



BUILT 03

Une maison adaptée aux personnes atteintes de démence

Adaptation des logements pour les personnes atteintes de démence.

[Commencer >](#)



Warsaw University
of Technology



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Public visé

Ce module est destiné à tous ceux qui souhaitent s'informer sur les modifications et les principes clés de conception des maisons adaptées aux personnes atteintes de démence.

Il s'adresse toutefois principalement aux :

- Aux soignants, qui peuvent conseiller les concepteurs sur les besoins particuliers des personnes atteintes de démence,
- Aux concepteurs, qui ont peu ou pas d'expérience dans la conception d'espaces pour les personnes atteintes de démence.
- Aux conseillers qui pourront l'utiliser pour s'informer et donner des conseils sur les exigences d'un logement adapté aux personnes atteintes de démence.

Des connaissances de base sur la démence et la conception seraient utiles.

Tous les modules de la série BUILT and HEALTHY constituent de bons prérequis pour ce module.





BUILT

MODULE 3

Une maison adaptée aux personnes atteintes de démence

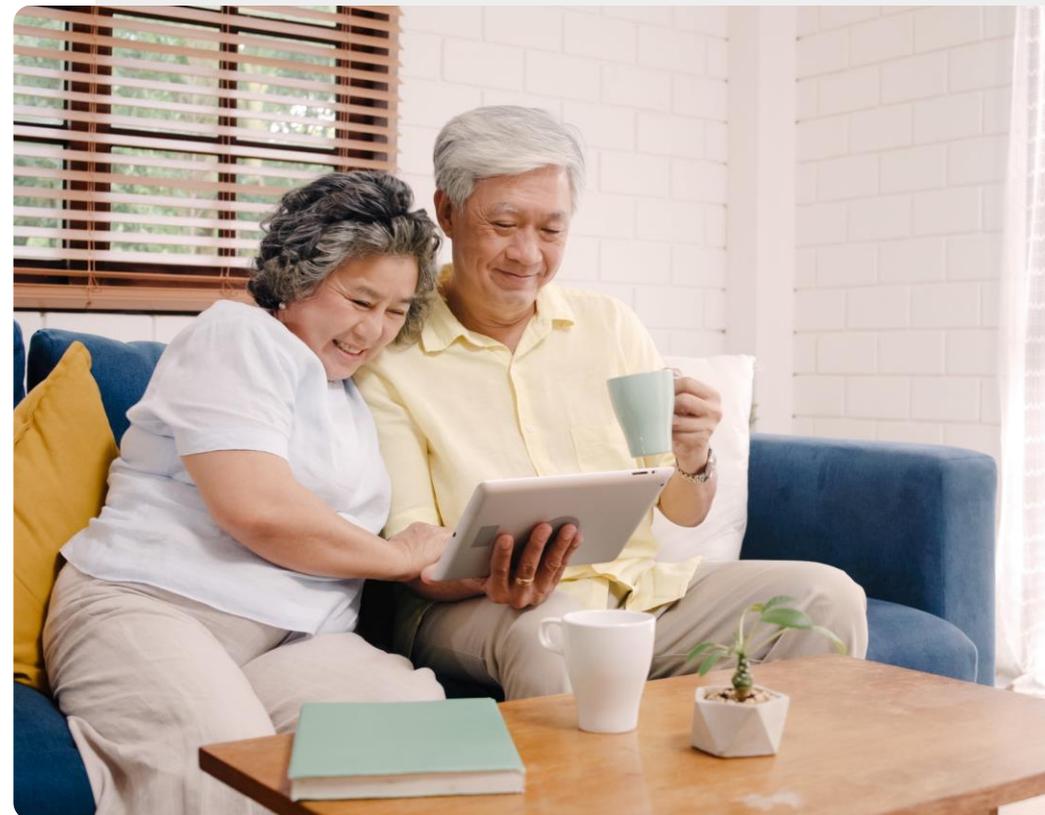
Dans ce module, vous apprendrez à organiser et à réaliser les adaptations nécessaires à votre domicile afin de créer un espace sûr et convivial pour les personnes atteintes de démence, et leurs aidants.

Une maison adaptée aux personnes atteintes de démence

Un logement adapté aux personnes atteintes de démence est un logement qui répond aux besoins et compense les pertes cognitives et physiques des personnes atteintes de démence.

