

Les taupes des neiges en patrouille : des bénévoles amis-des-aînés s'attaquent aux problèmes liés à la marche en hiver

Par Peggy Edwards, Conseil sur le vieillissement d'Ottawa



Rien ne vaut une promenade pour profiter de la beauté de la saison. La marche est gratuite et représente l'une des meilleures façons de rester actif et en santé. Nous marchons à l'extérieur pour nous rendre où nous voulons aller et pour accéder aux transports en commun, ainsi que pour être en compagnie d'autres personnes. Comme beaucoup de propriétaires d'animaux de compagnie, je marche trois fois par jour, dans toutes sortes de conditions météorologiques, avec ma chienne Molly, qui a besoin de se dépenser.

L'hiver peut rendre difficile la marche à l'extérieur. Ottawa est de plus en plus confronté aux dangers liés à la marche en hiver, y compris en raison du climat changeant qui entraîne des chutes de neige abondantes et un cycle de gel et de dégel qui est à l'origine de conditions glacées et dangereuses. Cela peut entraîner des chutes et des blessures graves, qui ont parfois des conséquences à long terme, y compris des douleurs chroniques ou des affections invalidantes qui peuvent entraîner la perte d'autonomie. La peur de refaire une chute décourage un mode de vie actif et peut mener à l'isolement, à l'absence de motivation et à l'anxiété tout simplement à l'idée de sortir.

La campagne « Taupes des neiges » demande : Dans quelle mesure Ottawa est-il sécuritaire et accessible à pied en hiver?



En réponse à ces préoccupations, le sous-comité sur le Potentiel piétonnier en fonction de l'âge et sur la sécurité des piétons du Conseil sur le vieillissement d'Ottawa (CSV) a créé la campagne « Taupes des neiges ». Elle fait référence aux taupes qui se terrent sous la neige pour des raisons de sécurité, ainsi qu'aux agents secrets ou « taupes » qui travaillent incognito pour recueillir des preuves importantes. N'importe qui peut être une taupe des neiges. Il n'est pas nécessaire d'être membre du CSV. Bien que la plupart des taupes des neiges soient des adultes plus âgés, les jeunes peuvent aussi faire des évaluations pour les taupes des neiges, surtout près des écoles et des garderies. Les taupes des neiges sont présentes dans chaque quartier (central, en banlieue et rural), et tous les documents de la campagne sont disponibles en français et en anglais.

Dans le cadre de la campagne « Taupes des neiges », qui en est à sa cinquième année, on continue de poser la question suivante :

dans quelle mesure Ottawa est-elle sécuritaire et accessible à pied en hiver? Les réponses proviennent des taupes des neiges, des bénévoles de la campagne qui se déroule de janvier à mars. Leurs réponses à un court questionnaire donnent une description précise des conditions de la marche en hiver à Ottawa, identifient les endroits dangereux et sensibilisent les gens aux problèmes de sécurité pour les piétons. L'analyse des réponses de l'évaluation mène à des recommandations d'améliorations positives aux infrastructures municipales et des changements aux opérations et aux politiques de la Ville. Ces renseignements, ainsi que de l'information et des photos recueillies sur le terrain auprès des taupes des neiges, sont consignés dans un rapport annuel.

En 2022, le CSV a reçu 270 évaluations de taupes des neiges, 101 commentaires et 130 photos. Une taupe des neiges a écrit : « La plupart des rues secondaires ne sont pas déneigées. J'ai parlé à une femme en fauteuil roulant électrique et elle pleurait parce qu'elle ne pouvait pas se déplacer. » Beaucoup ont dit qu'il était plus facile et plus sécuritaire de marcher sur la chaussée que sur le trottoir ou sur le bord de la route, parce qu'elle est mieux déblayée. Environ 87 % des taupes des neiges ont dit que la peur de tomber les empêchait parfois de sortir pour marcher. Les répondants qui ont signalé une chute sur leur trajet l'ont attribuée à la glace noire, à l'absence de gravier ou de sel sur le trottoir glacé et au fait d'avoir essayé de grimper sur un banc de neige pour pouvoir accéder à leur condo.

« L'objectif est de promouvoir l'amélioration des politiques et des pratiques de déneigement et de déglacage, ainsi qu'une approche axée sur les *piétons d'abord* », déclare Min Ku, coprésidente du sous-comité sur le Potentiel piétonnier en fonction de l'âge et sur la sécurité des piétons.

