



2 | 2021

# GERONTOLOGIE CH

PRATIQUE + RECHERCHE



## Souvenirs sonores

Une musique personnalisée  
améliore la qualité de vie  
des personnes atteintes  
de démence Page 8

### Mobilité des personnes âgées

- transports publics Page 4
- logement et déménagement Page 14
- démence Page 22

### Les EMS à l'heure du coronavirus

Comment le personnel soignant  
gère sa lourde charge permanente  
au Tessin Page 16

# Acheter un billet de train en ligne? Rien de plus facile!

Un sondage national mené par le senior-lab et rundum mobil GmbH a mis en lumière les perceptions des personnes de 65 ans et plus vis-à-vis des technologies destinées à favoriser l'accès à la mobilité.

Texte: Rafael Fink, Michelle Marbach et Delphine Roulet Schwab



Photo: iStock

La disponibilité de moyens de transport adaptés, qu'il s'agisse d'une voiture, des transports publics ou de mobilité douce, favorise la participation sociale et l'indépendance des personnes âgées et contribue à leur qualité de vie. Pour mieux comprendre les comportements et les besoins de cette population en termes de mobilité (hors période COVID), le senior-lab a lancé en collaboration avec rundum mobil GmbH un sondage national en ligne, entre avril et décembre 2020. Au total, 1418 personnes âgées de 64 à 94 ans, habitant aussi bien en ville (40%) qu'à la campagne (35%), y ont participé. Les résultats mettent l'accent sur la perception des technologies censées favoriser

**Beaucoup de seniors organisent leurs voyages à l'aide d'une app sur leur smartphone.**

l'accès aux transports. Cet aspect est d'autant plus intéressant qu'aujourd'hui les aînés utilisent massivement Internet: 70,1% des seniors suisses le font régulièrement, selon l'étude « Digital Seniors ». Aussi le présent article se concentre-t-il sur les technologies en lien avec les transports publics, leur usage étant bien établi dans le quotidien des seniors.

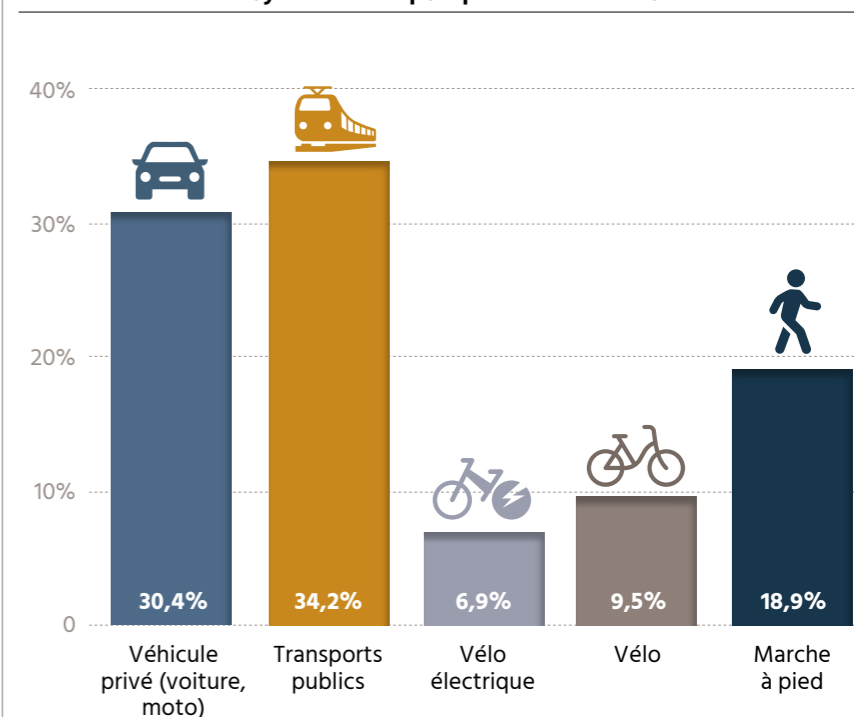
## Différences régionales: les Alémaniques circulent davantage à vélo

