

Rendre son milieu de vie accessible : des idées pour aménager la salle de bain

Quand les difficultés augmentent le domicile peut se révéler être rempli d'obstacles.

L'ergothérapie s'intéresse à l'aménagement du domicile afin de diminuer les barrières physiques. Souvent quelques aménagements suffisent mais parfois des modifications plus importantes sont nécessaires.

Pour la salle de bain, une porte coulissante, intégrée à la cloison offrant un passage de 77cm valable pour un fauteuil roulant standard est idéale. La surface de la pièce est en rapport avec l'aide à la marche utilisée (3).

En France, environ 74,4 % des résidences principales sont équipées d'une baignoire (1).

Pour les baignoires standards, il existe des aides pour faciliter le transfert dans la baignoire, des barres d'appui pour entrer et sortir de la baignoire, des planches ou des sièges de bain qui se posent sur les rebords de la baignoire et sécurisent l'enjambement, et des sièges élévateurs.

Quant aux douches c'est l'enjambement du bac qui pose problème. Pour pallier à cette difficulté, les douches à l'italienne ou équipées d'un bac extra plat présentent l'avantage d'un accès en fauteuil roulant. Même si vous vivez en appartement ou qu'un siphon de sol n'a pas été prévu dans la maison, vous pouvez obtenir une accessibilité sans enjambement, grâce à une pompe d'aspiration. Par exemple, la pompe à eau proposée par IDHRA (2).



Figure 1. Douche accessible



Figure 2. Douche à l'italienne Crédits photos Idhra

Des parois de douche mi-hauteur permettent à une tierce personne d'aider pendant la toilette sans inonder la salle de bain.

Pensez aux mitigeurs thermostatiques, qui facilitent le réglage de la température, au pommeau de douche avec flexible suffisamment long (180cm) placés sur une barre de glissement facile d'atteinte en position assise (100cm du sol). Pensez également aux barres d'appui pour l'entrée et la sortie de la baignoire ou de la douche, et qui aident à se mettre en position debout (3).

Le lavabo placé de préférence face à la porte, évite les manœuvres fatigantes, sans meuble, sans colonne, avec siphon déporté en arrière pour permettre l'accès en fauteuil et le passage des genoux.

Des aides financières pour l'adaptation du logement peuvent être attribuées sous certaines conditions. Selon votre situation (propriétaires occupants ou locataires) vous pouvez contacter votre **caisse de retraite ou mutuelle**, le **PACT** (centre de Protection, d'Amélioration, de Conservation et de Transformation de l'habitat de votre département, *pact-habitat.org*), l'**ANAH** (Agence Nationale de l'Habitat, *anah.fr*), la **CAF**, Caisse d'Allocation Familiale (Pah ou Prêt à l'Amélioration de l'Habitat, *caf.fr*), votre *centre des impôts* (crédit d'impôt), votre *employeur* (Participation des Employeurs à l'Effort de Construction, « 1% employeurs »).

Pour une demande de prestation de compensation du handicap, se renseigner auprès du service social du centre SLA et de la **MDPH** (Maison Départementale des Personnes Handicapées).

1. *Insee, enquêtes Logement 2006*
2. *Idhra diffusion*
3. *Handicap & habitat : Normes et conseils pratiques du CNRH 1997*