

Zeitschrift: Habitation : revue trimestrielle de la section romande de l'Association Suisse pour l'Habitat

Herausgeber: Société de communication de l'habitat social

Band: 94 (2022)

Heft: 3

Artikel: Des logements adaptés aux besoin des seniors

Autor: Clémentçon, Patrick

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1029632>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 02.04.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

DES LOGEMENTS ADAPTÉS AUX BESOINS DES SENIORS

Quand on rénove ou on construit un immeuble, il est bon de penser à adapter les appartements aux besoins évolutifs des seniors. Quelques menues astuces peuvent suffire à augmenter considérablement leur confort et leur sécurité... et leur permettre de rester autonomes dans leur logement le plus longtemps possible.

PATRICK CLÉMENÇON

Selon l'architecte Beatrix Jeannotat, spécialisée dans l'habitat pour les seniors, la plupart de nos aînés se sentent relativement bien dans leur logement en Suisse... et ils n'ont la plupart du temps aucune envie de déménager. Car déménager, c'est stressant et ça veut dire perdre son environnement, ses habitudes, ses amis et ses voisins; perdre le charme et les repères structurants d'un quartier, des petits commerces et des bistros, des places publiques et autres joyeusetés animant la vie sociale. Et comme le nouveau logement, plus petit, est souvent plus cher que l'ancien, on comprend donc relativement aisément qu'il n'est guère motivant de déménager à un certain âge et qu'il est donc important de pouvoir vivre aussi longtemps que possible dans un logement bien établi. Un aménagement bien adapté peut en effet permettre non seulement aux seniors de vivre dans leur



La salle de bain, avec des sols contrastés, un accès à la douche sans seuil et un siège pour s'asseoir. DR

appartement en toute sécurité et mobilité, mais cela simplifie également le travail des personnes qui leur viennent en aide. «Comme 97% des logements du parc immobilier en Suisse sont déjà construits, il semble évident qu'il vaut mieux adapter les logements existants plutôt que d'en construire des nouveaux exprès», souligne Beatrix Jeannotat. Quels sont donc les éléments essentiels de l'aménagement d'un habitat pour qu'il réponde aux besoins des seniors en matière de confort, de sécurité et d'autonomie? Le diable est dans le détail... le sentiment de confort et de sécurité d'habitation des seniors aussi. Commençons donc par faire le tour d'un appartement. Nous verrons ensuite ce qu'il est possible de faire dans les espaces de distribution à l'intérieur du bâtiment (paliers, cages d'escaliers, ascenseur, hall d'entrée) et aux abords immédiats d'un immeuble.

Lumières et contrastes

Avec l'âge, on voit moins clair et les besoins de luminosité augmentent, déjà à partir de 50-60 ans. La question de l'éclairage est donc très importante et il faut veiller à garantir un éclairage optimal, notamment dans la cuisine et dans la salle de bain, où il est recommandé d'avoir plusieurs sources de lumière. Il faut toutefois veiller à ne pas éblouir les gens: avec l'âge, on voit moins clair, mais on devient plus sensible à la lumière. Les sources de lumière que l'on ajoute doivent donc soigneusement être dirigées sur le plan d'activités qu'elles doivent faciliter.

Autre élément important: un environnement bien contrasté. Le plan de travail de la cuisine devrait donc être monochrome et plutôt clair, pour bien faire ressortir les ustensiles de cuisine. Les sols devraient être plutôt monochromes et plus foncés que les murs; les plafonds

blancs, pour une bonne diffusion de la lumière dans tout l'espace habité.

Logement sans obstacles et éléments de soutien

Il est important aussi d'avoir des sols plats, sans seuils entre les pièces, ou à la sortie de l'appartement ou du balcon, afin de faciliter les déplacements, notamment avec un déambulateur. Un tapis peut devenir un piège quand on a de la peine à bien lever les pieds en marchant. Des meubles bien stables au cheminement de l'appartement et des poignées bien placées dans la salle de bain facilitent l'ensemble des soins qu'on y pratique. Un sol antidérapant augmente considérablement la sécurité. Dans le séjour et à table, des fauteuils avec accoudoirs permettent de se lever. «En Suisse, presque 124 000 accidents liés à une chute ont lieu chaque année dans les logements privés, qui, à un certain âge, nécessitent souvent une hospitalisation», souligne Beatrix Jeannotat.

