

**POUR
UN HABITAT
CONFORTABLE
ET SÉCURISÉ**

Guide

**SUR L'ADAPTATION
DES LOGEMENTS
SENIORS**





Pour la plupart d'entre nous, bien vieillir c'est avant tout vieillir chez soi. Or, au fil du temps, les risques au domicile peuvent être nombreux : sols ou tapis glissants, placards trop hauts, difficultés d'accès à la baignoire, marches à monter, problèmes d'éclairage... Autant de dangers auxquels des mesures simples et efficaces permettent de remédier. Certaines sont faciles à réaliser, d'autres demandent en revanche plus d'investissement. Ce guide vous propose de mieux les identifier et de pouvoir y remédier pour un confort de vie augmenté.

Ce guide a été conçu autour de trois grands objectifs :

- > vous permettre d'identifier pièce par pièce les points de vigilance et vous proposer des solutions simples et efficaces permettant de lever facilement les risques au sein de votre logement,**
- > vous aider à tester votre maison ou appartement avec quelques questions permettant rapidement de déterminer si le confort et la sécurité au sein de votre logement peuvent être améliorés,**
- > enfin, parce que les solutions simples sont parfois insuffisantes, ce guide vous propose de clarifier, au travers de trois situations réelles suivies par le Service Havrais d'Évaluation des Risques chez la Personne Âgée (SHERPA), le rôle des différents professionnels qui peuvent vous accompagner dans votre projet d'aménagement et d'adaptation de logement.**

Notons ici que ce guide a été conçu grâce à une démarche innovante de co-construction réunissant à la fois les acteurs du secteur médico-social, les professionnels du bâtiment et également des seniors et des aidants havrais sollicités dans le cadre du club utilisateur seniors. Ce travail collectif de co-conception permet aujourd'hui de proposer au sein du guide des informations toujours plus proches de vos préoccupations.

■ ■ ■ Sommaire



Les circulations
extérieures

4 > 7

Le jardin

8 > 11



L'entrée
12 > 15



Le séjour

16 > 19



La cuisine

20 > 23



Les escaliers

24 > 27

La chambre

28 > 31



La salle
de bains
32 > 37



Les toilettes

38 > 41



Et aussi... **42 > 64**

Le monte-escalier d'Andrée

44 > 47

La salle de bains de Jean

48 > 51

La rampe d'accès de Marie

52 > 55

Le jeu des 7 erreurs

56 > 59

TOP 5 Les aides
plébiscitées par le
Club utilisateurs seniors

60 > 64





Des marches sans main courante, c'est l'assurance de prendre des risques.

Une allée irrégulière, en gazon, en gravier ou avec un sol glissant peut être source de chute.



Les circulations extérieures **AVANT**



Un éclairage insuffisant peut cacher un obstacle sur le chemin menant à la porte d'entrée.

Testez votre logement

Je dois emprunter une ou plusieurs marches pour accéder à mon logement ?

L'allée qui mène à mon logement est bétonnée ou dallée ?

Des points d'éclairage sont présents depuis le portail jusqu'à la porte d'entrée ?



☐ OUI ☐ NON

☐ OUI ☐ NON

☐ OUI ☐ NON

Pour sécuriser vos marches, ayez trois bons réflexes :

- installez des mains courantes de chaque côté des marches,
- posez des nez-de-marches antidérapants,
- accentuez les contrastes des contremarches pour mieux les visualiser.



L'allée qui mène jusqu'à la porte d'entrée doit avoir un revêtement stable, uniforme et être dégagée en supprimant tous les obstacles gênants les déplacements. Attention aux feuilles et à la mousse qui peuvent la rendre glissante ! Il est donc important d'entretenir régulièrement vos espaces de déplacement.



Des circulations extérieures sûres
APRÈS



Une allée sécurisée est une allée bien éclairée. Pour ne plus avoir à y penser, il est possible d'automatiser l'éclairage très simplement et à moindre coût. Pour cela, il suffira d'installer un détecteur de mouvement sans fil qui puisse détecter les déplacements depuis la porte d'entrée et depuis le portail pour que l'allée soit éclairée dans un sens comme dans l'autre. Si vous avez des animaux domestiques, pensez à placer le détecteur au-dessus de 50 cm pour éviter le déclenchement à chaque passage d'animaux.

Aller plus loin avec l'ergothérapeute



Bien que sécurisées, les marches restent gênantes ? Il est possible de faire installer une rampe d'accès menant à la porte d'entrée. Attention toutefois, cette rampe comportera des caractéristiques spécifiques (pourcentage de pente, présence de paliers de repos...). Pour les déterminer, il est primordial de faire appel à un ergothérapeute.

1

Un jardin bucolique peut vite se transformer en jungle hostile si son entretien est trop fatigant !

2

Cultiver son potager ? Uniquement si ça ne me met pas le dos en compote.



Le jardin
AVANT



Passer de longues minutes à apprécier les odeurs, les couleurs et les bruits de son jardin c'est agréable mais le temps peut vite paraître long si aucune possibilité d'assise n'est offerte.



Testez votre logement

L'entretien de mon jardin est fatigant ?

J'ai des difficultés à me relever quand je jardine ?




☐	☐
OUI	NON
☐	☐
OUI	NON



Pour continuer à jardiner, il existe de l'outillage et du matériel adapté. Équipez-vous par exemple d'un banc agenouilloir pour ne plus vous faire mal aux genoux et vous relever plus facilement. Il existe aussi des outils permettant de cultiver la terre en préservant son dos (biogrif...).

Penser un jardin confortable et peu contraignant, ça commence dans le choix des végétaux. Certains végétaux sont dits « à croissance lente » ce qui permet d'en limiter la taille (abelia x grandiflora, deutzia gracilis...). Pour un entretien du jardin sans effort, pensez également aux nouvelles technologies : le robot tondeuse ou l'arrosage automatique, c'est pratique !



Un jardin sécurisé
APRÈS



Pour vous permettre une pause bien méritée, il est important de pouvoir s'asseoir quand vous ressentez de la fatigue. Pour cela, on peut installer des bancs à différents endroits du jardin, ou profiter des éléments qui le composent (par exemple un muret positionné assez haut qui fait également fonction d'assise).



