



Rapport du projet

« Les Taupes des neiges 2020 »

Les conditions de marche en hiver à Ottawa



Document produit par : **Le Comité sur le potentiel piétonnier en fonction de l'âge et sur la sécurité des piétons**

Sous-comité du Comité du transport des aînés d'Ottawa

Table des matières

Introduction.....	3
À propos du rapport.....	3
Marcher dans une cité hivernale	4
Remerciements	5
La campagne des « Taupes des neiges »	7
L'historique	7
Pourquoi des « Taupes des neiges »?.....	7
Les deux premières années	8
La première année : 2016 - 2017	8
La deuxième année : 2018 - 2019	9
La troisième année : 2019 – 2020.....	12
Responsables des équipes communautaires de « Taupes des neiges 2020 »	13
La couverture médiatique et autres appuis	17
Ce qu'on a appris : Les principales conclusions des évaluations 2020	18
« Taupes des neiges 2020 » : Les six principales recommandations	20
Pour aller de l'avant	21
Conclusion	23
Annexes	
Annexe A : le questionnaire des « Taupes des neiges »	24
Annexe B : « Petits conseils pour la marche sécuritaire en hiver »	27

Introduction

« Quand la neige n'est pas retirée des accotements des routes, les piétons et les cyclistes doivent se déplacer dangereusement près des voitures qui circulent à grande vitesse. Dans les faits, je deviens prisonnier à domicile tout l'hiver.
Marcher dans ce secteur est impossible. »

~ Taupe de neige, 29 février 2020

À propos du rapport

Ce rapport décrit un programme spécial d'évaluation des conditions de marche hivernale à Ottawa qui encourage les aînés et autres citoyens à marcher en hiver et à rapporter les conditions d'accessibilité et de sécurité qui existent dans leur quartier.

Les « Taupes des neiges » sont des citoyens bénévoles qui évaluent les conditions de marche en hiver sur les trajets qu'ils empruntent habituellement pour se rendre à l'épicerie, au centre récréatif, à la bibliothèque ou tout autre lieu d'intérêt, ou simplement pour faire de l'exercice ou promener leur chien. Ils utilisent un questionnaire bilingue disponible en ligne, accessible sur téléphone intelligent et téléchargeable sous forme de document imprimé (voir Annexe A). La campagne des « Taupes des neiges » est organisée et mise en œuvre par le Comité sur le potentiel piétonnier en fonction de l'âge et sur la sécurité des piétons du Conseil sur le vieillissement d'Ottawa (CVO).

Ce rapport présente de l'information générale sur le projet « Taupes des neiges », un résumé des données recueillies et une analyse des principales constatations. Il est question des leçons qu'on a pu en tirer depuis trois ans. Il fournit aussi une série de recommandations pour améliorer les conditions de marche en hiver à Ottawa.

Les constatations du rapport 2020 confirment celles des rapports antérieurs et apportent de nouvelles considérations relatives aux exigences de distanciation sociale en contexte de crise sanitaire générée par le COVID 19.

Il semble évident qu'il y a un besoin urgent de se sensibiliser davantage aux conséquences et aux défis qu'entraînent les conditions hivernales à Ottawa pour les piétons – surtout pour les personnes âgées et les personnes devant se déplacer avec des

aides à la mobilité. Il ne faut pas tarder à mettre en pratique les recommandations pour améliorer l'accessibilité et la sécurité des piétons en hiver.

Vous trouverez en annexe le Questionnaire des "Taupes des neiges" – version 2020, ainsi que le feuillet des « Petits conseils pour la marche sécuritaire en hiver » produit en 2019.

Marcher dans une cité hivernale

Ottawa est une belle ville où il fait bon vivre au gré des quatre saisons, l'hiver étant la plus longue et la plus éprouvante pour les piétons. Il est souvent difficile, sinon impossible de se déplacer dans la neige, en cherchant à surmonter les accumulations ou à les contourner, si ce n'est les surfaces glacées, transformées en gadoue ou flaques d'eau ou obstruées par des bourrelets de neige créés par les niveleuses. Les variations rapides de la météo produisent des cycles de gel-dégel qui s'accompagnent de l'accumulation accrue de glace sur les trottoirs, les sentiers et les rues.

Les conditions hivernales peuvent rendre la marche hasardeuse – surtout pour les personnes âgées et celles qui doivent recourir à des aides à la mobilité.

Nous savons que des personnes âgées peuvent se cloisonner à domicile et s'isoler socialement pendant les mois d'hiver, par crainte de faire une chute sur la glace ou de ne pouvoir surmonter les bancs de neige. Les personnes en fauteuil roulant ou d'autres types d'aide à la mobilité, ainsi que les parents circulant avec des poussettes, doivent composer avec des trottoirs étroits et pentus, des bourrelets de neige et des rampes d'accès glacées.

Au cours d'une année normale, il peut y avoir de 500 à 600 visites par mois à l'urgence des hôpitaux locaux à la suite de chutes sur des voies enneigées ou glacées. Les personnes âgées sont aussi plus à risque d'être hospitalisées après une chute, avec des fractures ou autres blessures qui contribuent à une perte d'autonomie, à une fragilité accrue, à une crainte de marcher à l'extérieur, à un hébergement dans une résidence de soins de longue durée et même au décès prématuré.

Des bancs de neige trop élevés qui limitent la visibilité aux intersections représentent un grave danger pour tous les piétons, mais tout particulièrement pour ceux qui circulent en fauteuil roulant, ainsi que pour les enfants d'âge scolaire qui ne peuvent voir les voitures qui approchent. Ces bancs de neige sont aussi des obstacles dangereux pour les conducteurs, surtout aux intersections où la visibilité est restreinte.

L'importance de ce projet, qui incite les piétons à sensibiliser les autorités municipales et les membres de leur communauté au besoin urgent d'aménager des voies piétonnières plus accessibles et plus sécuritaires, repose sur la constatation du vieillissement de la population et des graves conséquences des variations météorologiques hivernales sur les infrastructures d'une cité hivernale comme Ottawa.

Remerciements

Nous tenons à remercier d'abord toutes les personnes qui ont agi comme « Taupes des neiges » à Ottawa et qui nous ont transmis leurs observations faites au cours d'une marche hivernale.

Cette année, nous avons pu compter sur 18 bénévoles, responsables d'équipes communautaires, qui ont su faire la promotion de la campagne et organiser des sorties de groupe dans divers milieux urbains et ruraux, ainsi que dans la banlieue, d'Ottawa. Nous adressons un merci tout spécial à ces responsables "Taupes des neiges", présentés sur la page 13 avec leur secteur d'activités.

Merci aussi aux membres bénévoles du Comité sur le potentiel piétonnier en fonction de l'âge et sur la sécurité des piétons pour leur engagement indéfectible dans ce projet : Dianne Breton (co-présidente), Miriam Levitt (co-présidente), Peggy Edwards, Karen Scott, John Woodhouse, Les Whitney, Alton Legault, Mary Gick, Bonnie Schroeder (directrice, Ottawa, ville-amie des aînés). Nous devons aussi souligner la précieuse contribution de représentant(e)s de la Ville d'Ottawa, Bryden Denyes (Travaux publics et Environnement), Anna Valliant et Sandra Majic (Direction de la Planification, de l'Infrastructure et du Développement économique), Joanne Veldman (Santé publique Ottawa) et Paula Bernal (La sécurité des routes à Ottawa).

