ne leur reste que 2 minutes.

Animateur B

Quand les 7 minutes allouées à l'activité sont écoulées et que tout le monde a terminé, demandez aux élèves de remettre le matériel dans le sac prévu à cet effet et donnez ces sacs à votre coanimateur. La collaboration du professeur est particulièrement utile à ce moment.

Demandez aux jeunes de regagner leur place.

Ramassez le matériel et mettez-le de côté.

Réflexion sur l'activité

Animateur A

Rappeler l'objectif de l'activité:

- ☑ Chaque groupe a eu la chance d'expérimenter une limitation fonctionnelle différente.

Demandez à un 1 ou 2 élèves de chaque groupe de faire part de ses observations:

- ☑ Quelle limitation avez-vous expérimentée dans votre groupe?
- ☑ Qu'avez-vous observé?

Demandez à l'étudiant qui a expérimenté cette limitation:

- ☑ Comment te sentais-tu lorsque tu essayais d'accomplir la tâche?

Donner une courte explication sur les conséquences de ces limitations. Vous pouvez trouver des exemples dans le tableau suivant.

SUGGESTIONS POUR LES ANIMATEURS

Vous pouvez aussi suggérer aux élèves d'augmenter le niveau de limitation, en combinant par exemple une vision affaiblie à une audition affaiblie. Assurez-vous de garder en tête la sécurité ainsi que le minutage de l'activité, en vérifiant qu'ils restent centrés sur la tâche à accomplir.

QUELQUES LIMITATIONS FONCTIONNELLES ET LEUR IMPLICATION DANS LE TRANSPORT EN COMMUN

LIMITATIONS FONCTIONNELLES	CONSÉQUENCES	IMPLICATION DANS LE TRANSPORT EN COMMUN
Audition affaiblie	<p>Difficulté à communiquer</p> <p>Difficulté à distinguer les sons</p> <p>Peut mener à l'isolement social</p>	<p>Sentiment d'agression et de confusion dans les environnements bruyants</p> <p>Difficulté à suivre une conversation dans le transport en commun</p> <p>Difficulté à entendre des instructions importantes</p>
Audition affaiblie	<p>Difficulté à lire</p> <p>Difficulté à distinguer les contrastes</p> <p>Difficulté à percevoir la distance et les profondeurs</p> <p>Augmentation de la sensibilité à la lumière</p>	<p>Difficulté à lire les petits caractères des horaires d'autobus</p> <p>Difficulté à voir l'information visuelle (arrêt d'autobus, noms de rues, etc.) menant à une désorientation</p> <p>Difficulté à évaluer la hauteur des marches</p> <p>Difficulté à distinguer des objets au sol, augmentant les risques de chutes</p>
Mobilité réduite	<p>Douleur ou difficulté à bouger</p> <p>Diminution de l'habileté à marcher</p> <p>Diminution de la flexibilité</p> <p>Diminution de la force et de l'endurance musculaire</p> <p>Diminution de la vitesse de mouvement</p> <p>Diminution de la motricité fine</p>	<p>Difficulté à manipuler de petits objets (ex. : monnaie, billets ou passe d'autobus)</p> <p>Difficulté à transporter les objets</p> <p>Difficulté de se tenir debout pour un long moment en attendant l'autobus</p> <p>Difficulté à utiliser les marches dans l'autobus ou les stations de métro</p> <p>Besoin d'effectuer des mouvements lentement</p> <p>Difficulté à se relever d'un siège</p>
Altération de l'équilibre	<p>Étourdissement</p> <p>Désorientation</p> <p>Instabilité</p>	<p>Difficulté à rester stable dans un véhicule en mouvement ou lors de bousculades</p> <p>Augmentation de la peur de tomber</p> <p>Augmentation du risque de chute</p>

Conclusion de l'activité

Animateur A

À la fin de la discussion, résumez les principaux éléments et ce qu'ils devraient retenir:

- ▣ Les aînés ne présentent pas tous des limitations fonctionnelles et pas tous au même degré
- ▣ Certaines de ces limitations ne se voient pas de l'extérieur
- ▣ Il est important d'être sensible aux besoins des aînés.

