

# SOMMAIRE

## 01. CE QUE L'ON VISE : AMÉNAGER DES LIEUX DE VIES DÉSIRABLES

Pourquoi un guide ? .....	8
Le bon aménagement ? .....	12
Domesticité / Beauté .....	14
Adaptation soutenant l'indépendance .....	16
Ergonomie des situations de travail .....	22
Autodétermination .....	23

## 02. COMMENT FAIRE ? La méthode ..... 24 |

## 03. DÉFINIR L'AMÉNAGEMENT D'UN ESPACE

L'entrée / L'accueil .....	34
Les couloirs .....	40
Le salon .....	46
La salle à manger .....	50
La cuisine .....	54
La buanderie .....	58
La chambre .....	62
La salle de bain .....	68
Les aides techniques .....	72
Le matériel de soin .....	73

## 04. DÉFINIR UNE AMBIANCE

Bohème .....	76
Industrielle .....	78
Contemporain .....	80
Scandinave .....	82
Rustique .....	84
Art Déco .....	86
Bord de mer .....	88
Vintage .....	90

# 05.

## DÉFINIR LES FINITIONS

Les sols .....	94
Les murs .....	96
Les portes .....	98
Les plafonds .....	100
L'éclairage .....	102

# 06.

## CHOISIR UN ÉQUIPEMENT

La méthode .....	106
Les assises .....	108
Les tables .....	114
Les rangements .....	118
Le mobilier de la chambre .....	122
Les luminaires .....	124
La décoration .....	126
Les textiles .....	128
Les plantes .....	130

# 07.

## BOÎTE À OUTILS

Grille d'observation de l'espace .....	134
Diagramme des usages .....	135
Banque de meubles .....	136
Diagramme d'évaluation .....	137
A propos des auteurs .....	140



# POURQUOI UN GUIDE ?

Par Fany Cérèse, Docteure en Architecture  
& Florence Mathieu, Ingénieure en Design Social

Après avoir publié de nombreux ouvrages, livres blancs, articles scientifiques, nous avons souhaité créer un outil complet, facile à utiliser pour tous qui synthétise des années de recherche et d'expériences sur le sujet de l'aménagement des espaces de vie à destination de personnes fragiles.

Nous avons souvent été interrogées par des professionnels soignants et des directions d'établissements sur différents aspects de l'aménagement de l'espace : comment aménager un salon ? Comment choisir un joli fauteuil ? Comment faire pour que les lieux soient les plus domestiques possible tout en assurant confort et adaptation aux déficiences des personnes ?

Ce guide propose une méthode pour se lancer dans tout projet d'aménagement, des astuces, des exemples de réalisations, des pièges à éviter. Il peut être utilisé à n'importe quel moment, que ce soit lors de la construction de lieux de vie pour faire les bons choix, lors d'un projet de réaménagement ou encore à chaque acquisition d'équipement.

Il peut être utilisé pour tout aménagement de domicile privé, pour l'aménagement de lieux de vie collectifs tels que des colocations, de l'habitat inclusif ou encore des lieux de vie institutionnels à destination de personnes âgées ou en situation de handicap.

Pourquoi les personnes veulent-elles tellement vivre et vieillir chez elles ?

Les lieux que nous habitons ne sont pas simplement un cadre à notre existence, ils sont le support de notre identité, le territoire de notre intimité. Enveloppe de l'être, ils sont le reflet réciproque de la personne. Le cadre de vie, qu'il soit changeant ou le même depuis cinq décennies, est un habitat où règne notre confort. Il représentera la sécurité, l'intimité, la dignité. Il est le support de notre réflexion, de notre expérience et notre conscience.

Dans le cadre des établissements médico-sociaux, l'objectif est de retrouver ce confort à l'identique de l'ancien domicile. De résidents à habitants, il est temps d'humaniser ces structures qui peinent à être désirables pour les personnes auxquelles elles s'adressent mais aussi pour les professionnels qui y travaillent.

