Zeitschrift: Curaviva : revue spécialisée

Herausgeber: Curaviva - Association des homes et institutions sociales suisses

Band: 7 (2015)

Heft: 3: L'habitat au grand âge : les modèles de lieux de vie se diversifient et se multiplient

Artikel: Un appartement bien aménagé, où jeunes et vieux se sentent bien : "Ce qui est spécial, c'est justement qu'il n'y a rien besoin de spécial"

Autor: Leuenberger, Beat / Bohn, Felix

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-813764

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.12.2025

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

Un appartement bien aménagé, où jeunes et vieux se sentent bien

«Ce qui est spécial, c'est justement qu'il n'y a rien besoin de spécial»

Nul exploit architectural pour adapter un appartement aux aléas du grand âge, mais des petits détails qui facilitent le quotidien. L'aménagement ergonomique de logements ne prévoit rien qui ne serait utile qu'aux seules les personnes âgées, affirme Felix Bohn*.

Propos recueillis par Beat Leuenberger

Monsieur Bohn, vous êtes ergothérapeute, architecte, gérontologue et spécialiste de l'éclairage dans les constructions. Qu'est-ce que toutes ces disciplines ont à voir les unes avec les autres?

Felix Bohn – Mon ambition est d'aider les gens à vivre le plus longtemps possible de façon autonome, avec les ressources qu'ils peuvent encore mettre en œuvre. Cela comporte aussi une dimension architecturale.

A quoi pensez-vous en premier lieu?

Qu'une personne fragilisée soit encore capable de monter et descendre l'escalier, cela dépend également s'il est doté d'une main courante ou non. Et une poignée fixée au mur peut faire toute la différence pour qu'une personne puisse utiliser les toilettes sans l'aide de personne.

Quel est le bon moment pour se préoccuper du logement au grand âge?

Avant que quelque chose arrive. Avant qu'il soit trop tard. Je vois souvent les gens se préoccuper de la question une fois qu'ils suivent un programme de réhabilitation après une fracture de la hanche. C'est trop tard. D'où ma réponse: le plus tôt possible.

Vous ne pouvez pas donner d'âge précis?

Non. Mais le jour où une personne de 50 ans refait sa cuisine ou sa salle de bain dans son appartement ou sa maison, elle aurait tout intérêt à réfléchir à une installation adaptée à l'âge, puisqu'elle est destinée à durer 20 ou 30 ans. Pour le confort et la sécurité, l'investissement en vaut la peine. Une douche de plein-pied, par exemple, offre un accès aisé et facilite le nettoyage. Et le jour où elle sera vraiment nécessaire, elle sera déjà là.

«Nous devons tous envisager qu'avec l'âge, nous aurons plus de difficulté à nous déplacer.»

L'autre possibilité serait que les gens cherchent un appartement sans obstacles le moment venu.

Oui, mais de tels appartements sont encore peu nombreux et généralement cher, car ils se trouvent essentiellement dans les nouvelles constructions. Il y a un autre aspect à ne pas négliger auquel je pense parce qu'il me concerne personnellement: je suis devenu papa sur le tard, j'ai deux enfants en bas âge. Mes parents sont donc âgés. Pour qu'ils puissent venir nous rendre visite, éventuellement garder les enfants, notre

* **Felix Bohn** est ergothérapeute diplômé, architecte diplômé EPF, planificateur éclairagiste certifié SLG, gérontologue certifié INAG. Il est aussi consultant indépendant dans le domaine des nouvelles constructions et transformations de résidences et d'établissements pour personnes âgées. (www.wohnenimalter.ch).

appartement doit donc déjà maintenant être adapté au grand âge.

Cela fait longtemps que vous accompagnez des projets de construction adaptée aux personnes âgées, que vous conseillez des particuliers pour l'aménagement de leur logement. Selon votre expérience, y a-t-il des erreurs que les gens répètent systématiquement et qu'il faudrait pourtant absolument éviter?
Nous devons tous envisager qu'avec l'âge avançant, nous aurons davantage de difficulté à nous déplacer, à voir et à entendre. Emménager à 60 ou 70 ans dans un appartement au troisième étage dans un immeuble sans ascenseur n'est certainement pas très malin. Fondamentalement, d'un point de vue architectural, il y a deux critères indiscutables qui permettent de dire si quelqu'un peut rester chez lui ou non: le premier concerne l'accès – y a-t-il un ascenseur? –, le deuxième la salle de bain. Des adaptations ne sont pas toujours possibles. Le jour où les personnes ne peuvent plus faire leur toilette seules, alors l'indépendance à domicile est menacée.