Reliez-les à une situation de la vie de tous les jours, pour que les élèves se sentent interpellés personnellement, par exemple :

- ▣ Vous avez peut-être déjà vécu certaines de ces limitations (ex. : circuler en béquilles après une entorse). Le problème pour les aînés est que ces limitations sont permanentes et il est parfois difficile pour eux de les compenser par d'autres forces.

Animateur B

Quand l'animateur A arrive à la conclusion, préparez le matériel de la prochaine activité.

Difficultés rencontrées par les personnes âgées lorsqu'elles utilisent le transport en commun

 15 min

Objectif

Cette activité permettra aux élèves d'avoir une meilleure compréhension des problèmes rencontrés par les personnes âgées utilisant le transport en commun. Ils seront également plus conscients de la façon dont leur comportement peut influencer le bien-être des personnes âgées.

Matériel

1 sac de plastique refermable contenant 6 questions d'entrevue (annexe 4).

Accessoires rendant l'entrevue réaliste (ex: 1 petit calepin, 1 stylo, 1 faux microphone, 1 canne).

Document de l'élève, numéro 3.

Introduction de l'activité

Animateur A

Annoncez le nom de l'activité:

Les principaux problèmes rencontrés par les personnes âgées lorsqu'elles utilisent le transport en commun.

Établissez un lien entre cette activité et la précédente:

Dans l'activité précédente, vous avez expérimenté certaines limitations auxquelles les aînés font face. Toutefois, lorsque transposées dans les transports en commun, ces limitations peuvent être amplifiées. C'est ce que vous fera découvrir cette entrevue.

Établissez l'objectif de l'activité:

Comprendre les principaux défis rencontrés par les personnes âgées utilisant le transport en commun et réaliser l'impact que peut avoir le comportement de certains passagers sur le bien-être de ces personnes.

Animateur B

Pendant que l'animateur A introduit l'activité et donne les instructions, préparez le matériel et équipez-vous des accessoires nécessaires à l'entrevue.

Essayer d'adopter l'air d'une personne âgée fragile.

Instructions

Animateur A

Demandez aux élèves de se référer au numéro 3 de leur document, sur lequel ils trouveront un diagramme à compléter. Chaque bulle représente une catégorie de facteurs qui peuvent rendre le déplacement en transport en commun difficile pour les personnes âgées.

Invitez un élève à venir à l'avant et à jouer le rôle de l'interviewer.

Donnez à cet élève le faux microphone, un calepin et un stylo.

Dites au reste de la classe de porter attention à l'entrevue et d'écrire dans les catégories correspondantes les problèmes mentionnés concernant le transport en commun.

Poser des questions

Animateur A

Dites à l'élève d'interviewer l'animateur B à propos de son expérience dans les transports publics. Encouragez-le à poser ses propres questions. Si l'élève cherche des idées, proposez-lui de piger une question du sac.

Une fois que l'animateur B a terminé de répondre à la question, demandez à un autre élève de venir à l'avant pour poser une question et ainsi de suite, jusqu'à ce qu'environ 5 ou 6 questions aient été posées.

Si après 4 questions, vous réalisez que le sujet du comportement des adolescents n'a pas été mentionné dans l'entrevue, proposez au dernier élève de poser une question à ce sujet.

IMPORTANT: Si les élèves sont portés à poser des questions sur le même sujet, suggérez-leur d'autres sujets à explorer : problèmes liés au comportement des adolescents, des chauffeurs, des problèmes du système de transport ou encore des inquiétudes pour sa sécurité personnelle.

Répondre aux questions

Animateur B

Répondez brièvement aux questions posées par les élèves.

Mettez l'accent sur l'impact du problème mentionné au niveau du confort et du sentiment de sécurité de la personne âgée.