Aller plus loin avec l'ergothérapeute



Si jardiner au niveau du sol est devenu trop compliqué, il est possible de faire le choix de jardinières surélevées. Il en existe de différents types répondant à des besoins distincts. L'ergothérapeute vous permettra de choisir la jardinière adaptée à vos besoins (jardinage en position assise frontale, latérale...).



L'entrée **AVANT**

Testez votre logement

L'interrupteur pour actionner la lumière de l'entrée
de mon logement est à côté de la porte ?

(indicateur de mesure : une longueur de bras)

Les paillassons sont fixés au sol ?

Je me déplace avec des chaussons qui ne sont pas fermés
(type mules...) ?



☐ OUI ☐ NON

☐ OUI ☐ NON

☐ OUI ☐ NON

Votre entrée ne doit pas se transformer en parcours d'obstacles ! Des meubles trop nombreux ou trop volumineux positionnés dans une petite pièce peuvent en effet gêner votre circulation et vos déplacements. L'entrée, c'est avant tout la pièce dans laquelle on se déchausse pour enfiler ses chaussons confortables et chauds.



Quand on arrive chez soi, progresser à l'aveugle peut être dangereux et entraîner une chute !



L'entrée est la pièce qui communique directement avec l'extérieur et ses dangers. Parmi eux, l'eau et les feuilles peuvent rendre le sol glissant et source de chutes.



Une entrée fonctionnelle **APRÈS**

Aller plus loin avec l'ergothérapeute

Il est possible d'aller plus loin dans l'aménagement de votre entrée en réalisant une penderie adaptée. Dans ce cas, l'ergothérapeute vous accompagnera dans le choix des matériels et dans leur positionnement. Il déterminera avec vous les hauteurs minimales et maximales des tiroirs et pourra même vous conseiller pour une penderie télescopique.



Outre les solutions d'éclairage automatique, l'important est de pouvoir accéder rapidement à l'interrupteur. L'idéal est de le positionner près de la porte d'entrée. Pour en faciliter le repérage à bas prix, il est possible d'utiliser du ruban phosphorescent.



Dans votre entrée, privilégiez un meuble offrant une possibilité d'assise pour se déchausser ou poser les courses en rentrant. Préférez également quelques patères à un porte-manteau qui risquerait de vous faire chuter !



Un paillason très fin et antidérapant permettra de s'essuyer les pieds sans risque. Pour ne pas inviter la pluie dans votre entrée, positionnez un porte-parapluie ou équipez-vous d'un parapluie inversé !





Un tapis c'est chaleureux mais cela peut être dangereux ! Il serait dommage de se prendre les pieds dans le tapis.



Le séjour
AVANT

Il n'est pas facile de se relever d'un canapé ou d'un fauteuil trop bas et trop moelleux.



Il est important d'avoir constamment sur soi un moyen de communication avec l'extérieur pour pouvoir appeler un proche en cas de besoin !



Se baisser pour brancher, c'est risquer de chuter. Des rallonges électriques qui traînent au sol et qui se trouvent sur le passage peuvent aussi représenter un risque de chute.



Testez votre logement

Je dois enjamber des rallonges électriques pour me rendre à certains endroits de mon séjour ?

Le fauteuil sur lequel je m'installe est bas ? (indicateur de mesure : hauteur d'assise inférieure à 50 cm)

J'ai toujours sur moi un moyen d'alerter mes proches (téléphone portable...) ?



☐ OUI ☐ NON

☐ OUI ☐ NON

☐ OUI ☐ NON



Pour ne pas avoir à retirer vos tapis, pensez à les sécuriser par des coins de tapis antidérapants ou de l'adhésif double-face.

1



Un séjour accueillant
APRÈS

Une assise haute et ferme permet de se lever et de s'asseoir plus facilement sur le fauteuil ou le canapé. Pour augmenter la hauteur du fauteuil, des rehausses de pieds peuvent être utilisées. N'oubliez pas : pour s'asseoir, il est toujours préférable d'avoir des accoudoirs.

Le téléphone portable doit toujours être à portée de mains, même à l'intérieur de la maison. Il reste un moyen fiable et simple de donner l'alerte en cas de besoin.

2

3

4

Organisez votre logement de façon à n'avoir aucun fil qui traîne ! Pensez également à adapter la hauteur de vos prises. Pour plus de confort, des systèmes d'éjection de prise sans effort peuvent être installés. Sachez qu'il existe un matériel qui comprend toutes ces fonctionnalités.



Aller plus loin avec l'ergothérapeute



Si vous n'avez pas le réflexe d'avoir toujours sur vous votre téléphone portable, il existe de nombreux dispositifs simples permettant d'alerter un proche ou un professionnel. L'ergothérapeute est là pour vous présenter les différents dispositifs (médaille, bracelet, géolocalisation, détecteur de chute...) et vous permettre de faire le bon choix correspondant à vos besoins.

Le choix des ustensiles et accessoires de cuisine est important pour éviter brûlure, coupure et autres bobos du quotidien !

1

2

Un électroménager peu adapté ou mal positionné augmente les risques de douleurs et d'inconfort.



La cuisine
AVANT

3

Des meubles de cuisine trop hauts obligent parfois à monter sur une chaise pour y récupérer ses ustensiles. Le support choisi et la descente les mains prises peuvent entraîner une chute.



Testez votre logement

Je cuisine au gaz ?

☐ ☐ ☐

OUI NON

Le gros électroménager (réfrigérateur, machine à laver...) est situé à bonne hauteur ? (indication de mesure : entre mes genoux et mes épaules)

☐ ☐

OUI NON

Dans mes placards hauts, je range des accessoires du quotidien ?

☐ ☐

OUI NON

Des ustensiles de cuisine bien pensés et faciles à utiliser peuvent faciliter la préparation des repas en évitant les risques du quotidien. L'ouvre-bocal électrique comme les plaques à induction en sont de bonnes illustrations.

1



Une cuisine pratique
APRÈS

Il faut limiter la présence de meubles hauts dans sa cuisine. Pour une cuisine bien rangée et sécurisée, tout ce dont on est amené à se servir régulièrement doit être situé entre la ligne des épaules et celle des genoux.