«Je suis épaté de voir combien l'éventail des structures s'est élargi.»

Pour les personnes âgées en perte de mobilité, le logement et l'environnement immédiat constituent leur milieu de vie. Quels sont les besoins et les exigences architecturales que cela implique?
Lorsque le rayon de déplacement se réduit et que les gens ne peuvent ou ne veulent plus conduire, l'avantage est d'avoir toutes les choses du quotidien à portée de main: épicerie, pharmacie, banque, poste. Les logements ainsi centralisés sont cependant difficiles à trouver et cher. Il faudrait au moins des transports publics à proximité, équipés de planchers abaissés.

Quels sont les équipements, les infrastructures, les meubles qui sont indispensables pour qu'une personne âgée vive agréablement? Ses besoins sont-ils différents de ceux de ses plus jeunes années?
Non. Mais disons-le autrement: si un appartement est adapté pour les personnes âgées, il conviendra aussi aux plus jeunes générations. Les personnes âgées apprécient que les WC soit positionnés à la bonne hauteur pour se relever facilement. Elles ne veulent pas d'un canapé dans lequel elles s'enfoncent au point de ne plus pouvoir en sortir, mais il doit être néanmoins bien rembourré. Les chaises doivent avoir des accoudoirs et ce serait bien également que le lit soit à la bonne hauteur pour s'asseoir, avec un matelas pas trop mou.

Ce ne sont pas là des mesures extraordinaires.
Effectivement non! Il n'y a besoin de rien qui pourrait gêner ceux qui sont en pleine possession de leurs moyens. De façon générale, il n'y a besoin de rien de particulier qui ne serait adapté que pour les personnes âgées. Cette information s'adresse aussi aux concepteurs de logements. Il faut sans cesse répéter aux investisseurs: «Les appartements adaptés aux personnes âgées ne sont pas faits que pour les personnes âgées.» Car là où passe un déambulateur, passent aussi la poussette et le chariot pour les courses. Le déménagement aussi est plus simple lorsqu'il n'y a pas de barrières architecturales.

Le discours social est arrivé à la conclusion qu'il n'est pas possible de construire des EMS pour le nombre croissant de personnes âgées dépendantes. Si cela est vrai, quels sont donc les modèles d'habitat à développer à l'avenir pour le grand âge?
Le principe de base «ambulatoire avant stationnaire» est un élément central. La plupart des gens souhaitent vivre à domicile aussi longtemps que possible. Toutefois, il me semble que la répugnance à entrer en EMS tient avant tout à l'image négative et dépassée qui colle encore aux institutions médico-sociales, et selon laquelle on n'aurait plus le droit de rien décider seul une fois là-bas. Il est urgent de corriger cette image. Mais revenons à la question des formes d'habitat pour le futur: nous devons veiller à ce que les nouvelles constructions et transformations tiennent compte des critères d'adaptation aux per-

Dossier thématique et publications

Curaviva Suisse a récemment ouvert, sur son site internet, un dossier thématique intitulé «Habitat et architecture pour le grand âge». On y découvre diverses publications sur le sujet, parmi lesquelles deux qui ont été récemment éditées: «Les apports de la psychologie de l'architecture à l'amélioration de l'habitat et de la vie au grand âge» et «Habitat senior – Proposition de lexique romand unifié».
Le premier de ces documents présente les principaux concepts psychologiques de l'architecture (adéquation de l'individu avec son environnement construit) et les transformations possibles qui surviennent avec l'avancée en âge. Il émet un certain nombre de recommandations. Le texte se concentre sur la situation de personnes âgées en habitat collectif ou en établissement, mais, pour la plupart, les considérations et conseils s'appliquent aussi aux logements privés.

La deuxième publication, «Habitat senior – Proposition de lexique romand unifié», est une adaptation d'un document publié en allemand en 2014 qui propose une terminologie et une définition de base pour les principales solutions d'habitat pour les seniors. Cette version francophone puise largement dans les écrits et les pratiques de la Suisse romande. Elle est complétée par la présentation de certaines formes d'accompagnement pratiquées en particulier par les EMS. Enfin, elle décrit les tendances qui se développent, comme l'EMS «multiprestataire», et esquisse celles encore à venir au vu de l'évolution démographique. ■

Plus d'informations sur www.curaviva.ch > Infos spécialisées > Dossiers thématiques

>>

sonnes âgées. Je suis épaté de voir combien l'éventail des structures s'est élargi, et comment il est possible aujourd'hui de passer, dans la continuité, du domicile en toute indépendance, à l'indépendance avec l'aide des services à domicile, à l'habitat protégé et à l'habitat avec accompagnement.

