



Promozione della mobilità e dell'attività fisica nelle persone anziane

Promotion de la mobilité et de l'activité physique des personnes âgées

Giornata di riflessione e di messa in rete
Journée de réflexion et mise en réseau

07. 02. 2014 Castello Sasso Corbaro, Bellinzona

Kurt Frei

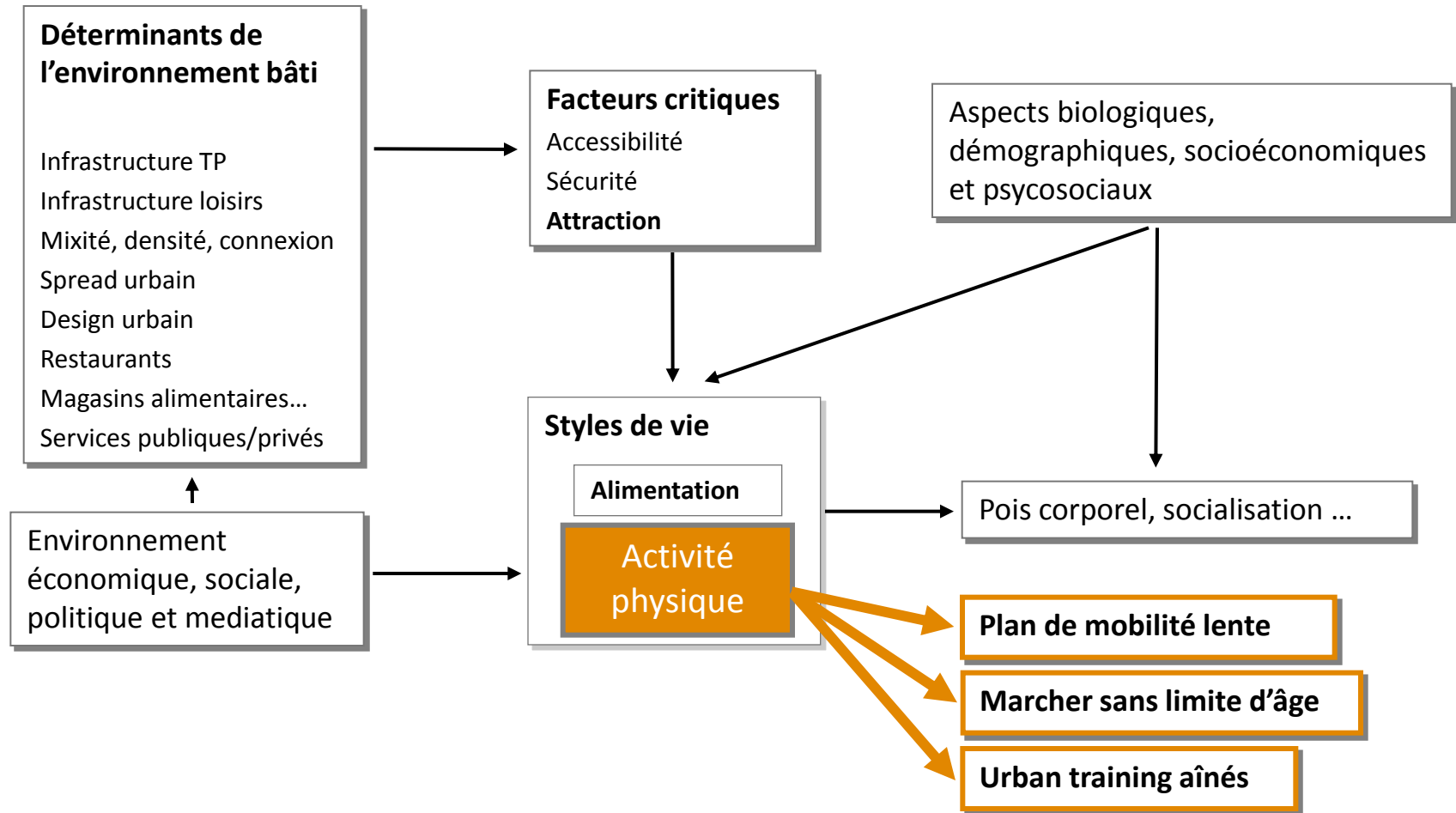
Servizio promozione e valutazione sanitaria