Toute notre reconnaissance et notre gratitude à Alton Legault qui a fait la traduction française du rapport, ainsi que de tous les documents du projet « Taupes des neiges ».

Enfin, nous adressons un merci tout spécial à Ali Rezadeen, étudiant en Sciences de la santé à l'université Carleton, qui a accepté de travailler bénévolement avec le comité au niveau de la cueillette et de l'analyse des données. Il a produit des bilans hebdomadaires incluant la localisation cartographiée des évaluations reçues (pages 15 et 16). Il a aussi fourni un précieux rapport sommaire global à la fin de la campagne.

Le Comité sur le potentiel piétonnier en fonction de l'âge et sur la sécurité des piétons est un sous-comité du Comité du transport des aînés d'Ottawa du Conseil sur le vieillissement d'Ottawa (CVO). Le comité a comme objectif de conscientiser la population et de promouvoir l'amélioration des conditions de marche, d'accessibilité et de sécurité piétonnières pour toute personne, quel que soit son âge, mais tout particulièrement pour nos précieux piétons vulnérables - personnes âgées, enfants et ceux et celles qui doivent recourir à des aides à la mobilité (par exemple, des cannes, des déambulateurs et des fauteuils roulants). Le comité est l'un des premiers groupes au Canada (et peut-être dans le monde) à mener un exercice d'évaluation des conditions de marche hivernales pour les aînés.



La campagne des « Taupes des neiges »

L'historique

En 2015, le comité a développé un questionnaire d'*Évaluation des conditions d'accessibilité et de sécurité piétonnes pour les aînés en toute saison* et a effectué des évaluations toute saison dans quelques communautés ottaviennes en partenariat avec des groupes locaux et leurs associations communautaires (consulter www.coaottawa.ca/fr pour accéder au questionnaire et aux rapports d'évaluations effectuées). Il est rapidement devenu évident que la marche en hiver posait de grands défis pour les aînés et pour d'autres citoyens. Des enquêtes plus poussées étaient nécessaires afin de connaître davantage comment les piétons réagissaient face aux conditions hivernales auxquelles ils étaient confrontés à Ottawa. Ainsi est née la campagne des « Taupes des neiges ».

Pourquoi des « Taupes des neiges »?

Les taupes d'hiver (« taupes des neiges ») sont des animaux fouisseurs qui passent l'hiver sous la neige; c'est un nom approprié pour les piétons bénévoles qui s'aventurent sur des voies enneigées à la recherche de conditions d'accessibilité et de sécurité pendant les périodes froides de l'hiver. Wikipédia décrit aussi la taupe, dans le domaine policier, comme étant un agent secret qui se joint à une organisation afin de recueillir des preuves incriminantes sur ses activités afin de traduire les dirigeants en justice. Les « Taupes des neiges », bénévoles du Conseil sur le vieillissement d'Ottawa (CVO),

rapportent ce qu'ils observent lors de sorties hivernales afin de sensibiliser les autorités municipales et les membres de leur communauté à la nécessité d'apporter des changements dans la façon d'enlever la neige et la glace en hiver pour assurer la sécurité des piétons.



Des Taupes des neiges dans le Vieil Ottawa Sud

La campagne des « Taupes des neiges » : les objectifs

- Encourager les personnes âgées, les personnes à mobilité réduite, ainsi que tout autre personne intéressée, à faire une évaluation de leur expérience de marche en hiver à Ottawa, en Ontario.
- Sensibiliser la population en identifiant des sujets et des préoccupations communs à tous, mais surtout les conséquences de conditions de marche hivernale dangereuses pour le bien-être des personnes âgées.
- Mettre à profit les données recueillies afin de faire des recommandations aux autorités municipales et aux citoyen(ne)s sur des mesures à prendre pour rendre la marche en hiver plus accessible et plus sécuritaire pour les aînés et tout autre précieux piéton vulnérable.

« Lors d'une tempête, les déneigeuses de rue repassent après les déneigeuses de trottoirs et créent des accumulations de neige insurmontables aux intersections et passages piétonniers .»

~Taupe de neige, 25 janvier 2020

Les deux premières années

La première année : 2016 - 2017

Un premier outil, sous forme de petit questionnaire d'enquête, a été produit à l'automne 2016. On y trouvait des questions, rédigées en langage courant, portant sur l'accessibilité et la sécurité des piétons âgés lors de leurs déplacements sur les trottoirs, sentiers et rues sans trottoirs dans leur milieu.

Cet outil d'évaluation des conditions de marche hivernales a été utilisé au cours de l'hiver 2017. Les citoyens d'Ottawa ont été invités à devenir des « Taupes des neiges » et à rapporter leurs expériences. Le projet a débuté tardivement et a connu un succès limité au niveau des participants et des rapports reçus. Malgré tout, nous avons beaucoup appris sur les conditions de marche hivernales et le besoin pressant d'apporter des changements aux politiques de déneigement et de déglçage de la ville régies par les Normes d'entretien hivernal (NEH) de 2003. Les données recueillies au cours de la première campagne des « Taupes des neiges » a permis de faire des représentations de sensibilisation et ont été rendues publiques dans un rapport intitulé :

Walkability and Safe Streets for Seniors and Other Valuable Pedestrians – Progress Report 2017.

Ce qu'on a appris :

- Les « Taupes des neiges » ont recueilli des données importantes sur la marche en hiver dans leurs milieux.
- Alors que les voitures pouvaient circuler sur des chaussées dégagées, les “Taupes des neiges” ont rapporté devoir se déplacer à pied, dans des conditions dangereuses, sur des trottoirs glacés et souvent impraticables, surtout pour les personnes devant utiliser des aides à la mobilité.
- Plusieurs arrêts d'autobus étaient inaccessibles, obstrués par des bancs de neige et de glace.
- Les données et les recommandations transmises à la Ville par les « Taupes des neiges » lui ont été très utiles pour faire une première révision des Normes d'entretien hivernal (NEH) de 2003.

La deuxième année : 2018 - 2019

La Campagne des “Taupes des neiges” 2018-2019 a été officiellement lancée à la fin du mois de novembre 2018 lors d'une activité communautaire, en présence de nombreuses personnes, dans les locaux du Conseil sur le vieillissement d'Ottawa. Il y eut des exposés et une table ronde, ainsi que des tables d'information avec brochures sur des sujets pertinents. On y distribua aussi des feuillets d'information bilingues ainsi que le document bilingue « Petits conseils pour la marche sécuritaire en hiver », le tout disponible sur le site Internet du Conseil sur le vieillissement d'Ottawa (CVO).