C'est une maison qui soutient la mémoire, permet le fonctionnement et offre un espace sûr et convivial aux personnes atteintes de démence, tout en offrant bien-être et intimité aux aidants.

Il favorise une vie plus saine et plus heureuse et permet aux occupants du foyer de vivre de manière autonome le plus longtemps possible.



Ce que vous allez apprendre dans ce module

- 1 Qu'est-ce qu'un logement adapté aux personnes atteintes de démence et que faut-il prendre en considération pour en créer un ?
- 2 Quelles déficiences associées au vieillissement et à la démence peuvent être prises en charge par une conception adaptée aux besoins des personnes atteintes de démence ?
- 3 Pourquoi l'environnement physique et donc l'aménagement intérieur sont-ils importants ?
- 4 Quels sont les principes clés de l'aménagement lié à la gestion de la démence à domicile ?
- 5 Quelles sont les principales caractéristiques du design à prendre en considération lors de la conception d'un produit pour les personnes atteintes de démence ?
- 6 Quelles mesures liées au design adapté à la démence peuvent être prises dans les espaces domestiques respectifs ?



Les chapitres de ce module

1

L'aménagement adapté à la démence

2

Les principes clés de l'aménagement adapté à la démence

3

Les caractéristiques clés des aménagements

4

Guide de la pièce et de l'espace



BUILT

MODULE 3

CHAPITRE 1

L'aménagement adapté à la démence

Ce chapitre fournit des informations sur certains besoins communs des personnes atteintes de démence auxquels le design peut répondre. Le rôle thérapeutique de l'environnement physique sera également abordé.

L'aménagement adapté à la démence

Le nombre croissant de personnes atteintes de démence dans le monde nécessite des interventions à différents niveaux.

Un bon design peut rendre la vie plus facile et faciliter les activités de la vie quotidienne, non seulement pour les personnes atteintes de démence, mais aussi pour leurs aidants, qui sont principalement des membres de leur famille.

Le design adapté à la démence offre des solutions qui peuvent favoriser la vie indépendante des personnes souffrant de troubles cognitifs légers à modérés, afin qu'elles puissent vieillir sur place dans leur propre maison et mener une vie plus heureuse et moins stressante.



Ce que vous allez apprendre dans ce chapitre

- 1 Pourquoi un design adapté à la démence ?
- 2 Quelles sont les déficiences liées à l'âge et à la démence ?
- 3 Pourquoi un environnement physique bien conçu est-il considéré comme un traitement non pharmacologique ?
- 4 Quels types d'environnement physique bâti pourraient être abordés et modifiés pour aider les personnes atteintes de démence à vivre de manière autonome ?



L'aménagement adapté à la démence

Les gens font l'expérience de l'environnement à travers leurs sens et, en dehors de toutes leurs préférences personnelles, toutes les déficiences influencent la façon dont les gens perçoivent l'environnement et comment ils s'y comportent.

Souvent, les comportements problématiques sont attribués à la maladie elle-même, mais c'est parfois un environnement mal conçu qui a un impact sur le comportement et peut être source de confusion, d'anxiété, de stress ou d'accidents pouvant conduire à une institutionnalisation non souhaitée.

En tant que personnes, nous voulons vivre plus longtemps chez nous, seuls ou avec nos proches, car il est reconnu que nous nous épanouissons mieux chez nous, mais aussi en tant que société, nous voulons éviter les coûts supplémentaires et les problèmes liés à l'institutionnalisation.

L'aménagement adapté à la démence va dans ce sens.



Voici Cornelia, 67 ans

Cornelia est retraitée et vit seule dans un appartement en zone urbaine. Elle a perdu son mari il y a deux ans, ses fils vivent à l'étranger et sa petite-fille a récemment déménagé dans une autre ville pour aller à l'université.

Elle se sent triste et fatiguée, et elle a remarqué des pertes de mémoire inhabituelles qui la stressent face aux défis quotidiens.

Elle veut pouvoir subvenir à ses besoins de manière indépendante aussi longtemps que possible et se sentir en sécurité chez elle tout en faisant face à sa maladie : la démence.

Pensez-vous que Cornelia ou ses proches peuvent faire quelque chose dans son environnement ? Voyons si nous pouvons l'aider.