3

2

Il est important de penser à surélever votre électroménager pour qu'il soit situé entre vos épaules et vos genoux. Il existe même de l'électroménager spécifique comme un four à ouverture latérale qui permet une utilisation facilitée.



Aller plus loin avec l'ergothérapeute



Dans la cuisine, il est possible de mettre en place un plan de travail et des meubles réglables électriquement en hauteur. Ces changements peuvent être coûteux et engager des travaux importants. Il est primordial d'avoir les conseils de l'ergothérapeute sur l'intérêt de ce type de dispositif par rapport à vos besoins. De plus, il est possible d'équiper partiellement votre cuisine de ces solutions, l'ergothérapeute pourra donc vous aider à prioriser vos choix.

**1**

Un mauvais éclairage crée des zones d'ombres qui peuvent modifier la perception que l'on a des marches dans son escalier.

**2**

Le manque d'appuis sûrs tout au long de l'escalier peut augmenter la difficulté de l'ascension et diminuer la sécurité de la descente.



Les escaliers **AVANT**



Les marches de l'escalier doivent être totalement libres, aucun obstacle ne doit se trouver dans le passage.

Testez votre logement

Une rampe est présente des deux côtés de l'escalier ?

Un éclairage uniforme illumine la totalité de l'escalier ?


  
☐ OUI ☐ NON
☐ OUI ☐ NON



Il faut veiller à avoir un bon éclairage dans les escaliers. Pour cela, il est important de limiter les lampes à abat-jour et celles qui éclairent vers le haut. Un éclairage par des spots est très efficace.

Installer une rampe de chaque côté des marches, c'est s'assurer un appui solide et sûr à la montée comme à la descente.



Des escaliers sans risque
APRÈS



Un escalier sécurisé, ça passe également par des marches désencombrées. Veillez à libérer toutes les marches pour profiter de votre escalier en sécurité. Il est important d'équiper l'escalier de nez-de-marches antidérapants et de contremarches contrastées.

Aller plus loin avec l'ergothérapeute



Ces aménagements ne suffisent parfois plus. Dans ce cas, il existe différentes solutions qui permettent de continuer à profiter de tout son logement sans utiliser les escaliers. Parmi elles, le monte-escalier. Pour choisir la solution qui vous sera la plus adaptée, il est nécessaire de vous adjoindre les conseils d'un ergothérapeute.



1

Il n'est pas rare de devoir se lever la nuit mais tout déplacement nocturne comporte des risques car la perception de l'espace est limitée et déformée !

2

Un lit trop bas ou trop mou peut compliquer les levers ou les retournements.



La chambre
AVANT



Testez votre logement

Mon lit est trop bas ? (indicateur de mesure : hauteur d'assise 50 cm)

Je me lève régulièrement la nuit pour me rendre aux toilettes ?

Des descentes de lit sont présentes dans ma chambre ?



☐ OUI ☐ NON

☐ OUI ☐ NON

☐ OUI ☐ NON



1

Il est important d'éclairer correctement ses déplacements la nuit pour ne pas risquer de chuter. Il existe des dispositifs qui permettent d'automatiser l'éclairage et qui ne nécessitent aucune installation technique ni réglage électrique.

Comme pour le fauteuil ou le canapé, il est possible de rehausser très simplement son lit par l'intermédiaire de plots appelés « rehausses de pieds de lits ».

Une barre d'appui, fixée entre le matelas et le sommier permet de créer un appui pour se retourner et se relever plus facilement du lit.



2



Une chambre confortable
APRÈS



Le choix des chaussons est important : ils doivent être confortables et avoir une tenue au pied garantissant une démarche sûre. Il faut privilégier des chaussons fermés.

3

Les petits tapis sont très difficiles à sécuriser efficacement, il est préférable de les retirer.

4



Aller plus loin avec l'ergothérapeute



Vous aidez une personne à se lever du lit ou du fauteuil et c'est de plus en plus difficile ? Sachez qu'un ergothérapeute peut vous conseiller sur les différentes aides techniques qui permettent de faciliter l'aide aux transferts. Il en existe beaucoup (guidon de transfert, verticalisateur...) et chacune a une fonction spécifique. C'est pourquoi, l'évaluation précise de vos besoins par un ergothérapeute est indispensable.



Une baignoire glissante, trop haute, dans laquelle aucun appui n'est possible peut être source de danger.

1

2

Un revêtement de sol peu adapté, comme certains carrelages, peut s'avérer très glissant une fois mouillé et entraîner une chute.



La salle de bains
AVANT



Un lavabo trop haut ou trop bas peut engendrer des désagréments lors de la toilette. Surtout si on ajoute à cela une robinetterie difficile à manipuler.

3

Un meuble de rangement sous lavabo, c'est pratique mais cela ne permet pas de s'asseoir pour une toilette plus reposante.

4

Testez votre logement

L'accès à ma douche se fait en franchissant un rebord ?

Il y a une barre d'appui sur le mur de ma baignoire/douche ?

Il y a un tapis antidérapant au fond de ma baignoire ou de ma douche ?

☐ ☐ ☐

☐ OUI ☐ NON

☐ OUI ☐ NON

☐ OUI ☐ NON



La baignoire peut être sécurisée par du petit matériel simple à mettre en place et peu coûteux.

Une planche de bains permettra de s'asseoir dans la baignoire lors de la douche.

Un tapis antidérapant limitera le risque de glissade.

Enfin, une barre d'appui murale permettra de se tenir et ainsi d'être en sécurité pour ce moment de détente !



Une salle de bains adaptée
APRÈS

Pouvoir s'asseoir confortablement devant le lavabo et conserver des rangements à cet endroit, c'est possible ! Des meubles spécifiques intègrent une assise, une robinetterie adaptée et des tiroirs accessibles. Pensez également à un miroir pivotant qui permettra de se voir même en position assise.

3

2

Choisir son sol c'est important. Dans la salle de bains, privilégier un revêtement de sol de norme d'anti glissance R10. Pour conserver son carrelage tout en le sécurisant, il existe également des produits que l'on peut appliquer facilement pour le rendre antidérapant.