Ci-dessous, vous pouvez trouver des suggestions de réponses pour les questions fournies dans le sac (annexe 4 du guide de l'animateur).

Comment vous sentez-vous en présence d'adolescents à bord d'un autobus?

- Inconfortable puisqu'ils font parfois beaucoup de bruit.
- Nerveux puisqu'ils peuvent me faire tomber au sol à tout moment à cause de leur sac à dos.
- Insécurisé parce que j'ignore quelle serait leur réaction si je leur demandais de me céder leur siège.

Qu'attendez-vous d'un chauffeur pour considérer qu'il est conscient de vos difficultés?

- De la patience puisque ça m'aide beaucoup lorsqu'un chauffeur attend que sois assis avant de commencer à accélérer.
- D'être sensibilisé sinon, il se pourrait qu'il ait du mal à bien comprendre les difficultés que les personnes âgées éprouvent à se déplacer en transport en commun.

Que changeriez-vous de la structure des autobus/métro?

- ☐ Équiper chaque autobus d'un plancher plus bas parce que ça me permettrait d'entrer plus facilement dans l'autobus.
- ☐ Augmenter le nombre de barres d'appui de façon à ce que je puisse au moins m'y tenir si je n'ai pas de siège.

À quelle fréquence utilisez-vous l'autobus/métro? Pourquoi pas plus?

- ☐ Les autobus ne se rendent pas à mes destinations habituelles comme la clinique médicale ou le centre d'achat.
- ☐ L'arrêt d'autobus est éloigné de ma maison et donc, je dois marcher une longue distance pour m'y rendre.
- ☐ Il y a tellement de marches dans le métro que c'est très épuisant pour moi.

Quel comportement de la part d'un autre passager pourrait rendre votre expérience plus positive?

- ☐ Un passager qui retire ses objets personnels des aires de déplacement.
- ☐ Un passage qui évite de faire du bruit.
- ☐ Un passager qui m'offre son siège.
- ☐ Un passager qui demande au chauffeur de m'attendre.

Quelles sont vos plus grandes peurs lorsque vous utilisez le transport en commun?

- ☐ La peur d'être bousculé puisque le bus ou le métro est souvent bondé et que parfois les gens ne réalisent pas qu'ils accrochent les autres passagers avec leur sac à dos.
- ☐ La peur de tomber parce qu'il y a quelques fois des obstacles que je ne vois pas sur le plancher, et aussi parce que le chauffeur peut accélérer avant que je ne me sois assis et mon équilibre n'est plus ce qu'il était.

Réflexion sur l'activité

Animateur A

Répéter le but de l'activité:

- ▣ Vous deviez écrire, dans les catégories correspondantes, les problèmes concernant le transport en commun mentionnés dans l'entrevue.

Pour chaque catégorie, demandez aux élèves:

- ▣ Partagez les problèmes qui étaient mentionnés dans l'entrevue ou d'autres auxquels vous pensez.

S'il n'y avait pas assez de détails dans l'entrevue, expliquez pourquoi ces facteurs rendent plus difficile l'expérience des personnes âgées dans les transports en commun.

Rappelez aux élèves l'activité précédente où ils avaient expérimenté différentes limitations. Il est important pour eux de comprendre que ces problèmes liés à l'utilisation des transports en commun s'ajoutent aux autres défis auxquels certains aînés font déjà face tous les jours.

Passez plus de temps sur la catégorie « comportements de certains passagers ». Pour chaque problème mentionné dans cette catégorie, demandez aux élèves :

- ▣ Que pouvez-vous faire pour réduire ce problème rencontré par les aînés ?

Ou

- ▣ Quel comportement courtois pourriez-vous adopter ?

Quand les élèves mentionnent des comportements courtois, assurez-vous qu'ils proposent des actions concrètes. Par exemple : « Je peux enlever mon sac à dos de mes épaules pour éviter de pousser les autres » cela est plus concret que « je ferai preuve de plus de respect envers les aînés ». Encouragez les étudiants à pousser leur raisonnement jusqu'au bout.