Repubblica e Cantone Ticino
Dipartimento della sanità e della socialità
Divisione della salute pubblica
Ufficio del medico cantonale

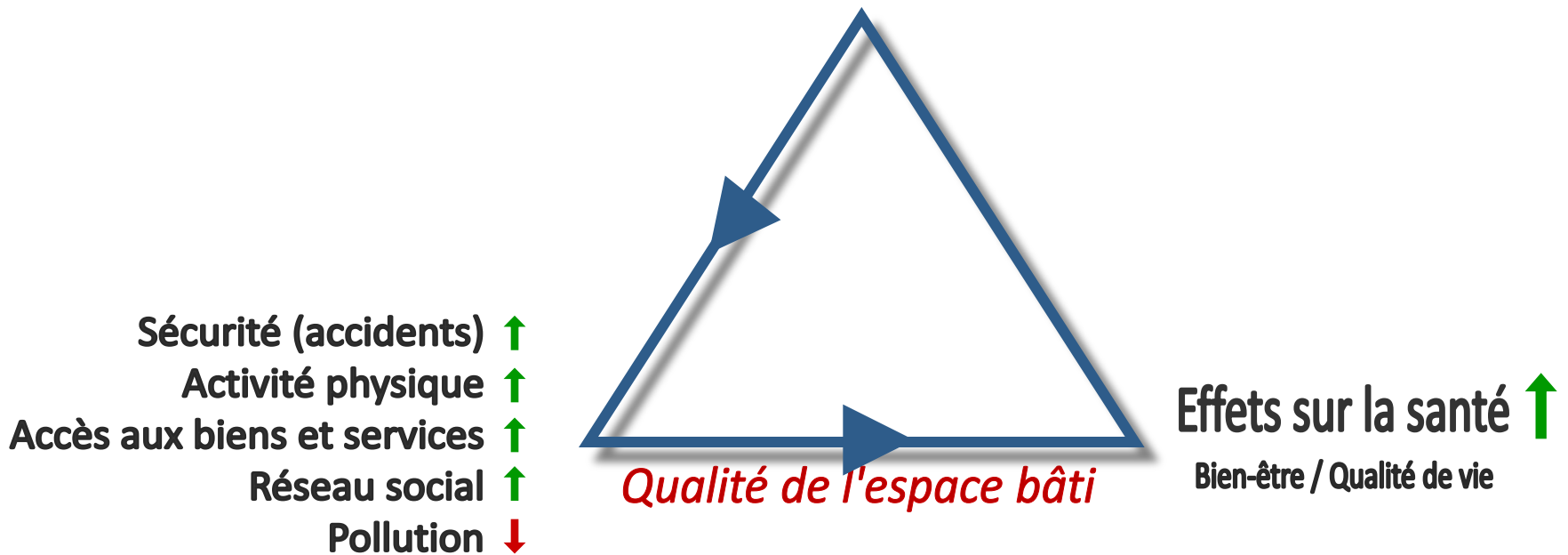
LE CADRE: ESPACE BATI, MOBILITE ET SANTE