Les seniors interrogés représentent une population très active en termes de mobilité – 90% effectuent des déplacements hors domicile tous les jours – et ils constituent une part d'usagers très importante des moyens de transport en Suisse. Les transports publics (34%) et la voiture (30%) sont leurs moyens de transport préférés, suivis par les déplacements à pied (19%), le vélo (9%) et le vélo électrique (7%). Il existe cependant un clivage entre les habitudes des Suisses alémaniques et des Suisses romands ou italophones. Pour les premiers, les déplacements en transports publics, à vélo et à vélo électrique sont supérieurs à la moyenne nationale, alors que pour les seconds la tendance est opposée avec une préférence pour les déplacements en voiture et à pied.

## Planifier les trajets à l'aide d'Internet

Les seniors interrogés font un usage actif des technologies de gestion des déplacements, telles les applications des entreprises de transport ou les applications de calcul d'itinéraire. La plupart planifient leurs déplacements en transports publics à l'aide d'une

Moyens de transport préférés des seniors



**1418 personnes âgées de 64 à 94 ans ont répondu à des questions sur leurs habitudes de mobilité.**

application (44%) ou sur le site Internet (43%) de l'entreprise de transport. Ils ne sont que 13% à utiliser un horaire papier. La popularité et la facilité d'utilisation dépendent toutefois de l'outil considéré. Une majorité de seniors interrogés trouve que la consultation des horaires en ligne (86%) est facile, tout comme l'achat de titres de transport sur Internet depuis un poste fixe (63%) ou leur achat à l'automate (62%). Au contraire, l'achat de billets par SMS (80%) et l'achat avec l'application pour smartphone (57%) sont considérés comme plus difficiles, ou du moins les personnes interrogées n'utilisent pas ces méthodes d'achat. Alors même que – il convient de le souligner – la diffusion en ligne du sondage avait privilégié un profil de répondants familiers avec Internet.



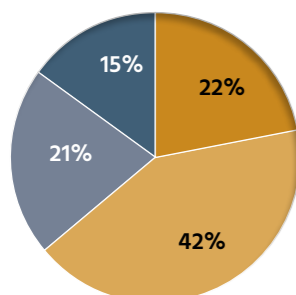
### Conférences en ligne...

...organisées par le senior-lab dans le cadre de la Semaine européenne de la mobilité (du 16 au 22 septembre 2021). Le programme et d'autres informations suivront sous: [www.senior-lab.ch](http://www.senior-lab.ch).

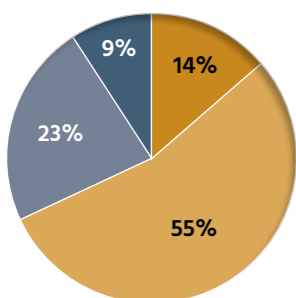


**Perception des déplacements en voiture**

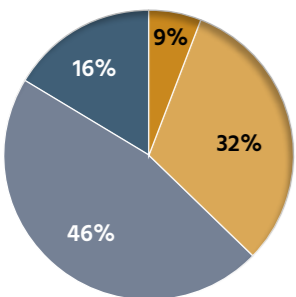
Conduire une voiture me procure un sentiment de liberté



Je me sens en sécurité en conduisant une voiture



La cohabitation avec les autres usagers de la route est facile

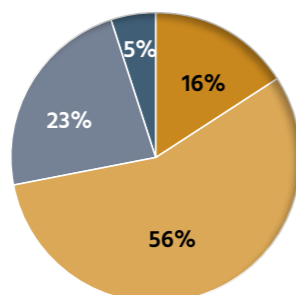


■ Tout à fait d'accord  
■ D'accord  
■ Pas d'accord  
■ Pas du tout d'accord

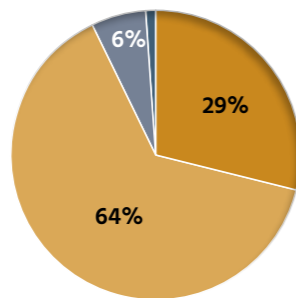


**Perception des déplacements en transports publics (TP)**

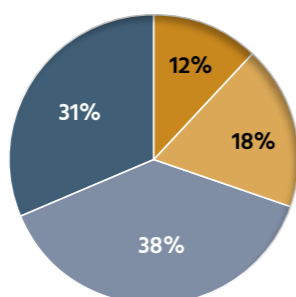
Prendre les TP me procure un sentiment de liberté