Animateur B

Écrivez au tableau la liste de comportements courtois concrets mentionnés par les élèves.

Animateur A

Complétez la liste de comportements courtois avec des exemples tels que:

- ☐ Céder son siège à une personne âgée, une femme enceinte ou toute autre personne à mobilité réduite
- ☐ Respecter la priorité des sièges
- ☐ Enlever le sac à dos de ses épaules
- ☐ Garder un volume de conversation bas
- ☐ Circuler vers l'arrière de l'autobus pour permettre aux nouvelles personnes d'entrer dans l'autobus
- ☐ Garder le volume de son lecteur de musique bas afin qu'il soit inaudible pour les autres passagers
- ☐ N'utiliser qu'un siège et poser ses items sur le sol ou sur ses genoux
- ☐ Éviter de bloquer les entrées/sorties ou les aires de circulation

Conclusion de l'activité

Animateur A

À la fin de la discussion, résumez les éléments principaux de la discussion et soulignez ce qu'ils devraient retenir:

- ☐ Certains aînés font face à plusieurs défis lorsqu'ils utilisent le transport en commun, ce qui ajoute aux difficultés auxquelles ils font déjà face sur une base quotidienne.
- ☐ Pour certaines difficultés, vous pouvez faire partie de la solution, en accordant simplement une attention particulière à leurs besoins et en restant courtois.

Suis-je courtois ?



Objectif

Cette activité encouragera les étudiants à réfléchir sur leur propre comportement à l'égard des aînés lorsqu'ils utilisent le transport en commun. Cela attirera leur attention sur les comportements sympathiques aux aînés dans le transport en commun.

Matériel

Document de l'élève, numéro 4.

Introduction de l'activité

Animateur A

Annoncez le nom de l'activité:

Suis-je courtois ?

Établissez un lien entre cette activité et la précédente:

- ▣ Dans l'activité précédente, vous avez vu quels étaient les principaux problèmes auxquels certaines personnes âgées faisaient face lorsqu'elles utilisaient le transport en commun et vous avez vu comment il était possible de vous impliquer, à travers la courtoisie, pour rendre cette expérience plus facile.

Précisez l'objectif de l'activité:

Réfléchir sur votre propre comportement envers les aînés dans le réseau de transport public.

Instructions

Animateur A

Demandez aux étudiants de prendre leur document au numéro 4, où ils trouveront un quiz de personnalité.

Donnez-leur 3 minutes pour compléter ce quiz et calculer leurs points. Si certains élèves n'utilisent pas le transport en commun, dites-leur d'imaginer quelle serait leur réaction s'ils se retrouvaient dans de telles situations.

Réflexion sur l'activité

Animateur A

Une fois qu'ils ont terminé, répétez le but de cette activité :

- ▣ Vous avez rempli le quiz pour réfléchir sur votre propre comportement envers les aînés que vous côtoyez dans le réseau de transport public.

Fournissez une brève interprétation des résultats:

- ▣ 10 à 15 points: Vous êtes INDÉCIS. Il semble que vous n'avez pas encore réalisé qu'être courtois lors de votre utilisation du transport en commun est une façon simple d'avoir un impact positif sur la journée d'une autre personne. Essayez le plus souvent, et voyez comment vous vous sentez!
- ▣ 16 à 23 points: Vous êtes un APPRENTI. Vous y êtes presque, vous connaissez les principes de bases, mais vous les appliquez en fonction de vos humeurs. Espérons que cet atelier vous aidera à devenir plus constant!
- ▣ 24 à 30 points: Vous êtes un EXPERT. Vous êtes déjà très respectueux et courtois quand il advient d'utiliser le système de transport en commun. Il est maintenant temps de passer le mot!

Conclusion de l'activité

Animateur A

Dites aux élèves qu'ils peuvent garder les résultats pour eux-mêmes ou les partager avec leurs collègues, s'ils le veulent, après la fin de l'atelier.

Moi, je fais partie de la solution?