Les handicaps liés à l'âge

La démence est un terme général qui englobe diverses maladies cérébrales progressives touchant des personnes de tous âges. Cependant, la majorité des personnes souffrant de démence sont des personnes âgées. La démence précoce représente environ 2 à 8 % de tous les cas de démence.

Le design adapté à la démence doit prendre en considération les déficiences liées à la fois au vieillissement et à la démence.

Les déficiences liées à l'âge que le design peut traiter sont les suivantes :

- Moteur (musculo-squelettique)
- Sensorielles (vue, ouïe, toucher, kinesthésie, odorat et goût)
- Rythme circadien (horloge biologique)



Les handicaps liés à l'âge

Moteur (musculo-squelettique)

Les fonctions motrices se détériorent avec le vieillissement et de nombreuses personnes connaissent des problèmes au niveau des muscles, des articulations et des os.

Cela peut entraîner des chutes, une diminution de la portée et de la préhension, des difficultés à trouver l'équilibre ou des problèmes de mobilité générale.

La santé du squelette et le manque de vitamine D sont liés à une exposition réduite à la lumière du jour sur la peau.

Si vous voulez en savoir plus sur la mobilité : **jetez un oeil au module BUILT 7.**

BUILT 7

Sensoriels (vue, ouïe, toucher, kinesthésie, etc.)

Les problèmes oculaires liés au vieillissement, tels que la taille de la pupille et le temps de réaction, l'épaississement, le jaunissement, la réduction de l'élasticité et l'augmentation de l'opacité du cristallin, altèrent la capacité des personnes à voir les couleurs et à distinguer la profondeur, rendent l'éblouissement plus difficile à tolérer et ralentissent l'adaptation des yeux à différents niveaux de lumière.

La surdité de transmission et la surdité neurosensorielle (SNHL) entraînent une réduction de la capacité à entendre les sons à haute fréquence, une hypersensibilité aux sons à basse fréquence et une incapacité à filtrer les sons indésirables comme le bruit de fond, ce qui rend la compréhension de la parole difficile.

Rythme circadien (horloge biologique)

Les problèmes de régulation de l'horloge biologique surviennent souvent chez les personnes âgées et sont encore plus fréquents chez les personnes atteintes de démence.

Ils entraînent des perturbations du sommeil, des siestes fréquentes pendant la journée, des réveils nocturnes et, souvent, une errance nocturne chez les personnes atteintes de démence.

En fin de soirée, la lumière bleue des ordinateurs, des téléphones ou de la télévision aggrave la situation.

L'exposition à des niveaux élevés de lumière le matin peut souvent atténuer le problème.



 **Le saviez-vous ?**

La prévalence de la cécité et des déficiences visuelles augmente de manière exponentielle avec l'âge. *(Lafuma, A.J., Brézin, A.P., Fagnani, F.L. et al. , 2006)*

Plus de 70% des personnes âgées de plus de 70 ans ont une déficience auditive. *(Action on Hearing Loss, 2011)*

Les handicaps liés à la démence

La démence est un trouble progressif et, selon l'étendue des lésions cérébrales, les déficiences des personnes concernées varient à des degrés différents.

L'état de santé général, la personnalité, le niveau d'éducation, les conditions de vie, la situation familiale et d'autres facteurs ont également une incidence sur la démence, qui s'aggrave généralement avec le temps.

Les problèmes que rencontrent les personnes varient et sont regroupés en quatre catégories : activités de la vie quotidienne, cognition, comportement et communication.

Ces problèmes se traduisent généralement par des niveaux élevés de stress et de frustration, entraînant souvent de l'agitation et des problèmes de comportement. Une partie des déficiences peut être traitée par des solutions environnementales.



Les handicaps liés à la démence

Mémoire

Les troubles de la mémoire, en particulier pour les événements récents dans le cas de la maladie d'Alzheimer, peuvent entraîner une désorientation dans un nouvel endroit, car la personne ne peut se rappeler pourquoi et comment elle est arrivée là.

Elle ne peut pas se rappeler où se trouvent les choses et comment elles fonctionnent.

Des sentiments d'insécurité et de confusion peuvent apparaître.

La personne peut oublier qu'elle a d'autres déficiences.

L'apprentissage

Les difficultés d'apprentissage peuvent se traduire par des problèmes d'apprentissage de nouvelles choses ou de nouveaux environnements.