L'environnement physique / bâti



La mobilité: un déterminant de la santé

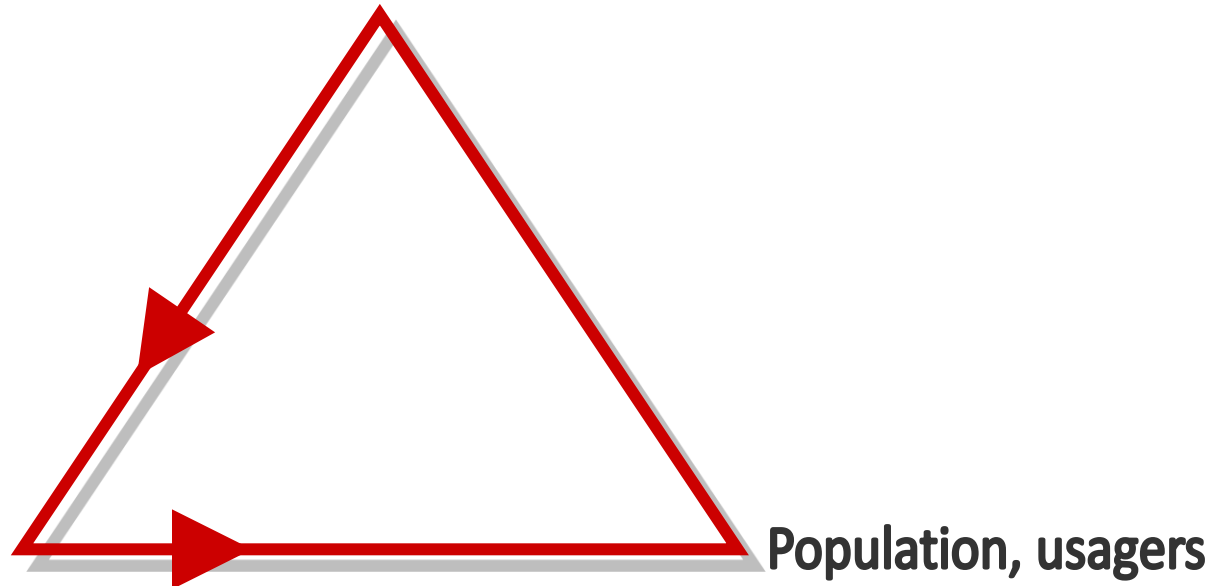
Mobilité lente et durable



Acteurs, public cible et bénéficiaires

Département de la santé et
des affaires sociales

Départements non-sanitaires
Communes
Services publics et privés
ONG et autres acteurs

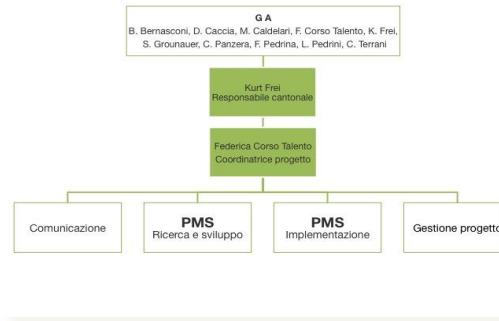


Positionnement et niveaux d'action

Lignes Directrices du Gouvernements

Plan Directeur

Politiques sectorielles DSS, DT, DECS, DI



Organisations des citoyens

Services publiques/privés

Transports publics locaux

Communes

(dicastères, bureaux technique...)

Transports privés

Corps de police locale

ONG

bpa - délégués

Pros de la planification/urbanisme

• • •

LE PROJET MàP

Les enfants et la rue: une perspective particulière



- Les voitures sont aimables: elles ont une bouche, des yeux ...
- A 7 ans les enfants ne peuvent voir au delà d'une voiture, ni être vu
- L'enfant ne craint pas la mort: après en recommence à jouer ...
- La perspective est réduite (angle)
- Ils ont des difficultés à reconnaître la source du bruit
- Les temps de réaction sont différents (4'' pour comprendre si une voiture s'est arrêtée)
- Ils sont impulsifs et distraits



But du projet M@P



- Garantir aux élèves (scolarité obligatoire) et aux collaborateurs des écoles de pouvoir s'y rendre au travers d'un réseau de mobilité lente et durable aménagé et attrayant, à fin de favoriser les styles de vie plus sains et la qualité de vie en milieu urbain.
- Au travers les Plans de Mobilité Scolaires (PMS), **faire en sorte que la mobilité lente et durable devienne le principe prioritaire auquel conformer toute la mobilité vers/depuis les écoles** de l'instruction obligatoire

Stratégie

Le projet mets en synergie deux niveau d'action:

Niveau cantonal

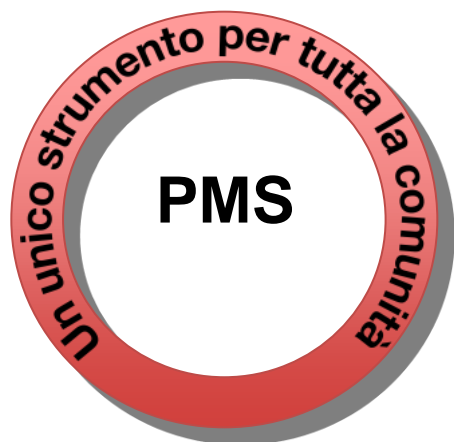
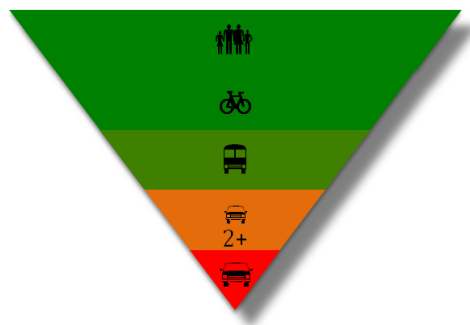