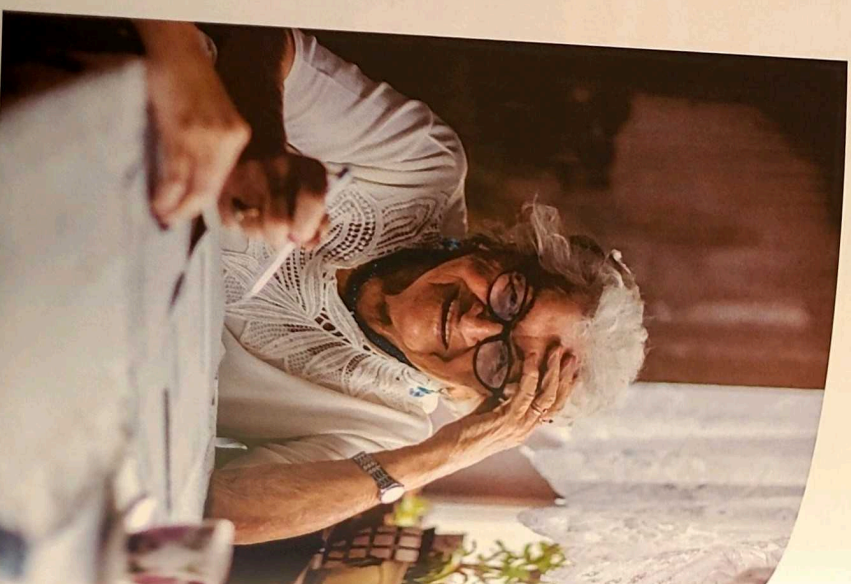
Continuer d'habiter son logement en vieillissant

S'il n'est plus toujours le lieu de l'indépendance quand on vieillit, le logement reste par excellence le lieu de l'autonomie, lieu de souveraineté et de liberté.



On peut même dire qu'il est le lieu du ce chez moi qui porte bien son nom, le logement est à la fois le lieu où nous sommes et celui qui nous aide à exprimer notre identité.

Nous organisons notre habitation à partir d'un point central qui est nous-mêmes. Ici, il n'est pas question d'esthétique mais de capacité à montrer qui nous sommes, le simple fait d'habiter.





# LE RAPPORT À L'ESPACE ET SON ÉVOLUTION AVEC L'AVANCÉE EN ÂGE OU LA SURVENUE DU HANDICAP

Les êtres humains ont besoin de se loger, de s'approprier un territoire, existent même en habitant l'espace. Selon Besse (2013), **habiter requiert à fois de la permanence dans l'environnement physique et la possibilité de l'investir, de le transformer, de l'arranger à notre manière, de lui laisser une empreinte.**

Par ses habitudes, l'individu s'installe dans l'environnement, se le rend familier, s'ancrer en lui. Par ces opérations d'appropriation de l'espace, les individus transforment l'espace en territoire qu'ils veulent utiliser, conformément à leurs intérêts pratiques et symboliques (Segaud 2012). Ce territoire varie selon chacun et existe à différentes échelles ; il est possible d'habiter simultanément le monde, son pays, sa ville, son quartier, sa maison, sa chambre, son corps. **Le rapport à l'espace investi varie tout au long de la vie et se modifie avec l'âge.**

Les années passant, le territoire physique et subjectif, vécu au quotidien tend à se rétrécir, il devient plus complexe de sortir de chez soi, de participer à la vie de la collectivité, d'explorer des territoires inconnus. **Le rétrécissement du périmètre du territoire habité semble s'imposer peu à peu à tous, avec le corps qui vieillit dans un environnement rarement adapté.**

## L'ENTRÉE EN ÉTABLISSEMENT



Le rétrécissement du périmètre du territoire habité est particulièrement important lors de l'entrée en établissement où l'espace privatif est souvent réduit à 20m<sup>2</sup>, quand ils n'est pas partagé. **S'approprier ce nouveau lieu de vie, réduit, où tous les repères (spatiaux, temporels, humains...) sont à construire est particulièrement difficile.** Cela ce traduit souvent par une santé physique et psychologique qui baisse rapidement. Dans ce contexte, créer un environnement familier, que la personne peut avoir envie d'habiter et où elle peut se sentir chez elle est capital pour permettre aux personnes de continuer à se sentir vivantes.