Aller plus loin avec l'ergothérapeute



Prendre un bain est un moment de détente et de plaisir mais c'est compliqué d'y accéder. L'ergothérapeute pourra étudier les nombreuses solutions existantes et vous proposer la plus adaptée à vos besoins. Parmi celles-ci, le siège élévateur électrique de baignoire.





Enfin, il est important de choisir un receveur de douche de quelques centimètres de hauteur appelé « receveur ultraplat ». Ce bac devra avoir des dimensions minimales de 120 x 80 cm et être antidérapant !

Aller plus loin avec l'ergothérapeute

La douche à l'italienne, c'est une douche élégante et accessible. Cependant, l'ergothérapeute peut être d'un précieux conseil pour vous aider à choisir les éléments qui doivent la composer. Par exemple, où positionner les barres d'appuis, ou encore, l'intérêt d'envisager des parois mi-hauteur.





Les toilettes **AVANT**

Testez votre logement

Un tapis est présent au pied de la cuvette de mes toilettes ?

La porte de mes toilettes s'ouvre vers l'intérieur ?

J'ai besoin d'un appui pour me relever des WC ?

☐	☐
OUI	NON
☐	☐
OUI	NON
☐	☐
OUI	NON

La porte de mes toilettes s'ouvre vers l'intérieur ?



Le distributeur de papier n'est pas un point d'appui pour se relever ! S'il se décroche du mur, c'est l'accident assuré.



Il est souvent difficile de s'asseoir sur une cuvette trop basse car cela nécessite un effort musculaire important.





Des toilettes accessibles **APRÈS**

Aller plus loin avec l'ergothérapeute



Il n'est pas possible d'installer une barre d'appui murale ? Pas de panique, l'ergothérapeute peut vous conseiller un autre système. Il en existe de nombreux (barre d'appui relevable sur pied, rehausseur de toilette avec accoudoirs...) et l'ergothérapeute vous permettra de choisir le mieux adapté à vos besoins.

Pour accéder à une pièce exiguë, privilégiez une ouverture de porte vers l'extérieur. On peut aussi envisager une porte coulissante si la configuration des lieux le permet.

1

2

Seules des barres d'appuis correctement fixées représentent des supports sur lesquels on peut réellement compter. Une barre d'appui murale coudée sera idéale à la fois pour s'asseoir et se relever.

3

Comme pour toutes les assises, les toilettes doivent être à bonne hauteur. Pour cela, le choix d'une cuvette rehaussée peut être fait. À moindre coût et facile à installer, le rehausseur de toilette peut aussi être une solution.





ET AUSSI...

Le monte-escalier d'Andrée

La salle de bains de Jean

La rampe d'accès de Marie

Le jeu des 7 erreurs

**TOP 5 Les aides plébiscitées
par le Club utilisateurs seniors**





LE MONTE-ESCALIER d'Andrée



Andrée est propriétaire d'une maison à étage avec les pièces de vie qui se situent au rez-de-chaussée et les chambres à l'étage. Elle aime beaucoup sa maison « sanvicaise » mais depuis quelques temps, monter les marches, parfois plusieurs fois par jour est devenu compliqué voire même dangereux.

Le déménagement ? Sûrement pas ! Un jour, sa voisine l'informe qu'une maison témoin vient d'ouvrir sur la ville du Havre et comme la **Maison Dahlia comprend également un étage, elle pourra découvrir et tester une solution de siège permettant de monter et descendre les escaliers en toute sécurité. C'est décidé, elles iront visiter cette Maison toutes les deux !**



La Maison Dahlia est un espace de démonstration et de prévention ouvert aux seniors, à leur famille et aux professionnels de l'aménagement du domicile. Dans cette ancienne maison rénovée, les visiteurs peuvent découvrir un habitat pensé pour réduire les risques du quotidien, grâce à des solutions simples facilement transposables chez soi et qui permettent de préserver la sécurité et le confort de son logement. La Maison Dahlia peut se visiter sur rendez-vous et propose également de nombreux ateliers d'information et de sensibilisation sur diverses thématiques en rapport avec le logement et la santé.

La visite a tenu ses promesses, Andrée a découvert le « monte-escalier ». C'est l'idéal, même pour les escaliers étroits. Les animatrices de la Maison Dahlia lui conseillent de se faire accompagner par des professionnels car c'est un aménagement dont le coût peut parfois aller jusqu'à 12 000 € ! Or, Andrée n'a pas une « grosse retraite ». Après sa visite, elle décide alors de prendre rendez-vous avec le **Service Havrais d'Évaluation des Risques chez la Personne Âgée (SHERPA) pour être aidée dans son choix d'aménagement et envisager plus sereinement son projet.**



Le Service Havrais d'Évaluation des Risques chez la Personne Âgée (SHERPA) est un dispositif à destination des seniors havrais de 60 ans et plus, propriétaires ou locataires de leur logement. Ce service gratuit permet l'intervention d'une équipe pluridisciplinaire au domicile afin de faire un point complet sur vos besoins en matière d'adaptation de votre espace de vie. Un ergothérapeute et une coordinatrice sociale vous accompagneront tout au long de votre projet d'aménagement et vous guideront dans le choix des adaptations à entreprendre et des possibilités de financement pour mener à terme votre projet.





Andrée a pris contact avec plusieurs entreprises en mesure de répondre à son projet de monte-escalier. Ils ont rempli des documents sur la faisabilité technique du projet et ont fourni un **devis**. C'est bien ce qu'elle redoutait, le montant s'élève à environ 10 000 €. C'est sûr, elle n'a pas une telle somme à mettre dans ces travaux.