Le questionnaire bilingue révisé était aussi disponible sur le site Internet du CVO, téléchargeable sur un téléphone intelligent en ayant recours au programme de sondage Monkey pour l'entrée des données, ou imprimable pour ceux qui désiraient les faire parvenir par écrit. Nous avons pu rejoindre plus de personnes grâce à des articles dans les médias locaux, à la collaboration de groupes locaux et associations communautaires, à des présentations faites auprès de clubs de marche et à l'invitation faite aux conseillers municipaux et aux membres de leur personnel d'y participer. Nous avons incité tout particulièrement les aînés, les enfants et les personnes devant utiliser des aides à la mobilité à devenir des « Taupes des neiges ».

La campagne s'est déroulée du 1^{er} janvier au 31 mars 2019. Les données étaient envoyées directement au bureau Ottawa – ville amie des aînés du CSV où une étudiante



Rapport du projet
« Les Taupes des neiges 2019 »
Les conditions de marche
en hiver à Ottawa



Document produit par :
Le Comité sur le potentiel piétonnier en fonction de l'âge et sur la
sécurité des piétons
Sous-comité du Comité du transport des aînés d'Ottawa



bénévole en sciences sociales de l'université Carleton les colligeaient et les analysaient hebdomadairement. L'analyse globale complétée fin mars, présentant les constatations générales, les données chiffrées, accompagnées de photos et de récits d'expériences personnelles, démontrait l'impact des conditions climatiques hivernales et des pratiques de déneigement sur les piétons partout dans la ville d'Ottawa. **Le Rapport du projet « Les Taupes des neiges 2019 » – Les conditions de marche en hiver à Ottawa** a été publié, dans les deux langues officielles, et rendu disponible sous forme de document imprimé ou en ligne sur le site Internet du CSV : www.coottawa.ca/fr

Couverture du rapport du projet “Les Taupes des neiges 2019”

Ce qu'on a appris :

- Les données des évaluations faites par les « Taupes des neiges » nous présentaient un portrait précis des défis et des dangers auxquels étaient confrontés les piétons d'Ottawa tout au cours de l'hiver et partout dans la ville.
- La plupart des “Taupes des neiges” en 2018-2019 étaient des aînés et des femmes
- 80% ont rapporté que les trottoirs étaient non sécuritaires
- Plusieurs trottoirs avaient « une surface inégale, recouverte d'une épaisse couche de glace »
- La plupart des citoyens âgés devaient chausser des crampons ou se servir de bâtons de marche pour se promener dans les secteurs résidentiels et sur les sentiers. Ils les considéraient comme « des aides à la mobilité indispensables. »
- Une « carte des points chauds » préparée par la Ville identifiait les secteurs requérant un déneigement/déglçage accru, comprenant les arrêts d'autobus, les zones scolaires, les centres communautaires, les résidences pour aînés, etc.

- Le Rapport du projet « Les Taupes des neiges 2019 » a présenté douze recommandations précises demandant une action immédiate. Les priorités identifiées étaient les suivantes :
 - Réviser et mettre à jour les Normes de qualité en matière d'entretien hivernal (2003) de la Ville d'Ottawa
 - Distinguer nettement l'entretien hivernal des routes de l'entretien hivernal des trottoirs.
 - Développer une approche « Priorité aux piétons » pour le déneigement des trottoirs en passant de la classe B (maintenu avec un couvert neigeux) à la classe A (maintenu entièrement dégagé) pour les trottoirs résidentiels très fréquentés ainsi que pour les trottoirs dans les secteurs prioritaires identifiés comme des points chauds.

L'hiver 2019 a été particulièrement long et rigoureux avec la présence d'une neige abondante depuis la mi-novembre 2018 jusqu'à la fin avril 2019. Les nombreux cycles de gel-dégel ont produit une accumulation de glace que les déneigeuses de trottoirs ne pouvaient enlever. Les changements climatiques ont eu un impact important sur la météo en hiver, créant un nouvel état normal de conditions hivernales extrêmes et imprévisibles. Les nouveaux défis soulevés par les conditions météorologiques ont fait ressortir de sérieux problèmes avec les activités d'entretien hivernal en rapport avec la sécurité des piétons.



Taupes des neiges en marche!

Problèmes de marche en hiver dépistés par des bénévoles

Projet Taupes des neiges

Un programme bilingue de vérification des conditions de marche hivernales mené à l'hiver 2019, par un comité du Conseil sur le vieillissement d'Ottawa.

Les objectifs du programme :

- Encourager les aînés, les personnes à mobilité réduite et autres citoyens à rapporter leurs expériences de marche en hiver à Ottawa, Ontario.
- Identifier les problèmes et préoccupations récurrents ainsi que l'impact des conditions de marche dangereuses sur le bien-être des aînés.
- Utiliser ces données pour faire des recommandations à la Ville et à la communauté.

De mon fauteuil roulant, je ne peux voir au-delà des bancs de neige aux intersections.
Taupes des neiges d'Ottawa

Méthodes

1. Création d'un questionnaire d'évaluation (imprimé et en ligne)
2. Partenariat avec des groupes communautaires
3. Production de rapports d'évaluation (seul ou en groupe) avec des Taupes des neiges bénévoles
4. Sensibilisation et promotion du projet Taupes des neiges auprès des conseillers et employés de la Ville.
5. Publication de petits conseils sur la marche en hiver
6. Couverture médiatique importante et variée.
7. Analyse des données recueillies
8. Recommandations faites à la Ville d'Ottawa

Résultats



Rapports transmis

191 Individus

Taupes des neiges

64% aînés



Rapports des Taupes des neiges

81% trottoirs et sentiers dangereux



en groupes

59

femmes

65%

avec aides à la mobilité

54% incapable de se rendre à destination ou à l'arrêt d'autobus en toute sécurité



total

255

avec aides à la mobilité

18%

Les bancs de neige, la neige et la glace rendaient la marche pénible

67%

Principaux défis

- Obligation de marcher dans la rue en raison des trottoirs et sentiers dangereux (surtout la glace).
- Inaccessibilité des passages piétonniers, des boudins de travers, des arrêts d'autobus et des casiers postaux.
- Obstruction des intersections et des voies menant aux parcs et centres communautaires.
- Recours nécessaire aux crampons, bâtons de marche et autres aides à la mobilité en raison des surfaces glacées.
- Chutes nombreuses et peur constante de chuter.
- Isolement accru des personnes à mobilité réduite et des aînés vulnérables incapables de sortir pour prendre une marche.



En janvier, j'ai fait une chute sur la rue Sparks; bien que dégagée de neige, c'était très glissant. J'ai fracturé mon bras en trois endroits; deux jours à l'hôpital et une opération qui a duré trois heures. J'ai connu une perte d'autonomie pendant quelques mois; annulation d'un voyage et vif sentiment que ma santé et ma mobilité étaient compromises.
Taupes des neiges d'Ottawa

Recommandations

- Prioriser la sécurité et accorder priorité aux piétons
- Mettre à jour les Normes de qualité en matière d'entretien hivernal (avec budget accru)
- Ajuster les pratiques de déneigement et déglacage aux nouvelles tendances météorologiques (gélodégel/neige) et aux besoins des piétons
- Améliorer les priorités de désaigement pour tous les trottoirs et sentiers. Maintenir entièrement dégagés les trottoirs résidentiels très fréquentés ainsi que ceux des secteurs désignés comme points chauds
- Devenir Taupes des neiges et faire la promotion de la marche sécuritaire en hiver

Une ville-amie des aînés doit rendre la marche hivernale sécuritaire et accessible pour les aînés et autres précieux piétons vulnérables.