# RENDRE INVISIBLE LES AIDES TECHNIQUES

Le recours aux aides techniques pour l'adaptation de l'habitat peut représenter un risque de stigmatisation des personnes dans les difficultés qu'elles rencontrent.

Pour ne pas abîmer l'image domestique du lieu, certains utilisent des stratégies de camouflage de l'aide technique,

Des innovations existent aujourd'hui en matière d'esthétique des aides techniques qui peuvent plus se dissimuler. Par exemple, l'utilisation de barres de maintien en PVC blanc ou en aluminium noir rendra un aspect complètement différent à une salle de bain.

Toutes ces aides techniques sont peu esthétiques



Avec des barres de maintien en inox, l'effet est beaucoup plus domestique



Afin de cacher la planche de bain, une habitante âgée place une serviette dessus. En plus de masquer le besoin d'adopter cela doit être pratique au moment de la toilette.



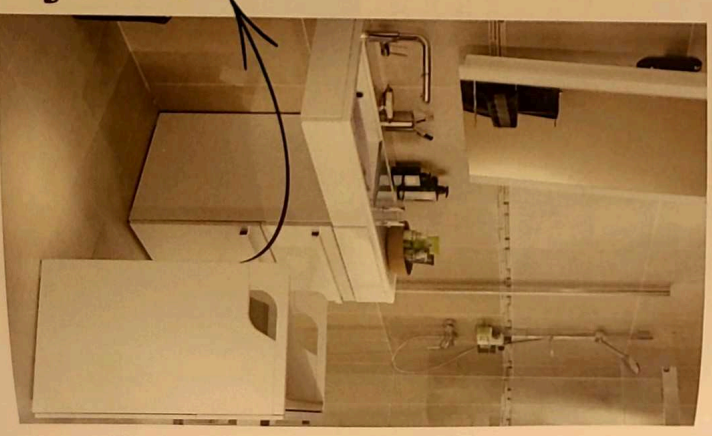
En créant une assise dans la douche, plus besoin de siège de douche !



Il existe des sièges de douche en bois, plus esthétiques qu'en PVC



Avec un meuble amovible sous la vasque, la salle de bain est accessible uniquement lorsqu'on en a besoin !





# RENDRE INVISIBLE LE MATÉRIEL DE SOIN



Avant



Après



## Les éléments qui méritent réflexion

- Le pèse-personne
- Le chariot de linge sale / propre
- Le chariot de ménage
- Le chariot de soin
- Le lève-personne
- Les fauteuils roulants non utilisés
- Le déambulateurs
- Les boîtes de gants, les protections, etc.

L'exemple inspirant de la transformation domiciliaire des unités de psychogériatrie de l'institut Helio Marin (Labenne (40))

## Les questions à se poser

- A-t-on vraiment besoin de ce matériel ici ?
- Au moment d'acheter du matériel : existe-t-il une version esthétique ?
- Si j'habitais ici, est-ce que je souhaiterais être entouré de tous ces équipements qui me rappellent en permanence les difficultés liées à l'avancée en âge ?
- Pourraient-ils être rangés ailleurs ou à proximité de sorte à ne plus être visibles des habitants tout en restant pratiques pour les professionnels ?