promouvoir la **concertation interdépartementale et intersectorielle**

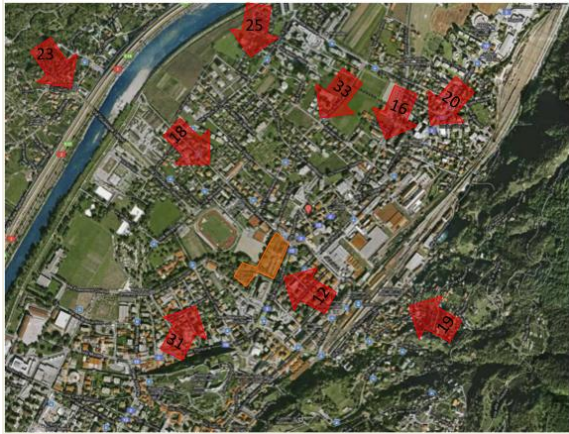
Niveau local (de la commune)



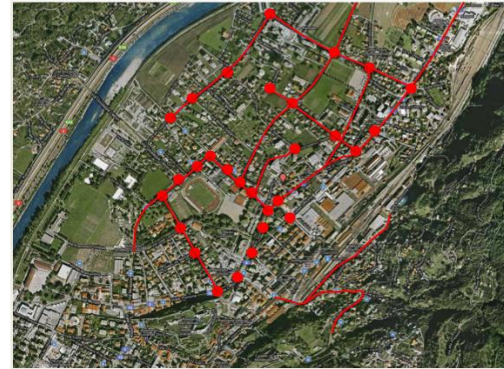
développer et mettre en comparaison les solutions particulières qui ont été identifiées dans les PMS