Il y a aussi le modèle intergénérationnel, par exemple celui qui réunit sous le même toit une crèche et un EMS.

Oui, cette variante fait de l'EMS un élément vivant d'un quartier. En période de pénurie de personnel, elle constitue aussi un bon argument pour reconquérir des professionnelles qui ont de jeunes enfants. Je trouve que les personnes vieillissantes ont aujourd'hui, dans les plus grandes agglomérations, un très large choix de solutions et peuvent prendre leur vie en mains. Là, nous parlons des personnes qui ont entre 55 et 75 ans, qui sont encore en forme et qui ont aussi pour la plupart suffisamment d'argent pour se payer un nouveau départ lorsque les enfants ont quitté la maison. Mais quant à savoir si des projets non conventionnels comme les colocations peuvent encore fonctionner à un âge où tout devient fragile et couvrir les besoins fondamentaux, c'est une autre question.

«L'âge n'est pas une maladie ou un handicap.»

Les villages pour les personnes atteintes de démence sont aussi une nouvelle forme d'habitat. Sur la commune bernoise de Wiedlisbach, un tel village doit voir le jour en 2018. Les Pays-Bas et l'Allemagne ont déjà quelques années d'expérience dans ce domaine. La démarche visant à reproduire une normalité pour les gens qui y vivent est très controversée par bon nombre d'experts. Quel est votre avis sur la question?

Sans connaître le projet de Wiedlisbach, je vois plutôt d'un bon œil une telle structure. En revanche, je connais bien le projet pionnier de Hogewey, près d'Amsterdam. Il m'a convaincu. Les personnes souffrant de démence ont besoin d'un grand espace de liberté. En même temps, il faut assurer une sécurité, la leur et celle de la structure. Ces deux exigences contradictoires créent des tensions. A mon avis, Hogewey a parfaitement su solutionner ce problème. Le village est protégé par un périmètre naturel. A l'intérieur, les gens peuvent évoluer librement. Certains d'entres eux profitent bien de cette liberté pour se déplacer à leur guise. Je trouve qu'il y a là une grande qualité de vie, que l'on ne retrouve pas nécessairement partout chez nous, où parfois il n'y a même pas un espace extérieur à disposition ni même une petite terrasse. La question de l'intégration ou de la séparation des personnes souffrant de démence est une autre discussion. Il y a des arguments pour et contre pour les deux options.

«Là où passe un déambulateur, passe aussi une poussette.»

En tout cas, on a l'impression qu'une architecture adaptée aux personnes atteintes de démence a une grande influence sur leur bien-être.

Oui, j'aime beaucoup les idées, comme celles mises en œuvre dans le centre de compétence Sonnweide à Wetzikon: dans deux des maisons, les étages sont reliés entre eux par des rampes centrales au lieu des escaliers. Les résidents ont ainsi la possibilité de se promener librement dans la maison et de choisir eux-mêmes les endroits où ils se sentent bien. Les rampes sont le signe que l'architecture a pris en considération ces personnes et leur envie de déambuler. Dans les villages pour les personnes atteintes de démence, les gens peuvent se promener librement et entrer dans les différentes maisons, les restaurants et les magasins.

Bon nombre d'experts critiquent cette structure qui crée un quotidien illusoire.

Oui, j'en ai eu connaissance. L'unité de chemin de fer du centre psychogériatrique de Bethlehemacker, à Berne, qui donne l'impression à ses résidents qu'ils font un voyage en train, fait aussi l'objet de critiques. En ce qui me concerne, je n'ai rien contre ce type de proposition, pour autant qu'il s'agisse d'une offre facultative.

Un logement construit de façon à ce que les personnes âgées s'y adaptent et s'y déplacent facilement convient aussi aux plus jeunes générations. Quel est le logement idéal dans lequel jeunes et vieux se sentent bien?

Il ne doit en tout cas pas donner l'impression d'être un logement pour personnes âgées. Car il ne comporte rien qui ne soit utile qu'aux personnes âgées. La cuisine est traditionnelle, mais aménagée de façon ergonomique, c'est-à-dire que l'évier, le plan de travail et la cuisinière sont agencés en ligne d'un même côté de la cuisine afin de ne pas avoir à porter les ustensiles et les ingrédients de part et d'autre. Naturellement, l'éclairage n'éblouit pas et le sol ne fait pas de reflets et ne glisse pas. En bref, c'est un logement tout à fait normal, aménagé selon des critères ergonomiques, sans obstacles et accessible par un ascenseur. Ce qui est spécial, c'est justement qu'il n'y a rien besoin de spécial. L'âge n'est pas une maladie ou un handicap et n'est pas non plus une situation exceptionnelle de la vie.