## La démarche

- Recenser tout le matériel / équipement présent dans les espaces de vie des habitants (collectifs / privés) qui renvoie une image sanitaire
- Pour chaque matériel, réfléchir en équipe sur la base des questions à se poser
- Pour les espaces privés, intégrer chaque habitant et ses proches à la réflexion pour dissimuler au mieux le matériel (ex : mettre la boîte de gants dans une boîte à mouchoirs décorative)
- Mettre en place un plan d'action et en informer l'ensemble du personnel
- Désigner un référent qui, s'assure du maintien des nouvelles règles dans le temps



# LA SALLE DE BAIN

La salle de bain, oasis de calme, est un lieu pour se rafraîchir et se détendre. C'est un endroit où l'on peut prendre soin de soi, où l'on peut se laver et se parer avec soin.

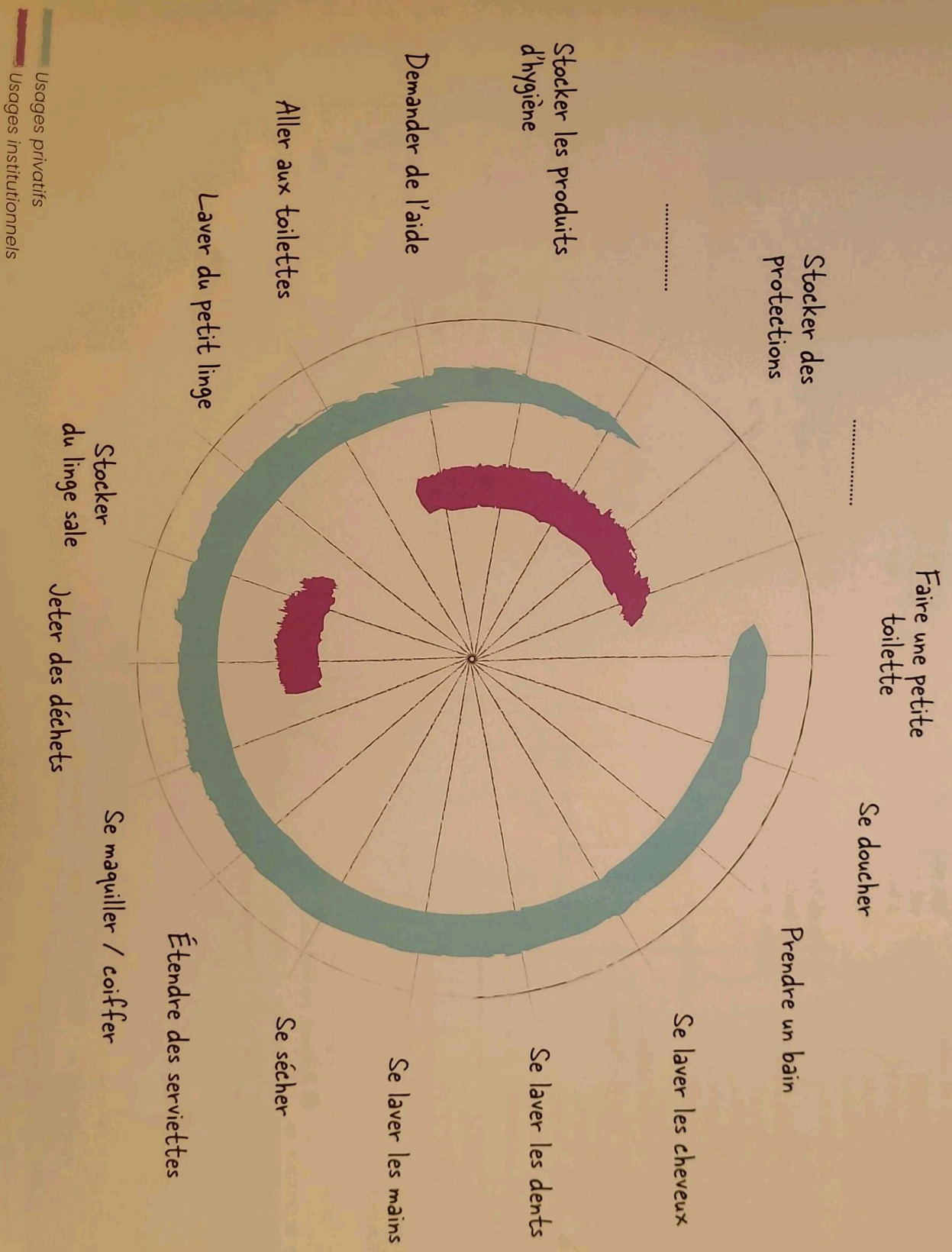
## APPRENDRE À OBSERVER CET ESPACE

- À quoi ressemble-t-elle ?
- Peut-on identifier facilement l'espace de la douche ?
- Les habitants peuvent-ils y installer facilement leurs effets personnels ?
- Est-il possible de garantir un minimum d'intimité si la porte est restée ouverte ?
- Existe-t-il un dispositif qui permet d'éviter les éclaboussures ?
- L'espace est-il naturellement éclairé ?



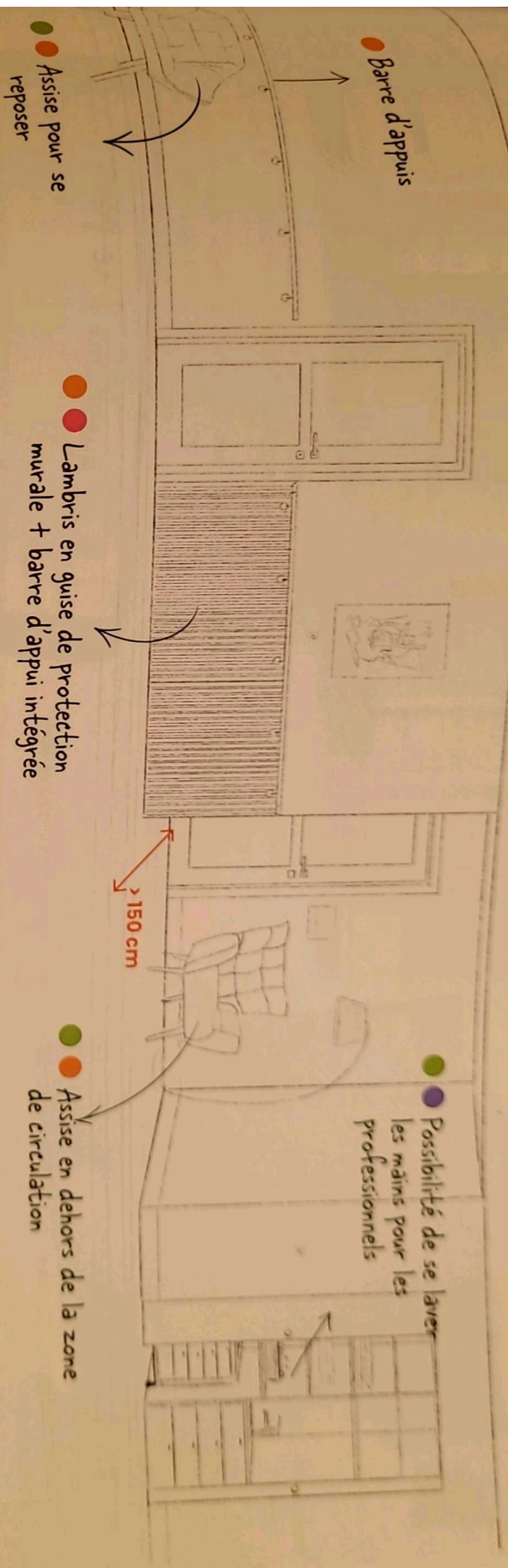
# À QUOI CET ESPACE DOIT-IL SERVIR ?