Plan de mobilité scolaire: exemple M à P



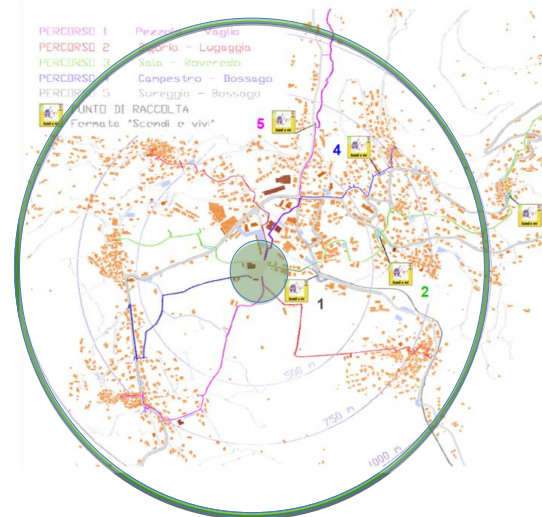
Analyse des flux



Endroits dangereux



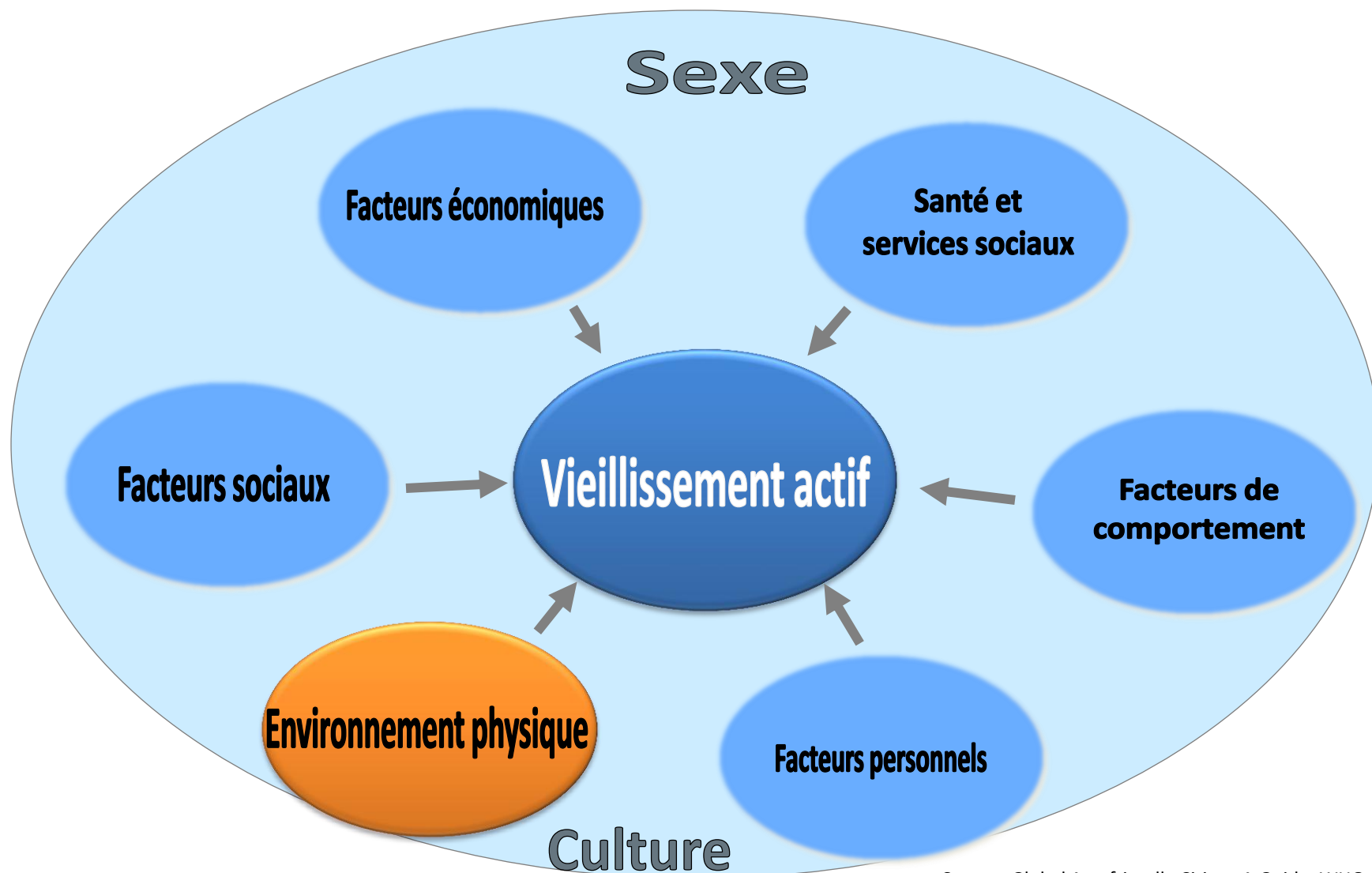
Parcours prioritaires



Zone de planification piétonne et zone protégée

EVOLUTION PERSONNES AGEES

Déterminants du vieillissement actif



Source: Global Age-friendly Cities - A Guide. WHO, 2007

Les personnes âgées et la rue: une perspective particulière



difficultés au niveau de la vue: souvent il porte des lunettes, et parfois celles-ci sont inadéquates (pour lecture ou TV)



surdité partielle: sons amortis et confus (rumeur), difficultés d'entendre un véhicule ou un klaxon



difficulté d'apprécier la vitesse/l'accélération des véhicules



ralentissement des réactions aux stimulations provenant de l'environnement: sons, klaxon, panneaux → désorientation



prestance amoindrie, ressources limitées: impossibilité de traverser rapidement, difficulté d'éviter des obstacles, besoin de choisir le parcours le plus bref, les escaliers ou des pentes représentent des obstacles (ex. passages souterrains), fatigue, inattention, impatience → force le passage ou renonce