DEVIS			
N° 0221			
Date: 5/10/2015			
Devis valide jusqu'au			
Devis à l'attention de :			
Nom		Prénom	
Adresse			
Code postal 76600	Ville LE HAVRE		
Téléphone			
MONTE-ESCALIER DROIT ()		MONTE-ESCALIER TOURNANT (x) à usage privatif	
Modèle	Quantité 1	Référence	Montant
ASCENSEUR D'ESCALIER 2 NIVEAUX			
Type: TEMPO.			
- montage à gauche			
- 2x Boîtiers			
- Batterie.			
- Bahut à 180° NO			
Mètres rail 59,20	m.f.		
Virages			
Couleur rail			
Options			
(Schéma à titre indicatif, sans valeur contractuelle)			
MONTANT TOTAL DU MATÉRIEL HT 10089,05 € HT			
MAIN D'ŒUVRE ET DÉPLACEMENT HT 554,95 € T.T.C.A			
MONTANT TOTAL HT			
OFFRE VALABLE 3 MOIS			
T.V.A. 5,50 %			
TOTAL 10645,00 € T.T.C			
Paiement: acompte de 30% soit			
Le solde à l'installation			
Date d'installation prévisionnelle :			
Commande suivant descriptif du matériel comprenant :			
La fourniture du matériel, la pose et mise en service de l'appareil, la garantie de 2 ans pièces et main-d'œuvre.			
Sont exclus tous travaux annexes à réaliser avant et après (voir article II au verso)			
Remarques : Charge Utile: 127 Kg			
- Frein de sécurité			
- Ceinture de sécurité			
- Siège: Pivotant et Répliable			
- Verrouillage à clés			
- Guidage: Profil + crémaillère			
- Fixation sur les marches			
- Bloc moteur: Thermoforme			
* A la charge du client 1: Prise 2 PT			
Accord client			
(Parapher chaque page du présent devis, signer cette page précédée de la mention manuscrite «Bon pour accord».			
Le signataire certifie avoir pris connaissance des Conditions Générales de Vente et de la faculté de renonciation. Le signataire atteste expressément que l'appareil est destiné à être installé dans son habitation dont il est propriétaire pour un usage privatif. Si le signataire n'est pas le propriétaire, fournir une attestation du propriétaire.			
Indiquer la mention «Devis accepté, bon pour commande»			
Le client: Nom(s) Prénom(s)			
Date			
Signature			
Pour			
Nom			
Fait à DOMFRONT			
Le 5/10/2015			
Signature			
Si vous annulez la commande, vous pouvez utiliser le formulaire découpable au verso.			
N° Azur 0 810 58 25 25			
PRIX D'UN APPEL LOCAL			
Le sur-mesure accessible			

Elle reprend contact avec la coordinatrice du dispositif SHERPA qui va l'accompagner dans la constitution des dossiers de financement.

Une fois les organismes financeurs sollicités, Andrée a pu bénéficier d'une **prise en charge de près de 95% du coût des travaux !**

CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Plan de financement
Installation d'un monte-escalier

Nom du bénéficiaire des travaux:	Mme A
Adresse:	76620 LE HAVRE
Statut:	Propriétaire occupant

Nature des travaux:	Nom de l'entreprise:	Montant:
Monte-escalier		10 645,00 €
Montant total des travaux:		10 645,00 €

Financements prévisionnels:		
Nom de l'organisme:	Statut de la demande:	Montant:
ANAH	Accordée	5 045,03 €
OPAH	Accordée	767,72 €
Mutuelle	Accordée	800,00 €
Retraite principale	Accordée	2 500,00 €
Association	Accordée	400,00 €
Retraite complémentaire	Accordée	600,00 €
Montant total des aides:		10 112,75 €
Crédit d'impôt		133,07 €
Montant restant à charge du demandeur:		399,78 €

 L'obtention de ces aides est soumise à plafond de ressources

C.C.A.S
3, Place Albert René - CS 60863 - 76086 Le Havre Cedex - Tél. : 02 35 19 48 70
lehavre.fr

Andrée rappelle alors l'entreprise qu'elle avait retenue pour fixer avec elle la date de début des travaux. En quelques jours le monte-escalier est installé ! Andrée est ravie et soulagée de savoir qu'elle peut de nouveau accéder à l'étage en toute sécurité et en confort.





LA SALLE DE BAINS de Jean

Jean est propriétaire d'une maison de plain-pied sur les hauteurs de la ville du Havre. Cette maison est parfaite pour lui. Cependant, depuis quelques temps, Jean a des difficultés pour enjamber sa baignoire et appréhende de glisser en se lavant.

Il connaît bien la **Maison Dahlia** car il s'y rend souvent pour participer à des temps d'animation. Il prend donc contact avec les animatrices qui lui donnent rendez-vous à son domicile avec les professionnels du dispositif SHERPA.



L'ergothérapeute dresse avec lui la liste des aménagements dans sa salle de bain et lui envoie ses **préconisations**.



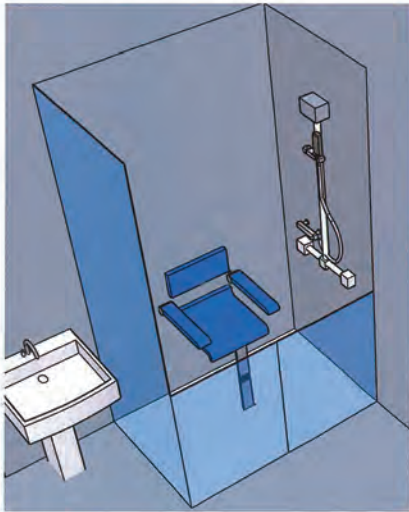
CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Salle de bains

- La salle de bains de M est actuellement équipée d'une baignoire à laquelle elle ne peut plus accéder. En effet, malgré la mise en place d'un siège de bains pivotant, la toilette n'est plus possible dans la baignoire pour M

Préconisations

- Le projet est de remplacer la baignoire actuelle par une douche avec receveur ultraplat antidérapant de 120x80 cm minimum (voir schéma³). La mise en place d'une pompe de relevage ne sera pas nécessaire si la hauteur hors-tout avoisine les 15 cm maximum.
- Un siège de douche mural relevable devra être installé pour permettre une position assise confortable et sécurisée lors de la toilette.
- L'installation de barres d'appuis pour sécuriser l'accès à l'espace de douche et les transferts depuis le siège.
- La mise en place de parois mi-hauteur permettra de faciliter l'intervention d'une aide humaine lors de la toilette pour aider M



³ Ce schéma est proposé à titre indicatif. Il n'a aucunement valeur de plan et ne peut être utilisé pour la réalisation de la maîtrise d'œuvre.

