



Accompagner son proche dans la sécurisation de son logement



Pourquoi et comment réaménager son logement ?

Les pathologies liées au vieillissement peuvent entraîner une perte d'autonomie dans la vie quotidienne. Il est toutefois souvent possible de continuer à vivre dans son domicile malgré les handicaps. Différents aménagements du cadre de vie peuvent apporter plus de confort, éviter les accidents domestiques et favoriser le maintien à domicile. Une gamme très variée d'aides et d'équipements existent pour rendre son logement plus sécurisant et plus adapté.

Quel intérêt pour les personnes accompagnées ?

Pouvoir vivre chez soi le plus longtemps possible est le souhait de la grande majorité des personnes. Permettre à un proche de rester le plus longtemps possible dans son lieu de vie avec ses meubles, c'est lui procurer une forme de tranquillité et de stabilité malgré les changements dus à ses difficultés. C'est l'assurance que ses habitudes de vie, son voisinage, ses activités sociales et culturelles ne seront pas brusquement rompues. Préserver l'ensemble de ses liens affectifs en réalisant les aménagements nécessaires à son bien-être est un paramètre important pour lui apporter un équilibre et l'aider à traverser les difficultés.

Quel intérêt pour les aidants ?

Dans ces moments qui bouleversent l'équilibre familial, les aménagements réalisés dans le logement d'un proche aident à garantir qu'il n'encourt pas de danger dans son domicile et qu'il s'y sent bien.

À quel professionnel demander de l'aide ?

L'**ergothérapeute** travaille en synergie avec les autres professionnels de santé. Il propose des solutions pour permettre de conserver son autonomie dans sa vie quotidienne.

- En fonction des besoins, il peut conseiller des aides techniques, des assistances technologiques, faire essayer le matériel à la personne et à ceux qui l'accompagnent et guider chacun dans l'utilisation de ces nouveaux outils. Cette intervention est individualisée. Elle est construite à partir d'un bilan des capacités de la personne, en tenant compte de son environnement et de ses habitudes de vie.
- L'ergothérapeute travaille aussi à rendre le domicile accessible. Si l'on souhaite réaliser des aménagements, il fait d'abord une évaluation globale des besoins sur l'ensemble du lieu de vie et des parties communes. Puis il rédige une description des besoins fonctionnels et formule des recommandations pour les artisans qui interviendront.



Comment en parler avec la personne accompagnée ?

Si elle est en situation de vulnérabilité, il peut être difficile pour la personne de prendre des décisions et d'accepter d'effectuer des changements dans son domicile. Il est important de réfléchir avec elle aux solutions pour son bien-être en sollicitant l'aide de professionnels afin d'exposer clairement les avantages à réaliser les modifications nécessaires, dans le but d'améliorer sa qualité de vie et de faciliter son maintien à domicile.

Quelles solutions choisir ?

De nombreux équipements sont conçus pour compenser les différents handicaps que rencontrent les personnes dans leur quotidien. Des installations sont possibles pour rendre le logement plus adapté et plus sécurisant. Que l'on soit propriétaire ou locataire, des aides financières (voir encadré page suivante) existent pour adapter son logement.

Des outils pour sécuriser le logement :

- Pour éviter les chutes, il est possible d'adapter l'éclairage avec un chemin lumineux, d'installer une douche à l'italienne, de disposer des nez de marches et des revêtement antidérapants dans

les escaliers et au sol, ou encore d'installer des détecteurs de présence automatiques pour actionner l'éclairage des pièces.

- Pour éviter les incendies, la pose de détecteurs de fumée est obligatoire dans toutes les pièces de la maison.
- La téléassistance permet de sécuriser les personnes âgées qui vivent seules chez elles. En cas de problème (chute, malaise...), la personne peut contacter une plateforme téléphonique joignable 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7 en appuyant sur un médaillon ou une montre portée en permanence. Selon le degré d'urgence de la situation, un proche est contacté ou une intervention est déclenchée pour porter assistance à la personne.

Des aménagements pour faciliter la mobilité et les gestes du quotidien :

- Pour aider la personne à rester autonome au quotidien, il est par exemple possible d'installer des volets roulants automatisés, des WC surélevés ou un siège de douche mural.
- Suivant le degré de perte de mobilité de la personne, il est possible de la munir d'un fauteuil roulant, d'un déambulateur ou de cannes ergonomiques pour se déplacer dans sa maison.
- Si son logement comporte plusieurs étages, on peut installer un monte-escalier ou une plateforme élévatrice.
- Si elle a besoin d'aide pour passer du lit au fauteuil, on peut installer un lève-personne ou une barre d'appui.

Où se renseigner sur les solutions d'aménagements du logement ?