En fonction de votre situation, déterminer les usages pertinents et/ou compléter avant de vous lancer dans un projet d'aménagement !

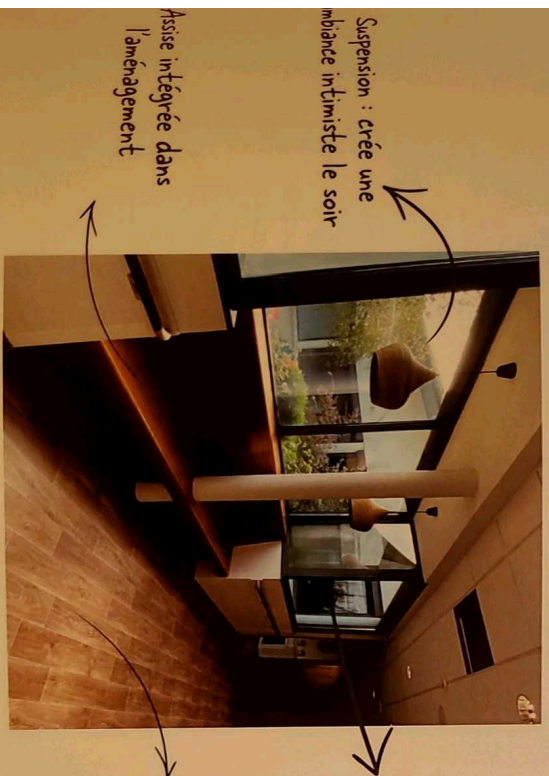




# AMENAGER UN COULOIR INSTITUTIONNEL



## La bonne astuce



Suspension : crée une ambiance intimiste le soir

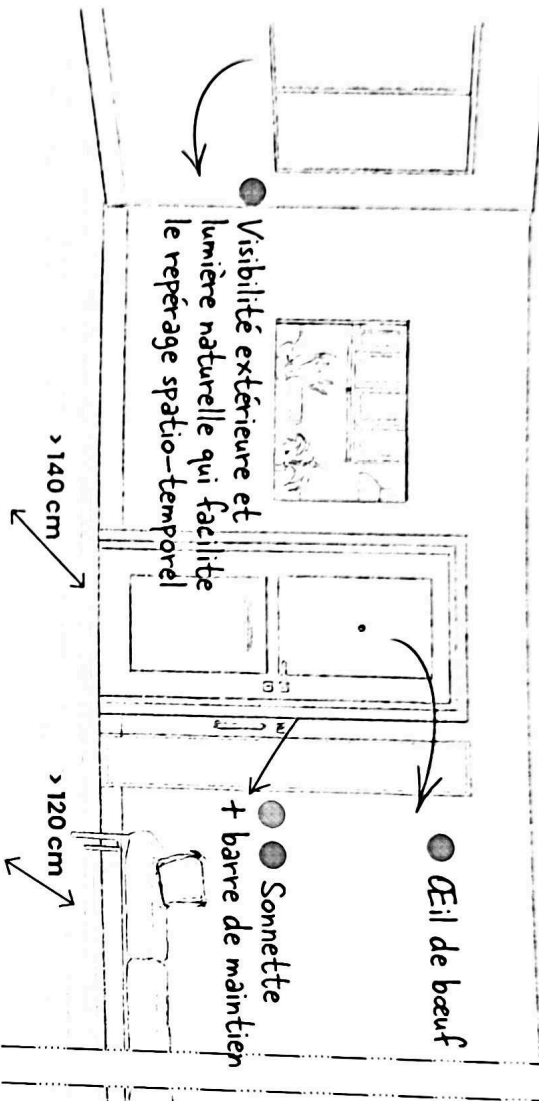
Assise intégrée dans l'aménagement

Eclairage naturel permet de se repérer facilement, donne de la perspective