Renseignez-vous


Rapport du projet: Les Taupes des neiges 2019
Petits conseils pour la marche sécuritaire en hiver
coottawa.ca/transportation

Tableau-affiche résumant le rapport 2019



La troisième année : 2019 – 2020


Cette année, la campagne des “Taupes des neiges” devait à nouveau se dérouler du début de janvier jusqu’à la fin de mars 2020. Le questionnaire bilingue a été révisé et mis à jour en maintenant la possibilité de transmettre les données via un téléphone intelligent ou de télécharger une copie imprimée. La fiche d’information a aussi été mise à jour et affichée en ligne sur le site Internet du CVO.

La campagne 2020 a été lancée au cours d’un événement communautaire bien réussi. « **En avant! avec les Taupes des neiges – Parlons de la marche hivernale à Ottawa** » a eu lieu le 4 décembre 2019 dans les locaux du Conseil sur le vieillissement d’Ottawa. On y présenta, en Powerpoint, les objectifs de la campagne des “Taupes des neiges” ainsi que les plans de déneigement de la Ville d’Ottawa pour 2020. Les membres du comité ont animé des groupes de discussion avec les participants, dans les deux langues officielles. Ceux-ci pouvaient aussi obtenir de l’information, des dépliants et des copies du **Rapport du projet « Les Taupes des neiges 2019 » – Les conditions de marche en hiver à Ottawa** à des tables d’information organisées par La sécurité des routes à Ottawa, Santé publique Ottawa et le Conseil sur le vieillissement d’Ottawa.



LES TAUPES DES NEIGES 2020

Une initiative de  The Council on Aging of Ottawa  Le Conseil sur le vieillissement d'Ottawa

 Age Friendly Ottawa  Ottawa ville - amie des aînés

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

Les Taupes des neiges sont des bénévoles qui font rapport sur leur expérience de se déplacer à pied en hiver à Ottawa. Les données ainsi recueillies permettront au Conseil sur le vieillissement d'Ottawa (CSV) de faire des recommandations aux autorités concernées.

Toute personne peut devenir une Taupe des neiges; nous cherchons surtout à recruter des aînés et des enfants, ainsi que des personnes qui ont recours à des aides à la mobilité (par exemple, des cannes, des déambulateurs ou des fauteuils roulants).

Il y a deux façons de devenir Taupe des neiges :

- 1. En agissant seul**

Choisissez une période de la journée où vous devez sortir (surtout après une intempérie comme de la neige ou du verglas) et une destination (par exemple, un arrêt d'autobus, un magasin, une école, une banque, un centre pour aînés, une bibliothèque).

Notez vos observations sur la fiche d'évaluation des Taupes des neiges, disponible du **1^{er} janvier au 31 mars 2020**.

Remplissez la fiche d'évaluation en ligne www.coaottawa.ca/fr/les-taupes-des-neiges ou remettez-la par courrier ou en personne au CSV, 1247 place Kilborn, Ottawa, ON K1H 6K9
- 2. En vous joignant à un groupe communautaire**

En 2020, divers groupes communautaires ont accepté de participer au projet des Taupes des neiges.

Allez-vous www.coaottawa.ca/fr/les-taupes-des-neiges pour trouver les noms des responsables locaux. Communiquez avec le **responsable local** pour connaître le calendrier des sorties.

N'oubliez pas de participer en famille et avec vos ami(e)s à la journée spéciale **Taupes des neiges/Jour de la marmotte**, dimanche, le **2 février prochain**.

Pour obtenir la fiche d'évaluation, allez à www.coaottawa.ca/fr/les-taupes-des-neiges
téléchargez et imprimez-la ou utilisez-la sur votre appareil mobile.

Pour en savoir plus, nous joindre à www.coaottawa.ca/fr/les-taupes-des-neiges
taupesdesneiges@coaottawa.ca ou 613-789-3577 poste 103

Il nous fait plaisir de vous accueillir au sein de l'équipe des Taupes des neiges ! Merci !

Prospectus pour la campagne « Taupes des neiges 2020 »

Responsables des équipes communautaires de « Taupes des neiges 2020 »

L'appel lancé pour recruter des bénévoles dans les diverses communautés à travers la ville, afin qu'ils contribuent à la campagne en incitant leurs amis, les membres de leur famille et de leurs réseaux de connaissances à devenir des « Taupes des neiges » et à faire des sorties d'évaluation seul ou en groupe, a connu un immense succès. Voici la liste des 18 personnes qui ont accepté d'agir à titre de responsable d'équipe communautaire.

- | | |
|-------------------------------------|-------------------------------------|
| 1. Vieil Ottawa Sud : Anna Cuylits | 10. Alta Vista : Bonnie Schroeder |
| 2. Vieil Ottawa Est : Dianne Breton | 11. New Edinburgh: Anne Moore |
| 3. Orléans: Alton Legault | 12. Fisher Heights : Jayne Belanger |
| 4. Centre-Ville : Miriam Levitt | 13. Kanata Nord : Julie Gourley |
| 5. Basse-Ville : John Woodhouse | 14. Kanata Sud : Annette Keough |
| 6. Nepean : Les Whitney | 15. Westboro : Sally Scott |
| 7. Hintonburg : Cheryl Parrott | 16. Elmvale : Rose Hunt |
| 8. Carp : Margaret Dunn | 17. Hunt Club : Gerry Green |
| 9. Alta Vista : Nicole Vanderveen | 18. Hunt Club : Rosemary Campbell |

Nous tenons à remercier ces responsables d'équipe communautaire pour leur travail. Grâce à leurs efforts, nous avons pu recueillir 199 rapports de « Taupes des neiges » en provenance de 195 sites différents à travers la Ville d'Ottawa pendant la durée de la campagne.

Cette année, le Conseil sur le vieillissement a reçu des rapports de « Taupes des neiges » du secteur rural de Carleton Ouest (Carp), en passant par le cœur d'Ottawa jusqu'aux limites d'Orléans dans l'est. Les rapports, remplis en ligne ou envoyés par courrier, ont été analysés hebdomadairement. Les données recueillies démontrent que les rapports des piétons sont très importants pour déceler des zones problématiques, tout en permettant aux citoyens, à travers la ville, de se faire entendre quand ils constatent des situations qui nécessitent des correctifs.

L'hiver 2020 a été moins éprouvant que l'année précédente; mais il a aussi connu sa part de tempêtes de neige, de cycles de gel-dégel et de trottoirs glacés. Des gens se sont plaint d'un manque d'épandage de sable et de sel, et parfois d'un mauvais épandage avec accumulation de sel au milieu des trottoirs et au coin des rues.