 7 min

Objectif

Avec cette activité, les élèves se fixeront un objectif personnel concernant un comportement courtois et évalueront leur confiance vis-à-vis de l'accomplissement de cet objectif.

Matériel

Document de l'élève, numéro 5.

Introduction de l'activité

Animateur A

Dites le nom de l'activité:

Moi, je fais partie de la solution?

Établissez un lien entre cette activité et la précédente:

Maintenant que vous savez où vous en êtes par rapport à la courtoisie, nous aimerions que vous preniez un engagement devant nous (animateurs et autres étudiants du groupe) et devant vous-mêmes.

Précisez l'objectif de l'activité:

Se choisir un objectif personnel concernant un comportement courtois

Instructions

Animateur A

Dites aux étudiants de prendre leur document, au numéro 5.

Invitez-les à se choisir individuellement une action concrète qu'ils comptent poser concernant un comportement courtois.

Donnez-leur 1 minute pour écrire leur objectif sur leur feuille. Soulignez qu'ils devraient commencer leur phrase avec un verbe. Par exemple :

- ▣ À compter de ce jour, dans le but de rendre l'expérience des aînés utilisant le transport en commun plus agréable, lorsque je prendrai l'autobus ou le métro, je m'engage à: offrir mon siège aux personnes âgées.

Réflexion sur l'activité

Animateur A

Demandez si quelqu'un désire partager son objectif personnel et les raisons qui l'ont poussé à le choisir avec le reste de la classe.

Instructions supplémentaires

Animateur A

Après quelques réponses, demandez à tous les étudiants de regarder l'échelle allant de 0 à 10 présentée au numéro 5b de leur document.

Dites aux élèves:

- ▣ Indiquez votre niveau de confiance quant à la réussite de votre objectif. Le chiffre « 0 » signifie que vous n'êtes « pas confiant du tout » et le chiffre 10 signifie que vous êtes « très confiant ».

Donnez aux élèves 10 secondes pour encercler un chiffre dans leur document.

Réflexions supplémentaires sur l'activité

Animateur A

Répétez le but de l'activité:

- ▣ Nous vous avons demandé d'encercler le chiffre représentant votre niveau de confiance quant à la réussite de votre objectif.

Demandez aux élèves:

- ▣ Est-ce que quelqu'un a écrit 1, 2 ou 3?

Si personne ne l'a fait, demandez-leur:

- ▣ Est-ce que quelqu'un a écrit 4, 5 ou 6?

Quand les élèves lèvent leurs mains, demandez-leur:

- ▣ Pourquoi n'avez-vous pas choisi 0?

Quoi si...

Quelqu'un dit 0 (pas du tout confiant)

Demandez à l'élève:

- ▣ Que vous faudrait-il pour que vous ayez un peu confiance, c'est-à-dire, pour vous faire passer du 0 au 1?

Tout le monde dit 7 et plus (c'est déjà facile à accomplir pour eux):

Demandez aux élèves:

- ▣ Que diriez-vous à quelqu'un d'une autre classe qui aurait encerclé qu'il n'était pas confiant du tout de réaliser son objectif?

IMPORTANT: Durant la discussion, il est très important que les élèves amènent des arguments positifs. L'idée de cet exercice est de faire ressortir des raisons positives de ne pas choisir 0, pour que les élèves réalisent qu'ils sont motivés à adopter un comportement courtois. Si les étudiants commencent à énoncer des arguments négatifs tels que : « j'ai mis un 8 et non un 10, parce que je pense que je vais oublier mon défi personnel et me laisser influencer par la gang », insistez pour qu'ils répondent à la question « Pourquoi n'avez-vous pas choisi 0? »

Conclusion de l'activité

Animateur A

À la fin des discussions, résumez les objectifs choisis et les raisons positives énumérées par les élèves.

Conclusion de l'atelier



Animateur A

Demandez aux élèves:

- ▣ Quels ont été les sujets abordés tout au long de cet atelier ?
- ▣ Qu'allez-vous retenir de cet atelier ?