Je me sens en sécurité dans les TP



Si je ne pouvais plus prendre les TP, je serais obligé-e de déménager



■ Tout à fait d'accord  
■ D'accord  
■ Pas d'accord  
■ Pas du tout d'accord

**Utilisation hybride des technologies**

Ces résultats suggèrent que les seniors gèrent leurs déplacements de façon hybride, avec d'une part un emploi assez généralisé d'Internet, pour la consultation des horaires et la planification des voyages, et d'autre part une préférence à acheter billets et abonnements à l'automate ou au guichet. Il faut s'en souvenir afin d'éviter toute fracture numérique liée à l'âge. À titre d'exemple, l'abolition annoncée des cartes journalières d'ici 2023 au profit des billets dégriffés – achetés uniquement sur Internet ou via une application spécifique – risque de limiter l'accès des seniors à l'offre des CFF. C'est d'autant plus délicat que 53 % des seniors interrogés affirment rencontrer des difficultés dans l'achat de billets dégriffés ou ne les utilisent pas. Pour favoriser la mobilité des seniors et leur assurer un accès égalitaire aux moyens de transports, il importe donc d'entrer dans une logique de décloisonnement et de développer des collaborations plus étroites entre les divers acteurs concernés (entreprises de transport, professionnels du vieillissement, associations d'ânés, collectivités publiques, etc.). Ce n'est qu'à condition de prendre d'emblée en compte – lors du développement de nouveaux services – la réalité, les besoins et les préoccupations des seniors que l'on créera des solutions qui soient réellement utiles et adoptées. ■



**Rafael Fink**

Sociologue, collaborateur scientifique de la Haute École de la Santé La Source, responsable des relations de la communauté senior-lab.  
✉ [r.fink@ecolelasource.ch](mailto:r.fink@ecolelasource.ch)



**Michelle Marbach**

MAS EPF en développement et coopération, Master en sciences de la terre. Cheffe de projet de rundum mobil.  
✉ [m.marbach@rundum-mobil.ch](mailto:m.marbach@rundum-mobil.ch)



**Delphine Roulet Schwab**

Dr. phil., psychologie, Professeure à l'Institut et Haute École de la Santé La Source (HES-SO) à Lausanne. Présidente de GERONTOLOGIE.CH, membre du groupe de pilotage du senior-lab.  
✉ [d.rouletschwab@ecolelasource.ch](mailto:d.rouletschwab@ecolelasource.ch)

ANNONCE

**Formation continue**

**Hes-so**  
Haute Ecole Spécialisée de Suisse occidentale  
Fachhochschule Westschweiz

**PROCHAINES ÉDITIONS 2021**

**MODULES** ÉVALUATION CLINIQUE SANTÉ MENTALE  
HANDICAP & VIEILLISSEMENT  
RÉSEAUX & PARTENARIAT  
OUTILS ET CONNAISSANCES POUR L'USAGE DES SAVOIRS SCIENTIFIQUES  
CONDUITE DE PROJETS  
MALTRAITANCE ENVERS LA PERSONNE ÂGÉE  
GOUVERNANCE DE PROJET DE SOINS & CASE-MANAGEMENT

**CAS** COORDINATION DES SOINS ET TRAVAIL EN RÉSEAU

**DAS** PROMOTION DE LA SANTÉ ET PRÉVENTION DANS LA COMMUNAUTÉ  
SANTÉ DES POPULATIONS VIEILLISSANTES

En savoir plus sur nos formations : [www.ecolelasource.ch](http://www.ecolelasource.ch)

**La Source.**  
Institut et Haute Ecole de la Santé  
[www.ecolelasource.ch](http://www.ecolelasource.ch)