Environnement bâti et bâtiment: checklist OMS

| | |
|--|--|
| Environnement | ville propre, règles limitant les niveaux sonores et les odeurs nauséabondes ou nocives appliquées |
| Espaces verts et voies piétonnières | <ul style="list-style-type: none">- bien entretenus, dotés d'abris/toilettes/bancs accessibles- ne sont pas obstruées, surface régulière, toilettes |
| Sièges extérieurs | en particulier dans les parcs/espaces publics, aux arrêts du TP, à intervalles réguliers, bien entretenus et surveillés |
| Trottoirs | <ul style="list-style-type: none">- bien entretenus, surface régulière, plane, antidérapante, assez larges pour fauteuils roulants, bordures basses- pas obstrués (marchands ambulants, voitures garées, arbres, excréments de chiens, neige) et les piétons y ont la priorité |
| Rues | <ul style="list-style-type: none">- passages piétons à intervalles réguliers, antidérapant ...- structures physiques telles que des îlots directionnels/passerelles/passages souterrains pour traverser les rues- les feux laissent aux personnes âgées le temps de traverser, équipés de signaux visuels et sonores |
| Circulation | règles respectées, priorité aux piétons |
| Pistes cyclables | distinctes des routes pour les cyclistes |
| Sécurité | sécurité publique prioritaire, rues bien éclairées, patrouilles de police, initiatives pour la sécurité communautaire et individuelle |
| Services | <ul style="list-style-type: none">- sont groupés/situés à proximité du domicile/d'accès facile (au rez-de-chaussée)- dispositions spéciales aux clients âgés (files d'attente et des comptoirs distincts) |
| Bâtiments | ascenseurs, rampes d'accès, signalisation adéquate, garde-corps le long des escaliers, escaliers ni hauts ni raides, antidérapants, zones de repos équipées (sièges), toilettes publiques (accessibles aux handicapés) |
| Toilettes publiques | propres, entretenues, accès pour les personnes aux capacités diverses, bien signalées et commodément situées. |

Mesures pour AF (bpa)



Initiatives particulières AF: *urban training* adapté



Concepts et modèles: merci!

Strukturelle Bewegungsförderung in der Gemeinde

Synthese des aktuellen Wissensstandes,
Grundlagen für Handlungsempfehlungen

Public Health Services; GrobPlanung GmbH

Herausgeber:
Ärztinnen und Ärzte für Umweltschutz

Mit finanzieller Unterstützung durch:
Bundesamt für Gesundheit (BAG)

30. April 2009



Zielsetzung

Das auf Bundesebene finanzierte und vom Kanton St. Gallen unterstützte Pilotprojekt GEMEINDE BEWEGT setzt sich zum Ziel, die strukturellen Rahmenbedingungen für mehr Bewegung zu Fuss und mit dem Velo in den Gemeinden zu verbessern. Das Projekt GEMEINDE BEWEGT strebt im Jahr 2012 an, in mindestens 10 Gemeinden kommunale Veränderungsprozesse zu initiieren, zu begleiten und dadurch den Langsamverkehr im öffentlichen Raum zu stärken und den Anreiz für Bewegung zu fördern.

Kooperation

GEMEINDE BEWEGT entsteht in enger Zusammenarbeit des Gesundheits-, Bildungs- und Baudepartements.

Aktivitäten

GEMEINDE BEWEGT erfasst in einem ersten Schritt mit Partnerinnen und Partnern aus Schule, Verwaltung und Bevölkerung die Situation in der jeweiligen Gemeinde. Im Anschluss offeriert das Projekt GEMEINDE BEWEGT teilnehmenden Gemeinden kostenlos ein Beratungs- und Massnahmenpaket. Dabei sollen insbesondere kurze und attraktive Wege zu wichtigen Orten (Schulen, Einkaufszentren, Freizeitanlagen, Bahnhöfe) analysiert werden. Eine optimierte Infrastruktur in den Gemeinden und Quartieren soll die Menschen zu mehr Bewegung motivieren. Die Gemeinden ihrerseits ermöglichen Massnahmen, die sich günstig auf die Bewegung auswirken. Gleichzeitig unterstützen sie den Erfahrungs- und Wissensaustausch.

Cycle of WHO Global Network of Age-friendly Cities©

Years 1-2 → Years 3-5 →

1. Planning

- a. involve older people
- b. assessment of age-friendliness
- c. develop an action plan
- d. identify indicators

2. Implementation

- a. implement action plan
- b. monitor indicators

4. Continual improvement

5-year membership cycles

3. Evaluate progress

- a. Measure progress
- b. Identify successes and remaining gaps
- c. Submit progress report