Rappelez l'objectif de l'atelier:

- ▣ Sensibiliser les adolescents au sujet des défis vécus par les aînés lors de leurs déplacements en transport en commun.
- ▣ Trouver des moyens d'améliorer l'expérience des personnes âgées lors de leurs déplacements en transport en commun à l'aide de comportements courtois.

Établissez un lien entre le contenu de l'atelier et une situation de la vie réelle, par exemple:

- ▣ Nous espérons que vous avez apprécié cet atelier et que vous serez capable d'utiliser ce que vous avez appris aujourd'hui lorsque vous vous déplacerez en transport en commun.

Animateur A et animateur B

Remerciez les élèves et l'enseignant pour leur participation à cet atelier.





Annexe 1

ENTENTE DE COLLABORATION

ENTENTE DE COLLABORATION ENTRE L'ÉCOLE ET L'ORGANISME COMMUNAUTAIRE

(_____ - _____)
ANNÉE SCOLAIRE

« Partager le transport en commun » est un atelier destiné à sensibiliser les adolescents aux défis vécus par les personnes âgées lorsqu'ils utilisent le transport en commun. Il est destiné à être offert dans les écoles secondaires et à être animé par des aînés bénévoles, recrutés par les organismes communautaires. Grâce à diverses activités éducatives, les élèves comprendront mieux l'expérience des aînés lors de leur utilisation des transports publics. Ceci vise à les motiver à adopter des comportements courtois lors de leur utilisation du système de transport en commun.

La collaboration entre l'école secondaire et l'organisme communautaire est une condition nécessaire au succès de cet atelier. Par conséquent, il est important que toutes les parties soient conscientes de leur engagement et de leurs responsabilités respectives.

ÉCOLE : _____

PERSONNE RESSOURCE : _____

NUMÉRO DE TÉLÉPHONE : _____

COURRIEL : _____

ORGANISME COMMUNAUTAIRE : _____

RESPONSABLE : _____

NUMÉRO DE TÉLÉPHONE : _____

COURRIEL : _____

RESPONSABILITÉS DES PARTENAIRES POUR L'ATELIER

Personne-ressource à l'école

La personne-ressource à l'école est la personne qui fait le lien entre l'administration de l'école, les enseignants et l'organisme communautaire. Elle doit :

- ☐ S'assurer que l'administration de l'école donne son accord pour que l'atelier soit présenté à l'école.
- ☐ Travailler avec la personne responsable du projet à l'organisme communautaire et l'enseignant pour déterminer la date et l'heure de présentation de l'atelier.
- ☐ Accueillir les animateurs à un lieu convenu, 15 minutes avant le début de l'atelier.

L'enseignant

L'enseignant est la personne qui sera responsable des élèves pendant la période choisie pour présenter l'atelier. Il doit :

- ☐ Informer en avance les élèves de la tenue de cet atelier.
- ☐ S'assurer que le matériel fourni aux animateurs est fonctionnel (tableau et craies, chaises, etc.).
- ☐ Être présent tout au long de l'atelier.
- ☐ Aider les animateurs de l'atelier :
 - Maintenir le calme et l'ordre dans sa classe
 - Encourager la participation de ses élèves
 - Répondre à la porte si quelqu'un cogne pendant l'atelier
 - Aider les animateurs de groupe à récupérer le matériel après les activités.

Responsable du projet à l'organisme communautaire

Le responsable du projet à l'organisme communautaire est le coordonnateur de l'atelier au sein de son organisation. Il met en contact la personne ressource de l'école avec les animateurs bénévoles. Il doit :

- ☐ Recruter deux animateurs selon le processus habituel de sélection de bénévoles de l'organisme communautaire.
- ☐ Travailler en collaboration avec la personne ressource de l'école et les animateurs de l'atelier pour fixer la date et l'heure de présentation de l'atelier.
- ☐ Organiser et animer une rencontre de préparation avec les animateurs de l'atelier.
- ☐ Préparer le matériel requis pour l'atelier, incluant:
 - Fournir à chaque animateur une copie du manuel de l'atelier
 - Imprimer les documents des élèves
 - Organiser le matériel dans les sacs.

