

# Habitat

## «S'installer en pensant à plus tard»

**Se faciliter la vie à la maison.**

Des installations adaptées permettent à des personnes âgées de rester plus longtemps à la maison. Des «trucs» utiles même pour les jeunes L'avis du spécialiste Felix Bohn.

TEXTE ANTOINETTE SCHWAB  
PHOTOS CHRISTIAN LANZ

**Coopération.** Vous êtes conseiller-expert dans le domaine de la construction adaptée aux personnes âgées. Une profession peu fréquente. **Felix Bohn.** Oui, il n'y en a pas beaucoup! Et pourtant, la proportion de personnes âgées augmente sans cesse, comme le besoin de vivre le plus longtemps à la maison.

**Quels sont les obstacles majeurs?**

L'accès à l'appartement et la salle de bain. Or c'est précisément là qu'on aimerait se passer d'aide... Mais là, on peut concevoir plusieurs sor-

tes de transformations et d'adaptations.

**Un exemple?**

Un sol antiglisse ou tous les éléments qui permettent de se retenir quelque part, comme les poignées qui aident à se lever plus facilement de la baignoire ou des toilettes. Elles sont fixées dans la paroi et devraient être d'une autre couleur que le mur ou le carrelage, pour qu'on les distingue mieux.

**Est-ce qu'il suffit de percer des trous dans le carrelage de la salle de bain?**

Ceux qui louent un appartement doivent d'abord demander la permission à la gérance ou au pro-



priété, surtout s'il s'agit de modifications importantes.

Pour nombre de personnes âgées, c'est dangereux de rentrer dans la baignoire. Ça vaut parfois la peine de faire installer une douche à la place de la baignoire. Dans un appartement loué, c'est évidemment plus difficile.

**Salle de bain spacieuse, pas de seuils élevés, assez de luminosité: tout commence sur le papier!**



Felix Bohn, conseiller-expert dans le domaine de la construction adaptée aux personnes âgées.

Les jeunes qui cherchent un appartement devraient aussi en tenir compte, eu égard à leurs parents qui leur rendent visite. S'il s'agit d'une rénovation, il est aussi judicieux de planifier l'avenir.

**En clair, installer une douche quand on est encore capable d'entrer sans problème dans la baignoire?**

C'est plus que ça. La salle de bain devrait être assez spacieuse pour s'y déplacer sans problème avec un appareil orthopédique. Dans la cuisine, l'évier et la cuisinière devraient se trouver du même côté.

Les seuils devraient être éliminés. Dans la cage d'escalier, deux mains courantes, ce n'est pas un luxe.

**A quoi d'autre faut-il faire attention?**

A l'éclairage. Les personnes âgées ont besoin de

**«Ça vaut parfois la peine de faire installer une douche à la place d'une baignoire»**

plus de lumière. Elles sont aussi plus facilement éblouies. Une lumière indirecte est souvent ce qu'il

ya de mieux. Les contrastes aussi sont importants: il faut éviter que tout soit de la même couleur; ainsi, on peut s'orienter plus facilement. La cage d'escalier doit également être bien éclairée.

**La plupart des femmes aimeraient avoir un bon éclairage dans la cage d'escalier et devant la maison, non?**

Beaucoup d'adaptations conçues pour les personnes âgées sont aussi utiles aux plus jeunes. Un bon éclairage rassure les femmes, surtout le soir. Sans seuil, c'est aussi plus pratique pour ►►

### En savoir plus

#### Adapté aux besoins des personnes âgées

• Felix Bohn, conseils spécialisés en matière de construction tenant compte des besoins des personnes âgées, Herbartstrasse 3, 8004 Zurich. Conseils pratiques:

► **lien**  
[www.wohnenimalter.ch](http://www.wohnenimalter.ch)

• Publications et adresses des services cantonaux d'assistance pour une construction sans obstacles: Centre suisse pour la construction adaptée aux handicapés, Kernstr. 57, 8004 Zurich.

► **lien**  
[www.hindernisfrei-bauen.ch](http://www.hindernisfrei-bauen.ch)



AVEC LA VITALITÉ ET LA FORME NÉCESSAIRES,  
VOTRE BAROUDEUR INFATIGABLE  
RESTE TOUJOURS...