Vers la mi-mars, la campagne a dû suspendre ses activités avec l'arrivée de la pandémie COVID-19 et l'exigence d'assurer un isolement social. Les citoyens devant rester à la maison, la marche à pied devint le principal moyen de se déplacer et de faire de l'exercice. Les piétons devaient composer avec des amas de glace et des flaques d'eau sur les trottoirs et autres voies des secteurs résidentiels, surtout dans les vieux quartiers résidentiels où les trottoirs s'avéraient trop étroits pour respecter l'exigence de distanciation physique de 2 mètres. Dans l'avenir, il faudrait sans doute envisager l'aménagement de trottoirs et d'espaces piétonniers élargis, ce qui peut représenter un nouveau défi pour l'aménagement des infrastructures urbaines.

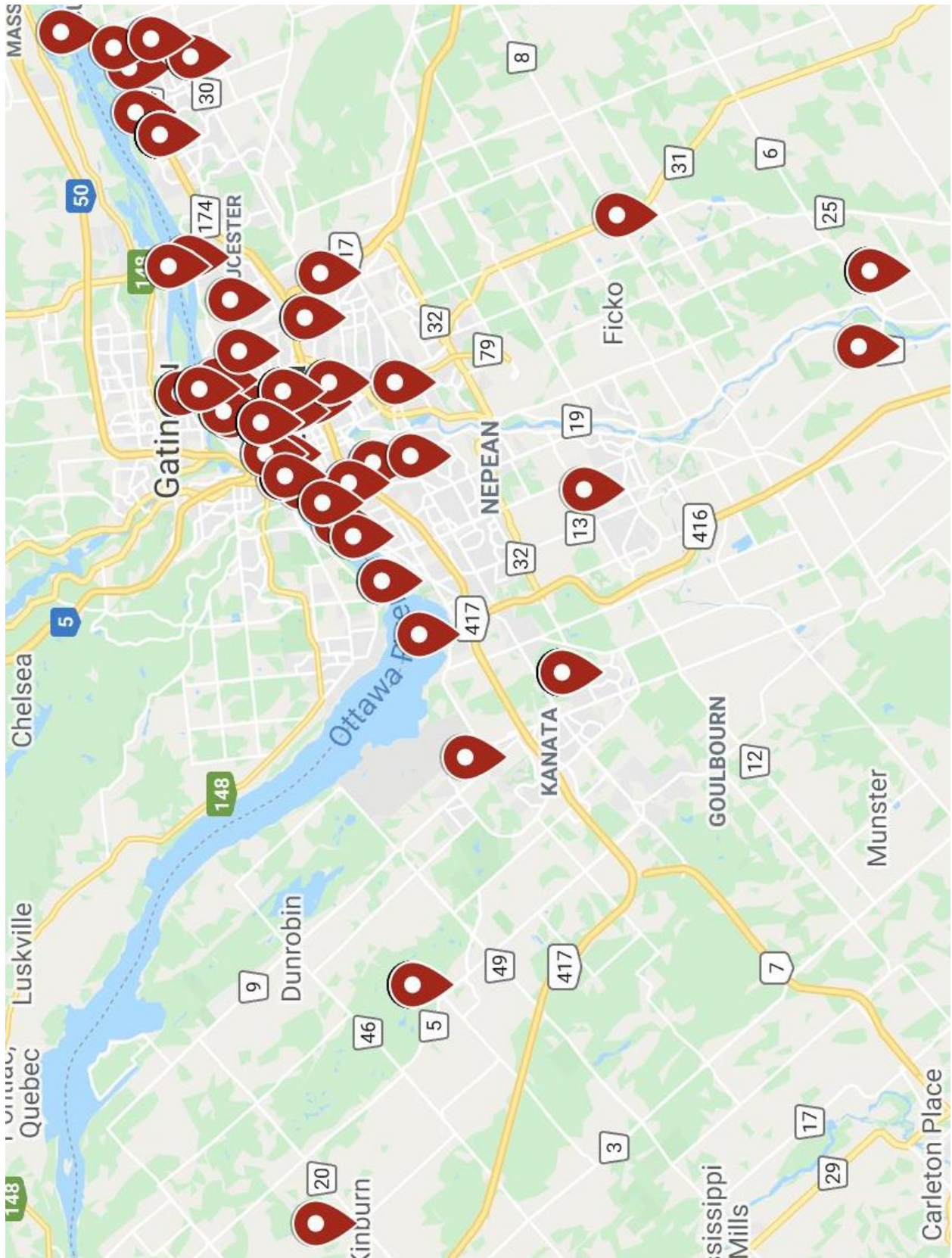


Trottoir mal déblayé

Les sites des évaluations ont été identifiés et regroupés en 11 grands secteurs : Ottawa Centre, Cumberland, Gloucester, Kanata, Nepean, canton d'Osgoode, Ottawa Est, Ottawa Sud, Ottawa Ouest, canton de Rideau et canton de Carleton Ouest. On a identifié 195 sites différents présentés dans les tableaux ci-dessous.

<p>Ottawa-Centre (Total: 75)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Marché By (2) • Centre-ville (31) • Glebe (2) • Plaines LeBreton (2) • Petite Italie (1) • Basse-ville (4) • Vieil Ottawa-Est (9) • Vieil Ottawa-Sud (23) • Côte-de-Sable (1) 	<p>Canton de Cumberland (Total: 10)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Avalon (4) • Fallingbrook (2) • Martins Corners (1) • Notting Hill (2) • Queenswood Heights (1) 	<p>Canton d'Osgoode (Total: 10)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Greely (1) • Osgoode (9)
<p>Gloucester (Total: 28)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beacon Hill (3) • Carson Grove (1) • Orléans (23) • Ramsayville (1) 	<p>Kanata (Total: 13)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beaverbrook (1) • Bridlewood (12) 	<p>Nepean (Total: 5)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Barrhaven (1) • Bayshore (1) • Fisher Glen (1) • Fisher Heights (2)
<p>Ottawa-Est (Total: 10)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lindenlea (4) • Overbrook (1) • Rockcliffe Park (4) • Vanier (1) 	<p>Ottawa-Sud (Total: 9)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Alta Vista (4) • Elmvale Acres (4) • Hunt Club Est (1) 	<p>Ottawa-Ouest (Total: 24)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Britannia (3) • Carlington (2) • Carlingwood (3) • Highland Park (1) • Hintonburg (10) • Mechanicsville (1) • Village Wellington (1) • Westboro (3)
<p>Canton de Rideau (Total: 1)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kars (1) 	<p>Canton de Carleton Ouest (Total: 10)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Carp (9) • Kinburn (1) 	

La localisation cartographiée des évaluations



La couverture médiatique et autres appuis

La campagne des « Taupes des neiges 2020 » a bénéficié d'une couverture positive dans les médias locaux et communautaires. Des conseillers municipaux et des membres du personnel de la Ville ont aussi apporté leur appui et participé aux sorties.

La promotion du projet des Taupes des neiges a été faite dans le bulletin INFO-FLASH du CSV, avec six articles bimensuels entre le 4 janvier et le 30 mars 2020, ainsi que sur Facebook (<https://www.facebook.com/coaottawa>)



LES TAUPES DES NEIGES 2020



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

Rejoindre l'équipe des « Taupes des neiges », dimanche 2 février!