C.C.A.S
3, Place Albert René - CS 60863 - 76086 Le Havre Cedex - Tél. : 02 35 19 48 70
lehavre.fr

Parallèlement, la coordinatrice gériatrique prend toutes les informations administratives afin de pouvoir l'accompagner dans la recherche de financement. Au vu de ses ressources, Jean est **éligible aux aides de l'Agence Nationale de l'Habitat (ANAH)** : la coordinatrice SHERPA sollicite alors **l'opérateur habitat du territoire** qui, après visite du logement, pourra instruire le dossier de financement et motiver la demande de travaux.





L'opérateur Habitat vous assiste tout au long de votre projet de travaux grâce à un accompagnement sur-mesure, gratuit et indépendant vous bénéficiez ainsi de conseils techniques et d'une aide pour mobiliser les financements adaptés à votre projet. L'opérateur Habitat accompagne ainsi tous les propriétaires souhaitant faire des travaux de rénovation, sans condition de ressource. Dans le cadre des missions de rénovation, il a à charge d'instruire les aides de l'Agence Nationale de l'Amélioration de l'Habitat (ANAH) et du Département. En local, cette mission est principalement assurée par la communauté urbaine Le Havre Seine Métropole.

En parallèle, sur le conseil de l'équipe SHERPA, Jean fait appel à un **artisan labélisé Silverbat**. Ayant été sensibilisé aux projets d'adaptabilité de logement seniors et au rôle des ergothérapeutes, l'artisan s'assure que le **devis** proposé corresponde aux besoins de Jean et aux préconisations de l'ergothérapeute.

Devis
Gontreville l'Orcher, le 09/10/2017
Numéro : DE00581
Date de validité : 08/12/2017
Date de livraison : 09/10/2017

Adresse du chantier

Adresse de facturation
76600 LE HAVRE
N° TVA :

Descriptif des travaux
Remplacement de votre baignoire par une douche adaptée

Numéro	Description	Qté	Unité	PV HT	% Rem.	Montant HT	TVA
1	Veuillez trouver ci-dessous mon offre de prix concernant vos travaux de plomberie, sanitaire. Je reste à votre disposition pour tout complément d'information. Remplacement de votre baignoire par une douche adaptée Dépose de votre baignoire acrylique existante et enlèvement en décharge agréée. Réalisation d'un doublage sur les deux murs de la future douche (120 x 80 cm) toute hauteur. Modification des tuyauteries eau froide, eau chaude et évacuation depuis l'existant. Encastrement des tubes pour la robinetterie y compris platine murale. Fournitures, approvisionnement et pose des éléments suivants :						
1.1	Receveur de douche (sur socle 10 cm) 120 x 80 cm extra plat, antigliss blanc	1,00	U	563,00		563,00	10,00
1.2	Socle + colle	1,00	U	42,00		42,00	10,00
1.3	bonde + siphon	1,00	U	53,20		53,20	10,00
1.4	Fallence blanche mate 50 x 20 cm	5,00	M2	25,00		125,00	10,00
1.5	Accessoire de pose fallence (protection hydrofuge, colle, croissillons, baguette de finition, joints	5,00	M2	20,00		100,00	10,00
1.6	Kit robinetterie comprenant : un mitigeur thermostatique avec commandes ergonomiques + flexible + douchette sur barre réglable (repose de votre support existant à mi-hauteur)	1,00	U	405,00		405,00	10,00
1.7	siège de douche relevable et remboursé	1,00	U	160,00		160,00	10,00

Page 1 de 4

L'opérateur habitat validera ensuite la conformité du devis.



Géré par HB Développement, le label Silverbat est une marque qui identifie les professionnels engagés dans la démarche du confort d'usage et de l'habitat adapté à tous. Il regroupe les entreprises, artisans et indépendants réalisant des travaux dans les logements des seniors afin de leur apporter confort et bien-être au quotidien et leur permettre de bien vieillir à domicile. Outre sa compétence justifiée par une formation et son expérience, chaque entreprise spécialisée dans l'adaptabilité au service des personnes âgées s'engage à respecter un règlement d'usage de marque et une charte.

Grâce à toutes les aides mobilisées par la coordinatrice SHERPA, **le projet de Jean qui s'élevait initialement à 5 428,28 € lui revient finalement à 1 387,98 €**. Il appelle l'artisan pour fixer avec lui la date de début de travaux !



leHavre

CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Plan de financement prévisionnel
Adaptation de la salle de douche

Nom du bénéficiaire des travaux:		
Adresse:	76610 LE HAVRE	
Statut:	Propriétaire occupant	

Nature des travaux:	Nom de l'entreprise:	Montant:
Aménagement de la salle de bain		5 428,28 €
Montant total des travaux:		5 428,28 €

Financements prévisionnels:		
Nom de l'organisme:	Statut de la demande:	Montant:
ANAH	Accordée	1 727,00 €
Retraite principale	Accordée	1 850,64 €
Montant total des aides:		3 577,64 €
Crédit d'impôt		462,66 €
Montant restant à charge du demandeur:		1 387,98 €

 L'obtention de ces aides est soumise à plafond de ressources

C.C.A.S
3, Place Albert René - CS 60863 - 76086 Le Havre Cedex - Tél. : 02 35 19 48 70
lehavre.fr





LA RAMPE D'ACCÈS de Marie

Marie est propriétaire d'un pavillon qui comprend deux entrées nécessitant toutes les deux d'emprunter des marches. Or, elle ne monte plus ses marches aussi facilement qu'avant ! Elle souhaiterait donc réaliser un aménagement lui permettant de sortir en toute sécurité.

Elle entend parler de la **Maison Dahlia**, et convient avec les animatrices de venir la visiter. Avec sa fille, Marie s'y rend donc le jour suivant et découvre la rampe d'accès extérieure qui lui permet d'accéder au logement sans avoir à emprunter de marches. Elle est convaincue qu'il lui faut la même adaptation chez elle !