Perfect Fit Active est un aliment complet parfaitement adapté aux besoins de votre baroudeur infatigable. La plupart des chats sont par nature enjoués et heureux de vivre. Afin que les chats adultes se sentent bien et restent actifs, Perfect Fit Active leur apporte, outre l'énergie nécessaire, également de la vitamine B et du fer, indispensables au bon fonctionnement du métabolisme. Votre aventurier reste ainsi vif et en pleine forme. Vous trouverez des informations complémentaires sous [www.perfect-fit.ch](http://www.perfect-fit.ch)

LA NUTRITION SUR MESURE POUR CHATS

En vente dans les grands supermarchés Coop.



PHOTOS CHRISTIAN LANZ, BEATRICE THOMMEN-STÖCKLI, SP

Des poignées d'une autre couleur que la paroi sont plus visibles.

►► les familles qui ont une poussette. Quand la salle de bain est assez spacieuse, il y a encore de la place pour une table à langer.

**Ce ne sont donc pas que des exigences de personnes âgées...**

Les constructions qui tiennent compte des besoins des personnes âgées sont non seulement adap-

tées à la vie quotidienne mais elles offrent aussi plus de sécurité et de confort à tous.

**Vous avez autrefois étudié l'architecture. A cette époque, est-ce que la construction tenant compte des besoins des personnes âgées était déjà d'actualité?**

Non, mais il y a aujourd'hui un certain nombre d'ar-

chitectes qui s'y intéressent.

**Quid en matière d'ergothérapie?**

Si l'on se pose des questions concernant les adaptations à entreprendre dans son appartement, il est judicieux de s'adresser à un ergothérapeute. C'est d'ailleurs plus souvent le cas en Romandie qu'en Suisse alémanique. ■

## Objets pratiques



**Poignées de baignoire** différents modèles, dès 34 fr. 90

**Escabeau** pour entrer et sortir de la baignoire: 89 fr.



**Siège de douche rabattable**, pour douche et baignoire, dès 85 fr.

**Tabourets (douche et baignoire)** avec ou sans dossier, dès 69 fr. 90



## Actualités Rabais de 20%

Ces produits et de nombreux autres sont proposés dans les Coop brico+loisirs spécialisés. Du 3 au 15 novembre 2008, vous profitez d'un rabais de 20%. Le service «Pros de la maison» vous aide à installer ces articles. Infos dans les Coop brico+loisirs, au service des consommateurs des Coop brico+loisirs:

► **lien**  
[www.coop.ch/bauundhobby](http://www.coop.ch/bauundhobby)

## Pro Senectute/Coop Pour les seniors



La question de l'habitat prend toute son importance au moment de la retraite. Pro Senectute, qui s'engage depuis plus de nonante ans pour le bien-être des personnes âgées en Suisse, propose une aide concrète. On trouve par exemple sur [www.wohnform-50plus.ch](http://www.wohnform-50plus.ch) plusieurs formes de logement et des adresses. Par le biais de cette plate-forme, on peut aussi trouver des partenaires pour des logements communautaires ou des communautés d'habitation. Pro Senectute s'engage pour que les personnes âgées puissent vivre de façon autonome chez elles. Pro Senectute et Coop ont conclu un partenariat. Tous deux souhaitent répondre mieux aux demandes des consommateurs âgés. Les connaissances et l'expérience de Pro Senectute sont fondamentales pour Coop.

### Pro Senectute

- conseille gratuitement et discrètement les personnes âgées et leurs proches;
  - fournit des prestations de service qui rendent possible la vie à la maison jusqu'à un âge avancé. Des exemples: conseils en matière de financement d'aménagements intérieurs, aide aux tâches ménagères, service de nettoyage ou de préparation de repas;
  - dispose d'une offre de cours de langues, de créativité et de sports;
  - favorise par le biais de rencontres et de manifestations les contacts entre personnes âgées;
  - s'engage pour une vie indépendante et autonome durant la vieillesse.
- Informations:  
Pro Senectute Suisse  
Secrétariat romand  
Rue du Simplon 23  
1800 Vevey  
tél. 021 925 70 10

► **liens**  
[www.pro-senectute.ch](http://www.pro-senectute.ch)  
[www.wohnform50plus.ch](http://www.wohnform50plus.ch)