Cette année, le CSV a demandé à la Ville de mettre en œuvre



Le CSV demande à la ville de dégager les trottoirs plus rapidement, jusqu'à la chaussée nue, en particulier près des arrêts de transport en commun.



En tant que taupes des neiges, vous pouvez contribuer à rendre la marche en hiver à Ottawa sécuritaire pour tous.

des normes d'entretien améliorées, notamment en accordant la priorité aux trottoirs et en les dégageant jusqu'au revêtement nu, ainsi qu'en procédant plus rapidement au déneigement, particulièrement près des arrêts de transport en commun et des lieux fréquentés par des adultes plus âgés et des enfants. « Nous nous attendons à ce que nos routes soient dégagées jusqu'au revêtement nu, explique Mme Ku. Pourquoi les voitures sont-elles plus importantes que les piétons, en particulier nos résidents les plus vulnérables — les personnes âgées, les personnes handicapées et les personnes qui se déplacent avec des poussettes et des tout-petits? » On souhaite également que la Ville et les propriétaires d'entreprises assurent un meilleur entretien des escaliers et des rampes d'accès.

Des sièges sécuritaires pour tous

Cette année, les taupes des neiges s'acquitteront d'une tâche supplémentaire facile, mais importante : garder les bancs de la ville déneigés et déglacés, afin qu'ils soient sécuritaires et accessibles cet hiver.

Les données recueillies par les taupes des neiges au cours des cinq dernières années démontrent que la plupart des quelque 2 800 bancs de la Ville d'Ottawa ne sont pas accessibles aux piétons pour qu'ils puissent s'y reposer pendant leurs promenades d'hiver, parce qu'ils ne sont pas déneigés ni déglacés. Des bancs dégagés situés près des bâtiments médicaux, des résidences pour personnes âgées, des bibliothèques, des pharmacies, des centres pour personnes âgées, des voies de transport en commun et des routes commerciales sont particulièrement nécessaires en hiver.

« Nous demandons aux bénévoles des taupes des neiges d'adopter un banc (ou deux) dans leur quartier et de les déglacer et déneiger de janvier à la fin de mars 2023 », explique Mme Ku.

Si vous êtes disposé et capable d'adopter un banc dans votre quartier, veuillez envoyer l'emplacement et des photos du banc à snowmoles@coaottawa.ca, en indiquant en objet « Adopter un banc ».

Mme Ku conclut en disant : « La sécurité des piétons d'Ottawa sur les trottoirs, les voies d'accès et les routes où il n'y a pas de trottoirs est la priorité absolue. Grâce aux efforts des taupes des neiges et à la collaboration continue avec le personnel de la Ville et nos conseillers municipaux, la marche hivernale peut être sécuritaire et agréable pour tous, quel que soit leur âge. »



« Nous demandons aux bénévoles des taupes des neiges d'adopter un banc (ou deux) dans leur quartier. »



TAUPES DES NEIGES 2023

Activités d'évaluation des conditions hivernales d'accessibilité et de sécurité piétonnières pour les aînés et autres personnes

VOUS pouvez aider à fournir les évaluations dont Ottawa a besoin pour rendre la marche hivernale sécuritaire pour tous.

VOUS pouvez aider à garder les bancs d'Ottawa dégagés et accessibles.

Rendez-vous à l'adresse <https://coaottawa.ca/snowmoles> pour en savoir plus sur le programme Taupes des neiges, accéder au questionnaire d'évaluation des conditions de marche et consulter le *Rapport Taupes des neiges 2022* et les *Conseils pour la marche en hiver*.

Envoyez vos photos des conditions de marche et des bancs dans votre quartier à snowmoles@coaottawa.ca.



Le CSV est une organisation bilingue et inclusive, composée de bénévoles et d'employés, qui oeuvrent à améliorer le bien-être des aînés d'Ottawa et à faire d'Ottawa une collectivité de plus en plus amie-des-aînés. Pour obtenir des renseignements sur l'adhésion, les possibilités de bénévolat, les événements, les programmes d'apprentissage et d'autres ressources sur l'âgisme, visitez le site www.coaottawa.ca ou composez le **613-789-3577**.

Faire progresser le bien-être des personnes aînés à Ottawa