Dans la chambre à coucher, il est important de faciliter l'accès au lit et donc de laisser assez de place pour pouvoir y accéder avec un déambulateur ou accompagné. Le lit devrait avoir la hauteur du genou pour pouvoir facilement s'y asseoir, s'y coucher et se relever en toute autonomie. Et le matelas devrait être suffisamment dur pour faciliter les mouvements couchés. Il faut évidemment avoir la lumière à portée de main quand on est allongé dans le lit.

Pour avoir accès aux choses que l'on stocke normalement dans une cave, il est important de disposer dans ou près de l'appartement d'un réduit bien éclairé, avec étagères accessibles et une porte suffisamment large pour y accéder en déambulateur. Disposer d'un lave-linge dans l'appartement permet d'éviter des allers-retours dans la buanderie.

Dans l'immeuble

La porte de l'appartement doit être munie d'un judas permettant de voir qui se trouve derrière la porte. Un écran permettant de voir qui sonne à l'entrée de l'immeuble est un plus. Le paillason sera de préférence intégré dans le sol et la sonnette bien visible et accessible, avec nom de l'habitant bien lisible. La signalétique de l'immeuble sera partout bien contrastée et assez grande pour faciliter l'accueil de visiteurs âgés.

Les portes d'ascenseur doivent se refermer lentement et les lumières des cages d'escaliers et des paliers rester allumées

un bon moment ou être équipées d'un détecteur de présence. Un bouton d'alarme est obligatoire dans l'ascenseur, mais il doit surtout mettre en contact avec une personne disponible sur place... et pas avec un quelconque répondeur automatique qui n'apporte aucun secours immédiat. Dans la cage d'escaliers, il faut également un éclairage suffisant, mais pas éblouissant; des nez de marches bien contrastés et une double main courante continue, à droite et à gauche. Dans le hall d'entrée, il peut être utile de réserver une place pour entreposer aussi bien les déambulateurs que les poussettes et de

veiller à ce qu'une partie des boîtes aux lettres soient assignées aux personnes âgées et placées assez bas pour être accessibles. Il est important aussi d'avoir des sols antidérapants dans le hall et des paliers permettant de nettoyer et sécher les chaussures en arrivant de l'extérieur. La porte d'entrée de l'immeuble doit être facile à ouvrir et/ou disposer d'un système d'ouverture automatique.

Autour de l'immeuble

Une rampe d'accès est nécessaire pour pallier les quelques marches d'escaliers qui mènent à l'entrée d'un immeuble. L'accès aux conteneurs de poubelles doit être surélevé du côté de l'utilisateur pour faciliter le dépôt des sacs-poubelles. Une voiture (ou un taxi ou une ambulance) devrait pouvoir se parquer brièvement à proximité de l'entrée pour le transport des personnes. L'accès à un éventuel parking souterrain doit être bien éclairé, large et sans obstacle. Les aménagements extérieurs doivent prévoir autant des espaces partagés, ombragés et abrités, que des lieux pour se retirer au calme. Bref, que ce soit à l'intérieur ou à l'extérieur, le plus important est de faciliter la mobilité et de renforcer l'autonomie et le sentiment de sécurité des seniors. ■

UNE ARCHITECTE SPÉCIALISÉE DANS L'HABITAT DES SENIORS



Beatrix Jeannotat est architecte diplômée HdK de Berlin. Elle vit et travaille en Suisse depuis 25 ans, où elle a notamment suivi une formation à la HES de Berne pour mieux comprendre les enjeux liés à la mobilité chez les personnes âgées. Elle a travaillé presque dix ans au BPA dans la Sécurité de l'habitat et a encore complété son parcours par une formation à la Croix Rouge en tant qu'auxiliaire de santé. En plus de son travail actuel d'architecte dans une entreprise générale, où elle veille entre autres à ce que certains aménagements adaptés aux seniors ne fassent pas exploser les budgets de construction. Elle dédie un petit pourcentage de son travail aux soins à domicile, acquérant ainsi une précieuse expérience pratique. Par ce biais elle veille aux besoins des seniors et de l'aménagement de leurs logements, afin qu'ils puissent y rester le plus longtemps possible.

Quelques liens utiles

senior+--un-logement-pour-des-besoins-qui-evoluent-version--pour-imprimer.pdf

(fr. ch)

Voir+

conception_de_batimentsdhabitationadaptesauxpersonnesagees.pdf

<https://www.bfu.ch/fr/dossiers/securite-de-l-habitat>

Annexe 12: Directives pour la planification de constructions adaptées aux personnes âgées (plateformeaines.ch)

Idees d'aménagement pour tous les âges – MONA-Tool

Label et certification pour des logements adaptés à tous les âges