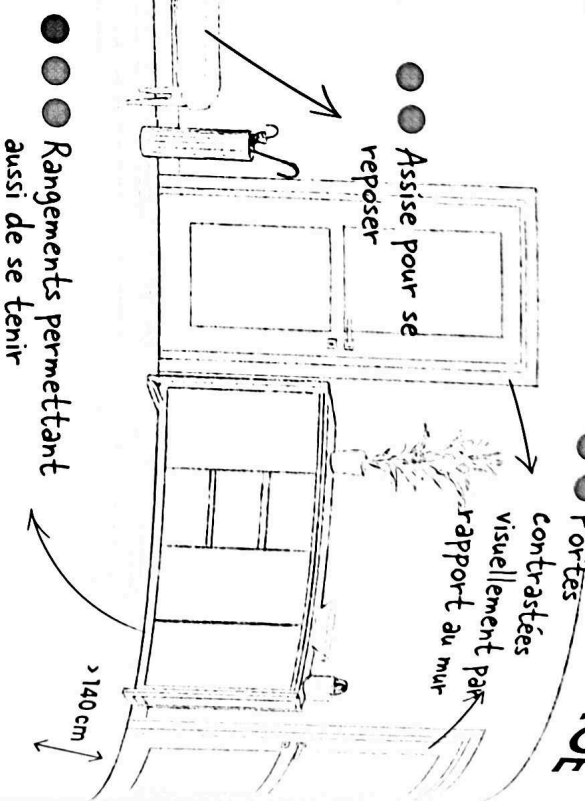
Sol à l'allure domestique, ambiance chaleureuse

- Qualité d'usage
- Beauté / Domesticté
- Adaptation soutenant l'indépendance
- Ergonomie des situations de travail
- Autodétermination

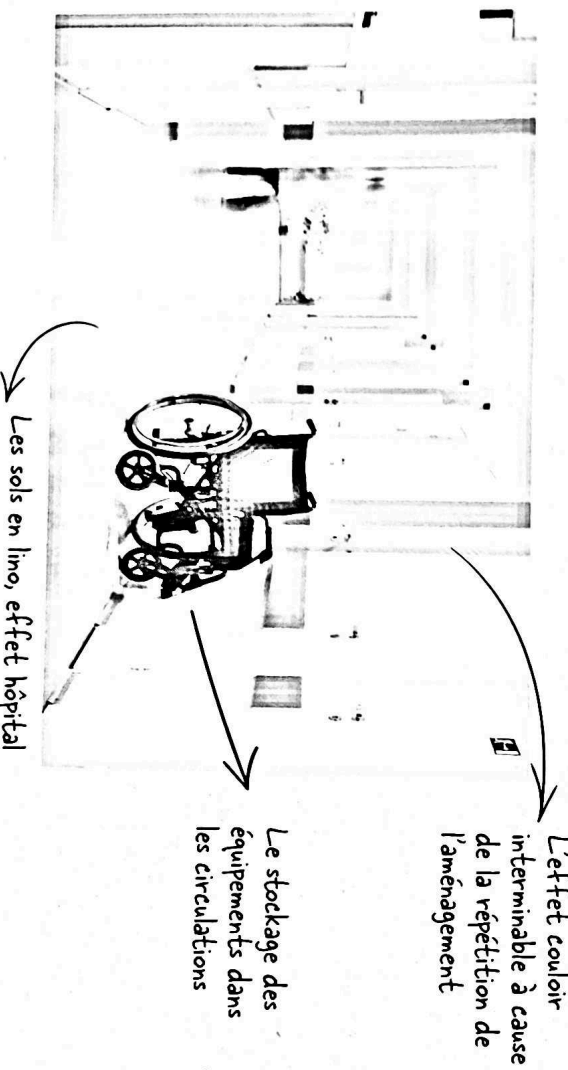
# AMÉNAGER UN COULOIR DOMESTIQUE



# AMÉNAGER UN COULOIR PARTAGÉ



😊 On évite



## Les "espaces des déambulation"