Ces travaux représentent un projet ambitieux. La Maison Dahlia propose donc à Marie un rendez-vous à son domicile avec l'ergothérapeute et la coordinatrice du dispositif SHERPA pour faire le point sur la faisabilité de ce projet. L'ergothérapeute étudie la possibilité de construire une rampe d'accès extérieure pour cette maison et la coordinatrice SHERPA étudie avec Marie les **sources possibles de financement**. Elles sont nombreuses et répondent à des barèmes bien précis. Pour cela, Marie est ravie de pouvoir s'appuyer sur l'expertise de la coordinatrice !



De nombreux organismes peuvent intervenir dans le financement des projets d'aménagement en lien avec la sécurité et le confort au sein de son logement : les caisses de retraites principales et complémentaires, les mutuelles et également certaines associations. Chacun de ces acteurs peut potentiellement contribuer au co-financement du projet d'adaptation sous condition de statut et de ressource.

Quelques jours plus tard, Marie reçoit le compte-rendu des échanges avec les propositions de l'ergothérapeute.



CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Habitat

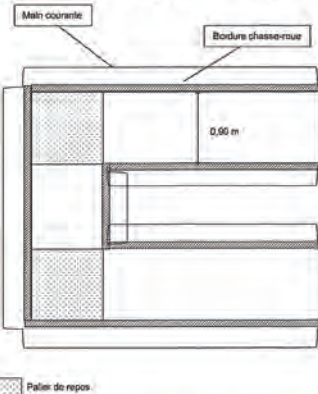
Accès extérieur

- Mme ne peut pas sortir de chez elle car il est nécessaire, d'un côté comme de l'autre du pavillon, d'emprunter des marches.

Préconisation

➤ Toutefois, à l'arrière de la maison, le dénivelé n'est pas trop important. Il serait donc possible alors de réaliser un plan incliné (voir schéma¹) permettant d'accéder à la maison et à l'extérieur en fauteuil roulant.

- L'accès à la maison proposant un grand espace, il est possible d'envisager la réalisation d'une rampe d'accès. La hauteur de dénivelé est d'environ 40 cm pour une longueur possible de 4m.
 - La pente devra être inférieure à 5%.
 - La rampe d'accès devra être équipée d'une bordure chasse-roue pour éviter le risque de sortir du cheminement à une personne se déplaçant en fauteuil roulant,
 - Le long de la rampe d'accès, la mise en place, au moins d'un côté d'une main courante,
 - Il faudra prévoir un palier de repos tous les 10m et un palier de repos à chaque changement de direction supérieur à 45°.



¹ Ce schéma est proposé à titre indicatif. Il n'a aucunement valeur de plan et ne peut être utilisé pour la réalisation de la maîtrise d'œuvre.

C.C.A.S.
3, Place Albert René - CS 60863 - 76086 Le Havre Cedex - Tél. : 02 35 19 48 70
lehavre.fr





Marie peut prétendre aux aides de **l'ANAH et du Département**.

La caisse de retraite de Marie peut également participer financièrement à son projet. Pour cela, un professionnel interviendra à domicile pour valider le projet afin qu'il réponde aux orientations de la caisse de retraite.

Pour finaliser le dossier de demande de subvention, il faut qu'un artisan vienne réaliser un **devis** et chiffrer le projet de Marie. Elle se réfère alors à la liste des **artisans Silverbat** pour orienter son choix en faveur d'un professionnel formé à l'accessibilité des logements seniors. Une fois les devis réceptionnés, elle les transmet à la coordinatrice SHERPA.

MAÇONNERIE CARRELAGE

D E V I S	76610 LE HAVRE
LE HAVRE, le 04 avril 2018	
Référence : 20180168	
Objet du devis	

TRAVAUX MAÇONNERIE / CRÉATION D'UNE RAMPE PMR CÔTÉ JARDIN

Désignation	TVA	Prix unit.	Quantité	U	Montant H.T.
- Travaux comprenant :					
1 - La mise en place d'un coffrage devant l'escalier côté jardin pour créer une plateforme au niveau de la marche d'entrée sur une surface de 2,00 m sur 1,20 m.	3	2 850,00	1,00		2 850,00
- Le ferrailage et coulage de la plateforme béton dosé à 350 kgs sur (2,00 X 1,20 m) et sur une hauteur de 30 cm environ. Finition talochée.					
- Le coffrage de la rampe PMR le long de la maison sur 5 m de long et 1,20 m de large.					
- Le ferrailage et coulage de la rampe béton finition talochée.					
- Le coffrage et coulage d'une bordure béton de 10 cm de haut le long de la rampe sur 6 ml.					
- Le coffrage et coulage d'une marche béton de 17 cm de haut, 30 cm de profondeur et 2 m de long sur le côté de la plateforme pour accéder au jardin.					
(Lors des travaux nous serons obligés de tailler les arbustes existants et diverses plantations).					
2 - La fourniture et pose d'une balustrade aluminium gris anthracite, hauteur 94 cm et sur 1,20 m.	3	460,00	1,00		460,00

VOSage

Page 1

La coordinatrice SHERPA revient vers Marie pour lui présenter **le plan de co-financement**.


CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Plan de financement
Installation d'un monte-escalier

Nom du bénéficiaire des travaux:	Mme M
Adresse:	76620 LE HAVRE
Statut:	Propriétaire occupant

Nature des travaux:	Nom de l'entreprise:	Montant:
Rampe d'accès extérieur		3 641,00 €
Montant total des travaux:		3 641,00 €

Financements prévisionnels:		
Nom de l'organisme:	Statut de la demande:	Montant:
ANAH	Accordée	1 655,00 €
Département	Accordée	910,25 €
Retraite complémentaire	Accordée	400,00 €
Montant total des aides:		2 965,25 €
Crédit d'impôt		168,94 €
Montant restant à charge du demandeur:		506,81 €

 L'obtention de ces aides est soumise à plafond de ressources

C.C.A.S
3, Place Albert René - CS 60863 - 76086 Le Havre Cedex - Tél. : 02 35 19 48 70
lehavre.fr

Sur un projet qui s'élevait initialement à 3 641 €, **Marie a pu obtenir 2 293,83 € d'aide financière, soit 63% du coût des travaux. A cela pourra s'ajouter un crédit d'impôt de 25% sur certains matériaux spécifiques.**

Finalement, elle se dit qu'elle a bien fait de se lancer dans l'aventure. Certes, cela a nécessité quelques démarches mais, au final, quel bonheur de pouvoir de nouveau sortir et entrer chez soi en confort et sécurité !