Animateurs de groupe

Les animateurs de groupe sont des aînés qui se porteront volontaires par l'intermédiaire de leur organisme communautaire pour animer l'atelier dans les écoles sélectionnées. Ils doivent :

- ☐ Assister à la rencontre de préparation.
- ☐ Apporter le matériel requis pour l'atelier qui aura été préparé par le responsable du projet de leur organisation communautaire.
- ☐ Animer l'atelier auprès des élèves du secondaire.
- ☐ Respecter le temps accordé par l'enseignant pour cet atelier.
- ☐ Récupérer tout le matériel à la fin de l'atelier.

CONFIRMATION DE L'ATELIER

INFORMATIONS DE L'ATELIER

Date : _____ Heure de début : _____ Heure de fin : _____
Niveau scolaire : _____ Nombre d'élèves : _____ Numéro de groupe : _____
Matériel requis : _____

INFORMATIONS SUR L'ÉCOLE (À ÊTRE REMPLI PAR LA PERSONNE-RESSOURCE À L'ÉCOLE)

Nom de l'école : _____
Adresse de l'école : _____
Nom de la personne ressource à l'école : _____
Coordonnées de cette personne : _____
Emplacement du rendez-vous, le jour de l'atelier: _____
Comment se rendre à l'emplacement choisi pour le rendez-vous?
(SVP, indiquer la présence d'escaliers ou d'ascenseur, de longues distances de marche, etc.) : _____

Où est située l'entrée principale de l'école : _____ Informations pour le stationnement: _____

Se rendre à l'école : _____ En voiture : _____ En transport en commun : _____

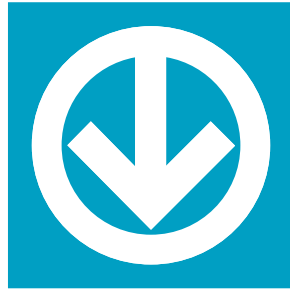
J'ai lu le rôle de chaque partie impliquée dans l'organisation de cet atelier. Par conséquent, je comprends et accepte mes propres responsabilités telles que décrites plus haut.

SIGNATURES

PERSONNE-RESSOURCE À L'ÉCOLE (_____ / _____ / _____)
DATE

ENSEIGNANT (_____ / _____ / _____)
DATE

RESPONSABLE DU PROJET À L'ORGANISME COMMUNAUTAIRE (_____ / _____ / _____)
DATE



Annexe 2

CARTES DE TÂCHES

Audition affaiblie

Matériel

2 boules de coton

Étapes :

- 1) Imaginez que vous êtes le chauffeur d'autobus.
- 2) Choisissez quelqu'un qui exécutera cette activité avec vous.
- 3) Demandez-lui de mettre les boules de coton dans ses oreilles et de vous faire signe lorsqu'il entend le nom de rue « Pelletier », où il doit descendre.
- 4) Placez-vous dos à dos.
- 5) Annoncez le nom des rues doucement et dans un ordre aléatoire jusqu'à ce que la personne réagisse:

- | | |
|-----------------------------------|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Chartier | <input type="checkbox"/> Coursier |
| <input type="checkbox"/> Cloutier | <input type="checkbox"/> Dentier |
| <input type="checkbox"/> Portier | <input type="checkbox"/> Pelletier |

Mobilité réduite

Matériel

4 bandes de velcro

2 journaux roulés

1 pièce de monnaie

Étapes :

- 1) Choisissez quelqu'un qui exécutera l'activité.
- 2) Dites-lui d'attacher un rouleau de journaux derrière chaque genou en utilisant les bandes velcro (une au-dessus et au-dessous du genou).
- 3) Lorsqu'il est prêt:
 - Laissez tomber la pièce de monnaie sur le sol et demandez-lui de la ramasser.
 - Invitez-le à s'asseoir sur une chaise et de se relever.