Quatre journaux communautaires anglophones ont publié des articles soumis par des responsables locaux :

The Mainstreeter, Vieil Ottawa Est, le 28 avril 2020, « [The 2020 Snow Mole Campaign Aims For Safe Winter Walking](#) »

The OSCAR, Vieil Ottawa Sud, Mars 2020, « [The February 11 Snow Mole Audit](#) », page 5

Centretown Buzz, le 14 février 2020, « [Be a Snow Mole: help us root out winter walking problems in Centretown](#) »

Convent Glen-Orléans Wood Community Association, le 1er décembre 2019, « [Are you a walker? Join SNOW MOLES!](#) »

Dans le secteur d'Orléans, le conseiller Luloff (Orléans, # 1) a participé à une sortie communautaire. La conseillère Laura Dudas (Innes, #2) a aussi apporté son appui, mais n'a pu participer à une sortie prévue en raison de la pandémie. Des associations locales ont aussi transmis l'information sur leur site Internet et leurs réseaux sociaux, tout comme le MIFO qui a informé et invité ses membres à y participer via son Infolettre. Le journal local, *l'Orléanais*, a publié un article compréhensif et lancé l'invitation à y participer.

La campagne des « Taupes des neiges » du CSV a été présentée à deux événements consacrés au perfectionnement professionnel :

- La conférence de l'Association canadienne de gérontologie, octobre 2019
- Présentation avec tableau-affiche pour le programme gériatrique régional de l'Est de l'Ontario, novembre 2019

Ce qu'on a appris : Les principales conclusions des évaluations 2020

- Nombre de « Taupes des neiges » : 195 (84 % rapports individuels - 16 % rapports de sorties en groupe)
- 15% des rapports ont été produits en français; 85% en anglais

Les caractéristiques des « Taupes des neiges » :

- 64% étaient des aînés, âgés de 65 et plus; 22% étaient âgés de 45 ans à 64 ans, et 13% étaient âgés de 21 ans à 44 ans.
- 76% étaient des femmes
- 36% ont utilisé des crampons et 10% ont utilisé des bâtons de marche
- 9% ont utilisé des aides à la mobilité
- Plus de 80% ont pu se rendre à leur destination et revenir à domicile en toute sécurité

Les conditions hivernales rapportées :

- 69% ont rapporté que les trottoirs étaient glacés et glissants
- 48% ont jugé que les trottoirs n'étaient pas déneigés adéquatement
- 62% ont indiqué que les trottoirs n'étaient pas bien sablés ou salés
- 56% ont dû marcher sur la rue en l'absence de trottoir ou de sentier pédestre
- 15% ont signalé que l'arrêt d'autobus à proximité n'était pas accessible

« Je crois que la Ville doit veiller à assurer un meilleur entretien des trottoirs,
surtout pendant cette période de l'année »

~ Taupe de neige, 8 mars 2020

Les chutes :

- 68% ont affirmé que la crainte de faire une chute les a empêchés d'aller marcher dehors
- 51% ont rapporté avoir fait une chute lors de sorties en hiver au cours des deux dernières années

« La neige n'est pas la seule chose qui tombe en hiver ! »

~Taupe de neige, 2020



Trottoir glacé et dangereux

« Taupes des neiges 2020 »: Les six principales recommandations

1. **Prioriser** la sécurité des piétons dans les politiques de déneigement de la Ville en passant de la classe B (maintenu avec un couvert neigeux) à la classe A (maintenu entièrement dégagé) pour les trottoirs résidentiels très fréquentés.
2. **Veiller** à ce que la formation annuelle des personnes affectées à l'entretien des trottoirs inclut une attention toute spéciale aux problèmes reliés à la sécurité des piétons en hiver (tout spécialement les aînés, ceux qui utilisent des aides à la mobilité et les enfants).
3. **Procéder** à l'enlèvement des bancs de neige dans les rues résidentielles avant qu'ils ne deviennent dangereux pour les piétons et avant qu'ils ne se transforment, par un cycle de dégel-gel, en un amas de glace difficile à éliminer et très dangereux pour les piétons.
4. **Bien déneiger** les trottoirs et sentiers donnant accès aux arrêts d'autobus, les coins, les boutons et les bordures donnant accès aux passages piétonniers, les rues résidentielles donnant accès aux voies piétonnières.
5. **Mettre** en place des mesures correctives pour régler les problèmes d'accumulation de glace créés par les cycles de gel-dégel, ainsi que par des pratiques de déneigement inappropriées (par exemple : cartographier la localisation des égouts par quartier et veiller à ce que les égouts soient dégagés en tout temps).
6. **Améliorer** l'accès sécuritaire aux parcs de la ville tout au cours de la saison hivernale.

Pour aller de l'avant

Les Normes de qualité en matière d'entretien hivernal (NQMEH) de la Ville d'Ottawa

Le Service des travaux publics et de l'environnement de la Ville d'Ottawa a la responsabilité des travaux d'entretien hivernal selon les orientations stratégiques définies dans le document de politique adopté par le conseil municipal en 2003, *Les normes de qualité en matière d'entretien hivernal (NQMEH)*.

Le Service des travaux publics – Opérations d'entretien hivernal (OEH) est bien conscient de la nécessité de revoir et de mettre à jour ce document de politique; il a déjà trouvé, au cours des trois dernières années, une façon de répondre au besoin d'améliorer le déneigement et le déglacage des trottoirs en aménageant la politique actuelle pour accorder plus d'importance au déblaiement des trottoirs des quartiers résidentiels.

Le Comité des transports de la ville d'Ottawa a pris bonne note des requêtes croissantes des citoyens et des "Taupes des neiges" et ont adopté une résolution pour que le personnel entreprenne un examen en profondeur des opérations de déneigement pour la saison hivernale 2019-2020. La présente campagne des "Taupes des neiges" a permis de constater une certaine amélioration dans le nombre de déneigeuses de trottoirs, la coordination des opérations de déblaiement des trottoirs et des rues ainsi qu'une plus grande attention portée aux trottoirs locaux.

L'équipe des "Taupes des neiges" du Conseil sur le vieillissement d'Ottawa (CVO), ainsi que d'autres groupes de citoyens, ont fait, lors de réunions du Comité des transports, des représentations et des demandes de modifications budgétaires en rapport avec des recommandations précises et basées sur les faits visant l'adoption par le conseil municipal d'une mise à jour de la politique des Normes de qualité en matière d'entretien hivernal (NQMEH) de la Ville d'Ottawa.



