



# Traitement des informations





# Traitement des informations

## Questions

**Avez-vous du mal à converser et, simultanément, à écouter la radio ou à regarder la télévision?**

Pas du tout  Pas particulièrement  **Un peu**  **Beaucoup**

**Au volant, avez-vous du mal à discuter avec vos passagers?**

Pas du tout  Pas particulièrement  **Un peu**  **Beaucoup**

**Au volant, avez-vous du mal à changer de station de radio?**

Pas du tout  Pas particulièrement  **Un peu**  **Beaucoup**

## Informations générales

Vous avez peut-être un problème d'attention partagée. Cette expression désigne la capacité à porter son attention sur deux choses en même temps. Au volant, cela se manifeste par exemple par des difficultés à garder simultanément un œil sur votre vitesse et sur les autres usagers de la route. Des études montrent que les tâches requérant une attention partagée (p. ex. la conduite) se compliquent avec l'âge. Dans une circulation normale, nous devons veiller à plusieurs choses en même temps. Or cela devient de plus en plus difficile à mesure que des facteurs internes et externes au véhicule distraient le conducteur.

- Demandez à votre médecin de tester vos capacités cognitives.
- Essayez d'éviter toute distraction en voiture (p. ex. discuter avec les passagers, changer de station de radio ou téléphoner).
- Évitez de conduire lorsque les distractions extérieures sont trop importantes (p. ex. par mauvais temps).
- Planifiez votre trajet à l'avance.
- Demandez à votre passager de vous aider à trouver votre chemin.
- Évitez les trajets inconnus.
- Dans la mesure du possible, ne conduisez pas aux heures de pointe.



## Questions

**Avez-vous du mal à trouver quelque chose sur une étagère encombrée?**

Pas du tout    Pas particulièrement    **Un peu**    **Beaucoup**

**Avez-vous du mal à mener une conversation avec un fort bruit de fond (p. ex. autres personnes qui parlent)?**

Pas du tout    Pas particulièrement    **Un peu**    **Beaucoup**

**Avez-vous du mal à trouver un panneau parmi de nombreux autres (p. ex. indication d'un restaurant au milieu d'autres panneaux de signalisation)?**

Pas du tout    Pas particulièrement    **Un peu**    **Beaucoup**

## Informations générales

Vous avez peut-être un problème d'attention sélective. Cette expression désigne la capacité à ignorer des choses insignifiantes pour se concentrer sur l'essentiel. Sur la route, cela se traduit par la faculté à porter rapidement son attention sur des événements importants. Des études révèlent que l'attention sélective diminue chez les seniors, ce qui accroît le risque d'accident. Souvent, les conducteurs d'un certain âge ont du mal à identifier ou à comprendre correctement les panneaux de signalisation ou, par inadvertance, ils ne respectent pas la priorité des autres usagers de la route. Ces problèmes découlent du

fait que le conducteur en question ne parvient pas à se concentrer sur l'essentiel dans la situation de conduite concernée.

- Demandez à votre médecin de tester vos capacités cognitives.
- Planifiez votre trajet à l'avance.
- Evitez d'emprunter des routes avec de nombreux panneaux de signalisation.
- Demandez à votre passager de vous aider à trouver votre chemin.
- Evitez les trajets inconnus.
- Dans la mesure du possible, ne conduisez pas aux heures de pointe.



## Questions

**Avez-vous du mal à comprendre les personnes qui parlent vite?**

Pas du tout    Pas particulièrement    **Un peu**    **Beaucoup**

**Devez-vous fréquemment ralentir pour lire des panneaux de signalisation inconnus?**

Jamais    Rarement    **Parfois**    **Souvent**

**Etes-vous fréquemment déconcerté sur la route, car tout va trop vite autour de vous?**

Jamais    Rarement    **Parfois**    **Souvent**

## Informations générales

Votre rapidité de réflexion et de décision a peut-être diminué. Des études montrent que la vitesse de réflexion baisse avec l'âge. Cela peut se traduire par une conduite lente ou hésitante, de brusques changements de file et des réactions trop tardives dans certaines situations de conduite, ce qui augmente le risque d'accident.

- Ne conduisez pas au-delà de la vitesse à laquelle vous vous sentez à l'aise.
- Planifiez votre trajet à l'avance.
- Evitez les heures de pointe.
- Privilégiez les routes moins fréquentées.
- Evitez les parcours où l'on conduit vite de manière générale.
- Demandez à votre médecin de tester vos capacités cognitives.



## Questions

**Durant l'année écoulée, combien de fois avez-vous oublié un rendez-vous?**

Jamais     Rarement     **Parfois**     **Souvent**

**Durant l'année écoulée, combien de fois avez-vous eu du mal à retrouver votre voiture dans/sur un parking?**

Jamais     Rarement     **Parfois**     **Souvent**

**Durant l'année écoulée, combien de fois avez-vous eu du mal à retrouver votre chemin depuis un lieu connu (p. ex. pour revenir du supermarché)?**

Jamais     Rarement     **Parfois**     **Souvent**

## Informations générales

Vous avez peut-être des problèmes de mémoire. Celle-ci nous aide à nous repérer dans un environnement connu ou à nous rappeler les règles pour une conduite sûre. Elle joue également un rôle important dans la résolution des problèmes et la prise de décisions. Des études montrent que les seniors ont parfois des difficultés à se souvenir des choses. Même en bonne santé, des conducteurs d'un certain âge peuvent avoir du mal à se rappeler certaines règles de circulation ou à déterminer ce qu'ils devraient faire dans certaines situations de conduite. Il ne faut absolument pas prendre ce problème à la légère, car il augmente le risque d'accident.

- Demandez à votre médecin de tester votre capacité de mémorisation.
- Planifiez votre trajet à l'avance et notez l'itinéraire.
- Faites le trajet à l'avance à titre d'essai pour vous familiariser avec l'itinéraire.
- Lorsque vous avez oublié une information, recherchez-la par vous-même. Il vous sera ainsi plus facile de la mémoriser durablement.