Les babyboomer vont bientôt atteindre l'âge de la dépendance. On dit qu'ils auraient d'autres exigences que les aînés actuels, qui sont tolérants, reconnaissants et qui se contentent de peu. Les représentants de la génération à venir veulent mener librement leur vie aussi longtemps et aussi pleinement que possible, malgré la dépendance. Quel pourrait être l'impact de ces attentes sur l'habitat adapté?

L'époque où les personnes âgées se laissaient tout faire est révolue depuis longtemps. Je me réjouis qu'elles manifestent leurs besoins. Les babyboomers sont de jeunes vieux de 60 à 70 ans. Dès qu'ils seront plus fragiles avec l'avancée en âge, ils seront contents eux aussi de recevoir un soutien et des soins. Dans une situation de dépendance croissante, c'est difficile pour tout le monde de poser et imposer ses exigences.

Le fait est que tous souhaitent rester le plus longtemps possible à la maison.

Oui, et je le répète: c'est fortement lié à la mauvaise image qui pèse injustement sur les EMS. Il y a un travail d'information à

faire à ce propos. Car généralement, les gens ne décident pas eux-mêmes d'aller en EMS ou pas. Par ailleurs, vivre à domicile n'est pas toujours la meilleure solution. Ce qui importe pour les babyboomers, c'est de pouvoir choisir le plus librement possible: l'un voudra bénéficier d'une aide à domicile, l'autre ira vivre dans une communauté, un troisième habitera chez sa fille et n'aura pas besoin d'aide extérieure. A mon avis, la société devrait soutenir tous ces modèles.

Selon votre expérience, pouvez-vous affirmer que les nouvelles structures médico-sociales seront construites au sein des quartiers et non plus à la périphérie des agglomérations?
La connaissance et la volonté sont bien là, en tout cas. Mais l'espace est naturellement très convoité, surtout s'il a une position centrale, à quelques pas de la gare et des lieux animés. On est donc en concurrence avec de nombreux autres intéressés. Les anciens EMS sont certes situés en périphérie, mais nous connaissons tous aujourd'hui l'importance de l'intégration dans la vie quotidienne.

Dans la conception du milieu de vie prévaut le principe du design universel, c'est-à-dire un design accessible et attractif pour tous les utilisateurs, indépendamment de leur âge. Cette approche correspond-elle aussi aux représentations d'un expert de la construction adaptée aux personnes âgées et à celles souffrant de démence?
Oui, absolument. Le principe de design universel doit être à la base de toute conception pour associer le plus largement possible toutes les personnes, aussi les personnes âgées, malvoyantes ou en situation de handicap. Cela se vérifie par exemple dans l'utilisation des distributeurs de billets des transports publics. On parle ici du principe des deux sens: une information doit toujours pouvoir être perçue par au moins deux sens. Pour une cuisinière équipée d'un commutateur rotatif, je vois et je sens au toucher si elle est allumée ou éteinte.
En revanche, une personne malvoyante aura de la peine à utiliser une cuisinière ou un ascenseur muni de touches tactiles alors qu'elle peut pourtant cuisiner et prendre l'ascenseur. Le design universel est une façon de concevoir pour rendre les choses accessibles aussi aux personnes limitées dans leurs capacités sensorielles ou physiques.

«Vivre à domicile n'est pas toujours la meilleure solution.»

Lorsqu'un logement correspond exactement aux besoins des personnes, la psychologie de l'architecture parle de «evidence based design», c'est-à-dire un concept architectural basé sur des preuves et des références. De telles réflexions ont-elles cours aujourd'hui dans la pratique?
Ce que je constate, c'est que les maîtres d'ouvrages ont la volonté de construire des logements adaptés aux personnes âgées en

>>

Annonce

Schulthess-Wet-Clean:
le meilleur lavage pour tous les textiles

Outre l'eau, Schulthess-Wet-Clean recourt à des lessives liquides écologiques pour nettoyer les textiles avec le plus grand soin:
- uniformes
- linge de lit
- vêtements
- vêtements de protection
- coussins
- chiffons en microfibres

Ecologiques et intelligents, avec port USB

Contactez-nous, nous sommes là pour vous conseiller!