- Sur le site du gouvernement : www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/preserver-son-autonomie-s-informer-et-anticiper/amenager-son-logement-et-sequiper/amenager-son-logement
- Dans les centres d'information sur les aides techniques (**CICAT**) de votre territoire : www.cep-cicat.com
- En regardant les vidéos des **Centres d'expertise nationale sur les aides techniques** : www.infotechno.org
- En regardant les vidéos sur l'adaptation du logement sur le site des **caisses de retraite** : www.pourbienvieillir.fr/adapter-votre-piece-a-vivre

Quelles aides financières pour les aménagements du domicile ?

- L'allocation personnalisée d'autonomie (**APA**) peut être utilisée pour financer du matériel adapté : <https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/vivre-a-domicile/aides-financieres/lapa-domicile>
- Les **mutuelles et des caisses de retraite complémentaires** financent certains outils : www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/vivre-a-domicile/aides-financieres/les-aides-des-caisses-de-retraite
- L'**assurance maladie** rembourse certains produits, à discuter avec le **médecin traitant**.

Comment être identifié comme aidant en cas de problème ?

- En cas d'accident, la « **carte d'urgence de l'aidant** » mise en place par l'association française des aidants permet aux secours d'être informés du rôle d'aidant assuré par la personne et ainsi d'organiser l'accompagnement du proche aidé en cas d'indisponibilité de l'aidant.
www.aidants.fr/sites/default/files/public/Pictos/depliant_carte_urgence_de_laidant_web.pdf

Comment bénéficier d'un accompagnement en tant qu'aidant ?

- Pour les aider à protéger leur santé et leur bien-être, il est recommandé aux aidants de parler de leur situation à leur **médecin traitant**.
- Il peut aussi être très utile de parler de ses difficultés quotidiennes d'aidant avec un **psychologue**.
- Pour se consacrer temporairement à l'accompagnement de leur proche, les aidants salariés ou indépendants peuvent bénéficier d'un **congé de proche aidant rémunéré** :
<https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/solutions-pour-les-aidants/travailler-et-aider-un-proche/le-conge-de-proche-aidant>

Proches Aidants

1 - Le rôle de proche aidant

Pour en savoir plus sur le rôle de proche aidant et découvrir d'autres aides disponibles, regardez nos 11 vidéos : www.infoaidants.org

<p>Marc, Lucien et la localisation d'un proche à distance</p>  <p>2 - La localisation d'un proche à distance</p>	<p>Mélanie, Rosalie et le Centre Communal d'Action Sociale</p>  <p>3 - Le Centre Communal d'Action Sociale</p>	<p>Clément et Jean-Pierre Le soutien des professionnels et d'autres aidants</p>  <p>4 - Le soutien des professionnels et d'autres aidants</p>	<p>César, Marie-Jeanne et l'hébergement temporaire</p>  <p>5 - L'hébergement temporaire</p>	<p>Sonia, Fatima et la rémunération d'un proche aidant</p>  <p>6 - La rémunération d'un proche aidant</p>
<p>Mélanie aide Rosalie à sécuriser sa maison</p>  <p>7 - La sécurisation de la maison</p>	<p>Sonia, aidante, consulte un psychologue à distance</p>  <p>8 - La consultation d'un psychologue à distance</p>	<p>Marc, proche aidant, utilise un cahier de liaison numérique</p>  <p>9 - Le cahier de liaison numérique</p>	<p>Clément aide Jean-Pierre à reprendre ses loisirs</p>  <p>10 - Aider à reprendre ses loisirs</p>	<p>Marie-Jeanne garde le contact avec ses proches</p>  <p>11 - Garder le contact avec ses proches</p>

Le projet InfoAidants vise à créer une série de vidéos et des fiches d'information sur le rôle d'aidant proche d'une personne âgée et les technologies d'assistance permettant de le faciliter. Ces contenus sont gratuits et neutres. Ils sont le fruit d'une collaboration entre les experts de l'Hôpital Broca et un groupe d'aidants et de professionnels de terrain.

Projet réalisé au Broca Living Lab par l'équipe du Pr. Anne-Sophie Rigaud, de l'Hôpital Broca (Assistance Publique - Hôpitaux de Paris).

Ont participé à la rédaction de cette fiche : Maribel Pino, Samuel Benveniste, Souad Damnée, Benoît Charlieux, Sébastien Dacunha, Nathaniel Emprin, Serge Reingewirtz, Fanny Capdessus, Romane Genty, Mathilde Pernuit. Illustrations et maquette : Juliette Coustère.

Pour en savoir plus sur le Broca Living Lab et, si vous le souhaitez, participer à l'élaboration de nos projets en tant qu'expert ou testeur, contactez-nous : contact@brocalivinglab.org

Projet soutenu par :

PRÉVOIR
Assureur Solutions Vie

MONDIAL ASSISTANCE

Région **île de France**