Le jeu DES 7 ERREURS





Le jeu DES 7 ERREURS - SOLUTIONS



1 **Escalier non sécurisé**

Installer une rampe de chaque côté des marches, c'est s'assurer un appui solide et sûr à la montée comme à la descente.

2 **Escalier encombré**

Un escalier sécurisé, ça passe également par des marches désencombrées. Veillez à libérer toutes les marches pour profiter de votre escalier en sécurité. Il est important d'équiper l'escalier de nez-de-marches antidérapants et de contremarches contrastées.

3 **Entrée encombrée**

Dans votre entrée, privilégiez un meuble offrant une possibilité d'assise pour se déchausser ou poser les courses en rentrant. Préférez également quelques patères à un porte-manteau qui risquerait de vous faire chuter !

4 **Paillason glissant**

Un paillason très fin et antidérapant permettra de s'essuyer les pieds sans risque. Pour ne pas inviter la pluie dans votre entrée, positionnez un porte-parapluie ou équipez-vous d'un parapluie inversé !

5 **Tabouret dans la cuisine**

Il faut limiter la présence de meubles hauts dans sa cuisine. Pour une cuisine bien rangée et sécurisée, tout ce dont on est amené à se servir régulièrement doit être situé entre la ligne des épaules et celle des genoux.

6 **Fils électriques au sol**

Organisez votre logement de façon à n'avoir aucun fil qui traîne ! Pensez également à adapter la hauteur de vos prises. Pour plus de confort, des systèmes d'éjection de prise sans effort peuvent être installés. Sachez qu'il existe un matériel qui comprend toutes ces fonctionnalités.

7 **Tapis non sécurisé**

Pour ne pas avoir à retirer vos tapis, pensez à les sécuriser par des coins de tapis antidérapants ou de l'adhésif double-face.





TOP 5

Les aides plébiscitées par le Club utilisateurs seniors



MEUBLE ERGONOMIQUE DE SALLE DE BAINS



Descriptif

Ce meuble a été pensé pour un maximum d'utilisations en position assise, dont l'esthétique reste classique.

L'avis de l'ergothérapeute

Comme un lavabo évidé classique, ce meuble vous permet d'adopter une position assise confortable et sécurisée lors de votre toilette. Il vous permet également de conserver des rangements dans votre salle de bains.

Prix indicatif

1200 €

Pour trouver cette aide

Enseignes du groupe Saint-Gobain
(CEDEO, Point P, Lapeyre...)



MULTIPRISE À EXTRACTION FACILITÉE



Descriptif

La multiprise à extraction facilitée est équipée de deux boutons pression qui permettent d'éjecter facilement les fiches.

L'avis de l'ergothérapeute

Avec l'avancée en âge, on perd parfois de la force de préhension. Dans ce cas, débrancher les prises peut devenir compliqué. La multiprise à extraction facilitée répond à ce problème à moindre coût.

Prix indicatif

10 €

Pour trouver cette aide

Magasins de bricolage





TOP 5

Les aides plébiscitées
par le Club utilisateurs seniors



REHAUSSEUR DE PRISE



Descriptif

Le rehausseur de prise vous permet de brancher et débrancher sans effort et sans se baisser. Il se fixe très facilement au mur, se branche dans la prise existante (au ras du sol) et est utilisable aussitôt.

Idéal pour équiper une installation électrique déjà existante, cette prise murale s'intégrera facilement à votre pièce, à moindre coût et sans travaux.

L'avis de l'ergothérapeute

Devoir se baisser peut parfois entraîner douleurs et pertes d'équilibre. Le rehausseur permet d'améliorer l'accès à vos prises. De plus, la fonction d'extraction facilitée permet d'éjecter la prise malgré une perte de force de préhension.

Prix indicatif

40 €

Pour trouver cette aide

Revendeurs de matériel médical



PINCE DE PRÉHENSION À LONG MANCHE



Descriptif

La pince de préhension à long manche permet de ramasser facilement les objets tombés au sol.

L'avis de l'ergothérapeute

La pince à long manche compense vos limitations articulaires ou vos troubles de l'équilibre.

Prix indicatif

15 à 25 €

Pour trouver cette aide

- Revendeurs de matériel médical
- Pharmacies





TOP 5

Les aides plébiscitées
par le Club utilisateurs seniors



VEILLEUSE À DÉTECTION DE LUMINOSITÉ



Descriptif

À brancher sur secteur, elle s'allume automatiquement dès que la luminosité ambiante baisse.

L'avis de l'ergothérapeute

Attention, cette veilleuse constitue un repère lumineux et non une source d'éclairage suffisante. Elle peut, par exemple, être positionnée sous un interrupteur pour en faciliter le repérage.

Prix indicatif

10 €

Pour trouver cette aide

- Magasins de bricolage
- Grandes surfaces



Remerciements



Club utilisateurs seniors

Les utilisatrices ayant participé à l'élaboration de ce guide : Anny, Arlette, Brigitte, Chantal, Christine, Françoise, Gisèle, Hélène, Jacqueline, Josiane, Micheline, Mireille, Monique, Pascale, Patricia, Sandrine, Simone, Thérèse et Yveline.

Vous souhaitez rejoindre le « Club utilisateurs seniors » pour renforcer l'impact de cette démarche et participer à de futurs projets ?

Contactez la Maison Dahlia par téléphone au 02 35 44 97 28 ou par mail à lamaisondahlia@lehavre.fr

Professionnels

Vincent HASLOUIN, association ACOMAD

Hind LEMRHARI, Département 76

Sophie NOBLET, CARSAT Normandie

Catherine CHANVALLON, Le Havre Seine Métropole



**Maison DAHLIA
SHERPA**

70 avenue Paul Verlaine - 76610 LE HAVRE

02 35 44 97 28

lamaisondahlia@lehavre.fr

***Visite sur rendez-vous
du lundi au vendredi de 9 h à 17 h***