Schulthess Maschinen SA
CH-8633 Wolfhausen, info@schulthess.ch
Tél. 0844 880 880, www.schulthess.ch

170 depuis 1845
SCHULTHESS
La lessive: Le savoir-faire

Un confort qui n'a pas à craindre la comparaison: une niche confortable avec vue, à l'EMS Rosenau in Matten, près d'Interlaken.

se conformant aux directives existantes en matière de planification. Les check-lists comportent également des instructions pour chacune des pièces du logement. Ainsi, on est assuré de ne rien oublier d'essentiel. En Suisse, la loi impose la construction sans obstacles à partir d'un certain nombre d'appartements.

Quel rôle joue le confort l'habitat?
Un rôle important. Cependant, si la construction elle-même ne favorise pas les rencontres ou ne permet pas à une personne âgée souffrant d'un handicap physique de participer à la vie sociale, alors le confort ne sert à rien. Je pense qu'en premier lieu, c'est le gros œuvre qui doit être adapté. Tout le reste n'est qu'aménagement et équipement, quand bien même c'est important. Malheureusement, on fait souvent l'inverse avec pour conséquence que les logements ne fonctionnent pas pour des personnes très âgées.

Comment l'évolution des besoins psychiques des personnes âgées agit-elle sur la conception des logements et de l'environnement?
Quand le besoin en sécurité s'accroît, quand la solitude menace parce que le conjoint est décédé et que les enfants sont partis, quand la mobilité se perd, l'équipement du logement revêt une importance centrale. Le pire serait un appartement accessible par le garage souterrain, avec un ascenseur. Plutôt qu'une cage d'escalier intérieure, mieux vaut une coursive éclairée sur laquelle passent les habitants des autres appartements: cela procure un sentiment de sécurité et offre des opportunités de rencontre pour échanger quelques mots. A part ça, monter les escaliers est bon pour la force, pour l'habileté et pour la confiance. La planification permet beaucoup de choses: mettre les boîtes aux lettres pour plusieurs maisons à un même endroit abrité du lotissement, installer un banc à proximité sous un arbre, ne pas aménager la buanderie à la cave, mais dans un endroit plus attrayant bénéficiant de la lumière du jour – cela augmente les chances de croiser quelqu'un tous les jours.

«L'espace de vie devrait couvrir un maximum des besoins de la vie quotidienne.»

L'habitat ne s'arrête pas à la porte de la maison. Comment concevoir l'environnement afin qu'il soit adapté aux personnes âgées physiquement diminuées?
Les distances à parcourir sont décisives. Avec l'âge, le périmètre dans lequel on évolue tend à se rétrécir. L'espace de vie ainsi réduit devrait cependant couvrir un maximum des besoins de la vie quotidienne. Il devrait être varié et divertissant, proposer un parc animé mais aussi des lieux plus tranquilles pour se retirer. Là où c'est possible, les obstacles architecturaux doivent être éliminés et les passages sécurisés pour les personnes âgées et les enfants.

Selon l'Association Alzheimer, 60% des personnes souffrant de la maladie d'Alzheimer vivent à domicile, dans un environnement normal. Quelles sont les adaptations utiles qui leur facilitent la vie?
Je m'aventure peut-être sur un terrain glissant, mais je pense que l'on doit ici penser d'abord aux proches aidants. Ils ont besoin de repos pour reprendre des forces. Les moyens techniques offrent beaucoup de solutions: le GPS pour localiser le papa qui se promène encore tout seul mais qui ne retrouve pas toujours le chemin de la maison, des tapis d'alarme ou d'autres systèmes qui signalent lorsque la maman se lève au milieu de la nuit. Ils permettent aux proches aidants de dormir tranquillement dans une chambre séparée sans avoir à tendre l'oreille au moindre bruit. Indirectement, ces outils profitent aussi aux personnes concernées puisqu'ils permettent aux proches d'être mieux reposés et d'avoir ensuite davantage d'énergie. Comme chez les personnes âgées, il s'agit ici aussi d'éliminer les obstacles architecturaux et les éléments potentiellement dangereux.●

Texte traduit de l'allemand

Waldmann W
ENGINEER OF LIGHT.

ViVAA
LUMINAIRE D'AMBIANCE

Le nouvel éclairage général à LED ViVAA donne non seulement vie à votre intérieur, mais le système d'éclairage biodynamique reproduisant la lumière naturelle régule également votre horloge interne. ViVAA est étonnement efficace grâce à une puissance lumineuse impressionnante, une part élevée d'éclairage indirect et des LED Premium. Moins de luminaires sont nécessaires pour équiper une pièce. Vous pouvez opter pour deux diamètres de lampe et pour la suspension ou le plafonnier.

Waldmann Lichttechnik GmbH, Telefon +41 62 839 1212
info-ch@waldmann.com, **www.waldmann.com/vivaa**