

L'adaptation du logement

[Plateforme de l'Habitat](#)

DES AMÉNAGEMENTS POUR MIEUX VIVRE CHEZ SOI

Avec l'avancée en âge et la fragilité qui l'accompagne parfois, vous serez amené(e) à repenser votre lieu de vie, à y réaliser les aménagements nécessaires pour qu'il s'adapte à vos besoins, qu'il soit encore plus confortable, convivial et sécurisant.

Cocon réconfortant, chaleureux, sécurisant, votre domicile est votre territoire. C'est **un espace privilégié** où vous avez **vos habitudes, vos repères**, où vous vous êtes épanoui(e), où vous avez eu des relations affectives fortes. Vous y êtes d'autant plus attaché(e) que vous y avez vécu des événements importants et qu'il est entièrement imprégné de **vos souvenirs**. Pour éviter d'éventuels problèmes de mobilité, il est important de le réaménager pour en faire **un lieu de rencontre, d'échange, de partage**, y recevoir vos proches et éviter ainsi de vous y enfermer et de vous couper du monde extérieur.

QUELLES SOLUTIONS POUR VIVRE EN TOUTE SÉCURITÉ ?

Quelques aménagements faciles à réaliser et peu coûteux vous permettront de rendre votre logement **plus confortable, plus ergonomique et ainsi éviter les accidents de la vie quotidienne**, comme par exemple :

- La lumière à déclenchement automatique pour bien voir,
- Les mains courantes dans les escaliers pour éviter les chutes,
- Les nez de marche antidérapants pour éviter les glissades, ...
- Les revêtements anti-dérapants dans la cuisine et la salle de bain, ...

Des aménagements plus lourds peuvent être nécessaires pour votre confort :

- Aménager et équiper les pièces d'eau (douche italienne, chaise de douche, ...)
- Installer un rehausseur de toilette et une barre d'appui,
- Adapter les systèmes de fermetures et d'ouvertures des volets,
- Mettre en place d'un monte escalier, ...

En cas de difficulté de mobilité qui mérite une réflexion plus approfondie sur **des aménagements vous permettant de sortir de votre domicile pour lutter contre l'isolement**, les **ergothérapeutes** peuvent vous informer sur les agencements les plus appropriés à vos difficultés comme adapter les couloirs et les embrasures de porte qui doivent être suffisamment larges pour permettre d'y circuler avec un déambulateur ou en fauteuil roulant ; ou encore prévoir une chambre suffisamment spacieuse pour y installer un lit médicalisé...

Enfin, pour simplifier votre quotidien, les caisses de retraite proposent certains services comme de vous livrer les repas ou de vous adjoindre une aide-ménagère ou un(e) auxiliaire de vie.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Pour échanger sur les aménagements possibles dans votre logement,

Notre service Habitat tient une permanence hebdomadaire tous les vendredis de 10h à 12h, sans rendez-vous, afin de vous conseiller et de vous orienter en fonction de votre projet Adaptation :

- les 1er et 3ème vendredis du mois à la Maison du développement, 16 rue Louis Pasteur à **Retiers**
- 2ème vendredi aux Halles, place des Halles à **Janzé**
- 4ème vendredi à la Maison des permanences, 7 rue Corbin à **Martigné-Ferchaud**

Pour en savoir plus, veuillez contacter le service Habitat au 02 99 43 64 87.

rgba(255,255,255,1)

À télécharger

Fichier

[L'adaptation du logement aux personnes handicapées et aux personnes âgées](#) (.pdf - 486.87 Ko)

Fichier

[Bien vivre chez soi en toute sécurité - Plaquette seniors](#) (.pdf - 2.34 Mo)