Voie piétonne non-dégagée

Dans le Bulletin de quartier Capitale de février, le conseiller Shawn Menard a publié le document « *Getting Around in Winter: Winter Operation & Snow Clearing Report* ». Il y présente les principales modifications à apporter à la politique NQMEH, ainsi que la liste des éléments à prioriser dans une politique et une pratique de déneigement : l'accessibilité, l'équité, la viabilité et la résilience face aux changements climatiques pour qu'on ait une ville en santé où il fasse bon vivre ». Nous sommes d'accord, à condition d'y ajouter « une ville-amie des aînés ». Le rapport propose aussi que la ville « considère sérieusement les propositions des citoyens. »

Le processus de révision de la politique NQMEH est en cours et devrait être terminé en temps pour l'adoption du budget par le conseil municipal en 2021. De l'avis du personnel de la ville, la mise en oeuvre de la nouvelle politique devrait se faire au cours de l'hiver 2022-2023. Entretemps, l'équipe des « Taupes des neiges » du CVO, en collaboration avec le Service des travaux publics de de l'environnement continueront à cueillir des données rapportées par les piétons à Ottawa et démontrant l'urgence d'assurer des conditions de marche sécuritaires en hiver.



Un sentier pédestre enneigé non-dégagé

Conclusion

Le projet des “Taupes des neiges” du CVO et la campagne 2020 a permis aux piétons d’Ottawa, surtout les aînés, souvent méconnus, de s’exprimer clairement au sujet des défis auxquels ils sont confrontés lorsqu’ils sortent l’hiver. Les données recueillies à travers Ottawa démontrent clairement que des changements précis doivent être apportés aux normes de déneigement existantes. Les changements climatiques se manifestent plus vite que prévus avec des conséquences inconnues en termes de variations extrêmes dans les conditions météorologiques hivernales, rendant la vie des piétons plus difficile.

Ottawa est une cité hivernale, La sécurité des piétons doit être clairement priorisée, surtout celle des plus vulnérables qui craignent de sortir l’hiver et de faire une chute sur des trottoirs et des rues glacées. On doit prioriser d’urgence la sécurité sur les trottoirs, ainsi que sur les sentiers et les rues où il n’existe pas de trottoirs.

Il reste beaucoup à faire pour qu’Ottawa devienne vraiment une ville-amie des aînés qui permette la marche hivernale sécuritaire et agréable pour les personnes de tout âge. Passer à l’action en adoptant les recommandations présentées dans ce rapport est une façon de garantir des changements positifs qui rendront notre cité hivernale à la fois accessible et sécuritaire pour les piétons en toutes saisons.

The Council
on Aging
of Ottawa



Le Conseil sur
le vieillissement
d’Ottawa

Age
Friendly
Ottawa



Ottawa
ville - amie
des aînés

MERCI !
LES TAUPES
DES NEIGES 2020



Annexe A : le questionnaire des « Taupes des neiges »



Questionnaire pour TAUPES DES NEIGES 2020

Évaluation des conditions de marche hivernales pour aînés et autres précieux citoyens vulnérables en termes d'accessibilité et de sécurité

Devenez **TAUPE DES NEIGES** et transmettez une évaluation des conditions de marche en hiver. Les **TAUPES DES NEIGES** sont des bénévoles qui rapportent leur expérience de marche hivernale.

A. Instructions pour les TAUPES DES NEIGES à Ottawa

1. **Choisissez un moment** où vous devez sortir, pour faire une course ou par simple plaisir, surtout un jour ou deux après une intempérie (neige abondante, verglas, etc.).
2. **Choisissez une destination coutumière** (p. ex. école, épicerie, pharmacie, banque, arrêt d'autobus, etc.), **ou un parcours d'exercice ou de randonnée d'agrément.**
3. **Utilisez** le questionnaire pour Taupes des neiges. Ajoutez-y des photos, au besoin!
4. **Remplissez** le questionnaire en ligne (www.coaottawa.ca/fr/les-taupes-des-neiges) ou déposez-le auprès de : Le Conseil sur le vieillissement d'Ottawa, 1247, place Kilborn, Ottawa, K1H 6K9.

B. Questions sur votre marche hivernale (Cochez et complétez, selon le cas)

Date (jj/mm/aaaa) : _____ Heure : _____

Sortie : individuelle _____ en groupe _____

Enfants présents ? Oui _____ Non _____ Avec poussette ? Oui _____ Non _____

Indiquez le moment de la dernière intempérie (p. ex. neige, verglas) :

A) En cours _____ B) Aujourd'hui _____ C) Hier _____ D) Avant-hier _____ E) Plus de 2 jours _____

Commentaires : _____

Lieu de la marche (ville et secteur – p. ex. Ottawa, Orléans) _____

Indiquez le quartier, selon le cas (p. ex. no 2, Innes) _____

Noms des rues principales du trajet : _____

Noms des rues secondaires du trajet : _____

C. Questions à votre sujet (Cochez et complétez, selon le cas)

Âge : 75 et plus _____ 65-74 _____ 45-64 _____ 21-44 _____ 13-20 _____ 1-12 _____

Femme _____ Homme _____

J'utilise une aide à la mobilité (p. ex. canne, marchette, fauteuil roulant) : Oui _____ Non _____

J'utilise des crampons : Oui ___ Non ___ ; des bâtons de marche : Oui ___ Non ___

Commentaires : _____

Annexe A : le questionnaire des « Taupes des neiges »

D. Liste de contrôle pour Taupes des neiges : (Cochez et commentez, selon le cas)

1. Il y a des **trottoirs** sur votre trajet ? Oui Non

Si oui, sont-ils :

a) Accessibles pour circuler en toute sécurité ? Oui Non

b) Glacés et glissants ? Oui Non

c) Bien déneigés ? Oui Non

d) Bien recouverts de sable ou de sel ? Oui Non

e) La neige envoyée sur le trottoir par des chasse-neige ou des souffleuses à neige entrave-t-elle la marche?

Oui Non

Commentaires : _____

2. Il y a des **sentiers, des voies ou des passerelles piétonnes** sur votre trajet? Oui Non

Si oui, sont-ils :

a) Accessibles pour circuler en toute sécurité ? Oui Non

b) Glacés et glissants ? Oui Non

c) Bien déneigés ? Oui Non

d) Bien recouverts de sable ou de sel ? Oui Non

Commentaires : _____

3. Vous empruntez des **voies publiques et des rues** sur votre trajet ? Oui Non

Si oui, sont-elles :

a) Accessibles pour circuler en toute sécurité ? Oui Non

b) Glacées et glissantes ? Oui Non

c) Bien déneigées ? Oui Non

d) Bien recouvertes de sable ou de sel ? Oui Non

Commentaires : _____

4. Il y a des **passages pour piétons** sur votre trajet ? Oui Non

Si oui, sont-ils :

a) Accessibles pour circuler en toute sécurité ? Oui Non

b) Glacés et glissants ? Oui Non

c) Bien déneigés ? Oui Non

d) Bien recouverts de sable ou de sel ? Oui Non

Commentaires : _____

Annexe A : le questionnaire des « Taupes des neiges »

5. Les **bancs de neige** vous arrivent-ils sous la taille ?

Oui ____ Non ____ Ne s'applique pas ____

Commentaires : _____

6. Les **intersections** sur votre trajet peuvent-elles être traversées facilement en toute sécurité? Munies de boutons-poussoirs accessibles?