Perte de sensibilité au niveau des doigts

Matériel

1 paire de gants (sans latex)

1 porte-monnaie contenant du petit change

Étapes :

- 1) Imaginez que vous êtes le chauffeur d'autobus.
- 2) Choisissez quelqu'un qui exécutera cette activité avec vous.
- 3) Demandez-lui de mettre les gants.
- 4) Demandez-lui d'utiliser l'argent du porte-monnaie pour vous payer son billet de passage aussi rapidement que possible.

Vision affaiblie

Matériel

1 paire de lunettes salies

1 horaire d'autobus

Étapes :

- 1) Choisissez quelqu'un qui exécutera cette activité.
- 2) Demandez-lui de porter les lunettes.
- 3) Tendez-lui l'horaire d'autobus.
- 4) Demandez-lui de vous dire à quelle heure passeront les 3 autobus suivants.
(identifiez 3 lignes d'autobus) :



Annexe 3

CARTES D'ENTREVUE

INTERROGEZ À PROPOS DE :

Comportements des adolescents

ou

POSEZ LA QUESTION SUIVANTE :

« Comment vous sentez-vous en présence d'adolescents à bord d'un autobus? »

INTERROGEZ À PROPOS DE :

Comportements des chauffeurs

ou

POSEZ LA QUESTION SUIVANTE :

« Qu'attendez-vous d'un chauffeur? »

INTERROGEZ À PROPOS DE :

Structure des bus/méto

ou

POSEZ LA QUESTION SUIVANTE :

« Que changeriez-vous dans la structure des autobus et des méto? »

INTERROGEZ À PROPOS DE :

Système de transport

ou

POSEZ LA QUESTION SUIVANTE :

« À quelle fréquence utilisez-vous l'autobus et le méto?
Pourquoi pas plus? »

INTERROGEZ À PROPOS DE :

Comportements des passagers

ou

POSEZ LA QUESTION SUIVANTE :

« Quel comportement de la part d'un autre passage pourrait rendre votre expérience plus positive? »

INTERROGEZ À PROPOS DE :

Inquiétude pour sa sécurité personnelle

ou

POSEZ LA QUESTION SUIVANTE :

« Quelles sont vos plus grandes peurs lorsque vous utilisez le transport en commun? »

PARTAGER LE TRANSPORT EN COMMUN

UN ATELIER NOVATEUR QUI RÉUNIT ADOLESCENTS ET PERSONNES ÂGÉES AFIN DE DISCUTER DES TRANSPORTS EN COMMUN

Les aînés et les adolescents ont des besoins différents en matière de transport public. Cet atelier a été créé afin de stimuler la discussion au sujet de la sécurité et du respect à bord des métros et des autobus. « Partager le transport en commun » est un atelier de 60 minutes offert par des aînés à des élèves de l'école secondaire. Cet atelier intergénérationnel propose plusieurs activités éducatives interactives qui visent à sensibiliser les jeunes à la réalité des aînés afin de les motiver à adopter des comportements courtois lorsqu'ils utilisent le transport en commun.

Ce guide comprend une description détaillée des activités de l'atelier ainsi que des trucs et des outils pour faciliter la tâche de l'animateur. Il comporte aussi beaucoup d'information pertinente pour les responsables d'organismes communautaires qui aimeraient organiser cet atelier en collaboration avec des écoles secondaires.

PRODUCTION: Le Conseil des aînés et des aînées de Notre-Dame-de-Grâce est un organisme communautaire voué à améliorer la qualité de vie des aînés sur le territoire de Notre-Dame-de-Grâce et de Montréal-Ouest. Ce guide, rendu possible grâce à la participation financière du programme Nouveaux Horizons, est le fruit d'une collaboration fructueuse avec le CSSS Cavendish qui a rassemblé aînés, adolescents, stagiaires et intervenants de différentes disciplines.