Oui ____ Non ____ Ne s'applique pas ____

Commentaires : _____

7. La zone **d'arrêt d'autobus/transport urbain** à proximité est accessible ? (i.e., bien dégagée de neige et de glace, sans obstruction à l'opération de la rampe pour aides à la mobilité).

Oui ____ Non ____ Sans avis ____ Pas d'arrêt d'autobus/transport urbain sur le trajet _____

Commentaires : _____

8. Les **bancs publics** sur votre trajet (y inclus aux arrêts d'autobus) sont bien dégagés de neige et de glace?

Oui ____ Non ____ Pas de bancs publics sur mon trajet _____

Commentaires : _____

9. Êtes-vous capable de vous rendre à destination et **de revenir de façon sécuritaire** ?

Oui ____ Non ____ Dans la négative, précisez pourquoi ?

Commentaires : _____

10. Avez-vous **fait une chute lors d'une marche hivernale** au cours des deux dernières années ?

(Ne pas répondre à cette question si vous y avez répondu au cours d'un rapport précédent cette année.)

Oui ____ Non ____

Si oui, avez-vous eu recours aux services d'urgence d'un hôpital? Oui ____ Non ____

Commentaires : _____

11. **La crainte de faire une chute** vous empêche-t-elle parfois de sortir en hiver ? Oui ____ Non ____

Commentaires : _____

12. Avez-vous **d'autres préoccupations relatives à la sécurité** ou **d'autres commentaires** ?

Pour soumettre des photos, transmettez-les à taupesdesneiges@coa.ottawa.ca ou télécharger sur www.coaottawa.ca/fr/les-taupes-des-neiges/

Veillez signaler à la Ville d'Ottawa tout danger ou problème nécessitant une attention immédiate en composant le 3-1-1.

Merci de faire partie de l'équipe des Taupes des neiges et de retourner ce questionnaire dûment rempli sur l'accessibilité et la sécurité des piétons en hiver.

Annexe B : « Petits conseils pour la marche sécuritaire en hiver »

PETITS CONSEILS

The Council
on Aging
of Ottawa



Le Conseil sur
le vieillissement
d'Ottawa

Petits conseils pour la marche sécuritaire en hiver

Prendre une marche en hiver – quoi de mieux pour apprécier les beautés de la nature et faire de l'exercice pour se garder en bonne santé. Par contre, sortir en hiver peut présenter plusieurs défis. Les surfaces enneigées ou glacées peuvent être des obstacles majeurs et des dangers pour les piétons, tout spécialement les personnes âgées et celles qui ont recours à des aides à la mobilité. Une chute peut produire non seulement une douloureuse blessure mais parfois avoir des conséquences durables, comme une douleur chronique ou une blessure grave qui peut représenter une certaine perte d'autonomie. La crainte d'une nouvelle chute peut aussi nous amener à adopter un style de vie moins active, à s'isoler en craignant de sortir de chez soi.

Que l'on fasse une sortie de marche par simple plaisir, pour promener son chien ou pour se rendre en un lieu de services, il est important d'être prudent. Voici quelques petits conseils pour une marche plus sécuritaire en hiver.

1 Planifiez votre sortie.

Vérifiez la météo avant de partir. Pensez à votre trajet. Habillez-vous convenablement. Pensez à vous faire accompagner. Accordez-vous le temps nécessaire pour pouvoir vous déplacer sans vous sentir pressé.



2 Chaussez une bonne paire de bottes d'hiver.

Pour assurer une démarche stable et bien au chaud, recherchez les qualités suivantes : légères, bien isolées, imperméabilisées avec une semelle épaisse antidérapante en caoutchouc naturel et de larges talons plats.



3 Pensez à porter des crampons à glace si vous devez marcher sur de la neige tassée ou de la glace. Procurez-vous des crampons qui peuvent être facilement attachés et enlevés de vos bottes (ou gardez une paire de bottes avec crampons pour la marche à l'extérieur). Les crampons deviennent glissants et représentent un risque de chute quand on les porte à l'intérieur ou sur des surfaces polies, comme des pierres, des tuiles, la céramique. Il faut donc les enlever avant de s'y aventurer.



Annexe B : « Petits conseils pour la marche sécuritaire en hiver »

4 Utilisez les moyens d'aide à une marche sécuritaire. Servez-vous des mains courantes lorsqu'elles sont disponibles. Appuyez-vous sur le cadre de porte lorsque vous entrez ou sortez d'une voiture. Le recours à des bâtons de marche nordique avec embouts adaptés aux surfaces glacées peut aussi être utile. Il est recommandé de s'informer au préalable sur la bonne façon d'utiliser ces bâtons.



5 Soyez vigilant en tout temps. Par temps froid, soyez prudent lorsque vous percevez sur votre parcours des zones qui paraissent noires et mouillées; il faut les considérer comme des surfaces glacées et glissantes.

6 Évitez les surfaces glacées. Lorsque vous croisez un trottoir ou une entrée de cour enneigés ou glacés, surtout sur une pente, déplacez-vous sur les côtés pour une meilleure traction.

7 Recherchez une démarche stable. Si vous devez vous déplacer sur une surface glacée, adoptez la démarche du pingouin : les pieds pointés vers l'extérieur et le corps porté légèrement vers l'avant pour améliorer votre centre de gravité. En tamponnant le sol de plein pied, et non sur les orteils, vous pouvez casser une surface croûtée et réduire votre vitesse de déplacement. Gardez les jambes détendues et les genoux assouplis. Ces mesures contribuent à ce que votre centre de gravité soit plus près du sol pour une démarche plus stable.

8 Gardez votre équilibre en tout temps. La meilleure façon de maintenir son équilibre est de marcher les bras ballants. Portez des gants et évitez de marcher les mains dans les poches.

9 Marchez sur les voies appropriées, les sentiers et les trottoirs qui sont entretenus. Il est risqué de prendre des raccourcis en traversant des amas de neige et autres surfaces gelées.



10 Épandez du sel ou du sable dans votre entrée de cour, sur le trottoir et les marches d'entrée. Utilisez les bacs de gravillon placés dans les endroits publics.

Appelez au 3-1-1 pour rapporter des conditions dangereuses pour les piétons

Devenez une 'Taupe des neiges' et aidez-nous à faire le bilan des conditions de marche en hiver à Ottawa. Allez au www.coaottawa.ca/fr/les-taupes-des-neiges pour de plus de amples renseignements et pour accéder à la fiche d'évaluation que vous pouvez remplir en ligne, facilement et en peu de temps.



 www.coaottawa.ca  /COA_Ottawa
 /coaottawa  613-789-3577
 snowmoles@coaottawa.ca

© janvier 2019, Le Comité sur le potentiel piétonnier en fonction de l'âge et sur la sécurité des piétons, Le Conseil sur le vieillissement d'Ottawa



Pour obtenir des exemplaires supplémentaires *du Rapport du projet*

« *Les Taupes des neiges 2020* », veuillez communiquer avec

**The Council
on Aging
of Ottawa**



**Le Conseil sur
le vieillissement
d'Ottawa**

613.789.3577

coa@coaottawa.ca

www.coaottawa.ca