Une personne peut ne pas être en mesure d'apprendre à faire fonctionner de nouveaux appareils ou de savoir où se trouve une pièce donnée, par exemple les toilettes, surtout dans une nouvelle maison.

Ainsi, les personnes peuvent passer tout leur temps à chercher des endroits ou à essayer d'utiliser des objets de manière répétitive, ce qui peut être une cause d'anxiété.

Le raisonnement

L'altération du raisonnement peut entraîner une incapacité à trouver l'emplacement des pièces ou le fonctionnement des objets, en particulier ceux qui ne sont pas familiers. Cela rend ces objets impossibles à utiliser. On le voit clairement dans l'utilisation des robinets modernes, des distributeurs de savon ou des chasses d'eau, qui peuvent parfois poser problème même aux personnes non handicapées.

L'aménagement doit s'appuyer sur les comportements passés et innés d'une personne.

Les handicaps liés à l'âge

Un niveau de stress élevé

Les personnes qui ont du mal à comprendre leur environnement sont exposées à des niveaux de stress élevés.

En outre, leur seuil de tolérance au stress est plus bas, de sorte qu'elles s'agitent rapidement en cas de surstimulation, qu'il s'agisse de bruit, de mauvaise lumière, d'activité excessive, de mouvement ou de température inadéquate.

Il est parfois difficile de dire pourquoi les gens se comportent d'une manière donnée, surtout lorsque les raisons des perturbations qu'ils subissent ne sont pas évidentes.

Problèmes de perception visuelle

Les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer sont sujettes à des problèmes visuo-perceptifs. Elles peuvent mal interpréter ce qu'elles voient.

Les motifs ondulés peuvent sembler bouger.

Il peut être difficile d'estimer la profondeur et donc la distance.

La perte de sensibilité au contraste peut entraîner des problèmes de distinction entre l'objet et le fond.

Un paillason noir sur le sol peut être confondu avec un trou.

La perception d'un éclairage insuffisant peut entraîner des difficultés dans les activités et augmenter le risque de chute.

Difficulté à s'adapter aux déficiences du vieillissement normal

Toutes les déficiences associées à la démence influencent la compréhension, l'adaptation et la gestion des déficiences sensorielles et motrices liées au vieillissement normal.

Les personnes atteintes de démence ont donc besoin de plus d'indices pour donner un sens à leur environnement immédiat et à ce qui se passe autour d'elles.

L'objectif thérapeutique de l'environnement physique

L'environnement physique, et donc l'aménagement intérieur, n'est pas un remède contre la démence, mais il est considéré comme une intervention non pharmacologique, un traitement à visée thérapeutique visant à **améliorer la qualité de vie souhaitée** en s'appuyant sur des émotions positives et des réponses innées aux stimuli - lumière, son, température, sourire, nature...

Perdant leurs capacités d'adaptation, les gens perçoivent souvent leur environnement comme stressant et exigeant. Ce phénomène, conjugué à la baisse de leur seuil de tolérance au stress, entraîne confusion, anxiété, comportement inapproprié ou agressivité.

Une bonne conception de l'environnement physique qui remplit ses objectifs thérapeutiques, favorise la santé et le bien-être et réduit les comportements ou incidents indésirables.



Objectifs thérapeutiques de l'aménagement de l'environnement physique

- Assurer la sûreté et la sécurité.
- Maintenir le confort et la dignité, protéger le besoin d'intimité.
- Soutenir les capacités fonctionnelles.
- Maximiser la conscience et l'orientation.
- Offrir des possibilités de stimulation et de changement.
- Maximiser l'autonomie et le contrôle.
- Maintenir et renforcer les liens avec ce qui est sain et familial.
- Offrir des possibilités de socialisation.



Un environnement matériel aménagé

On ne peut pas compter sur les personnes atteintes de démence pour s'adapter à l'environnement. C'est l'environnement qui doit être conçu pour compenser leurs déficiences, leurs pertes et leurs sens vieillissants, souvent progressifs.



Un environnement physique aménagé

Il y a trois composantes majeures de l'environnement physique qui pourraient être modifiées pour soutenir les pertes et améliorer la sécurité. Certaines solutions doivent être mises en œuvre au tout début de la conception, comme les changements structurels ; cependant, beaucoup peuvent être mises en œuvre plus tard et c'est sur elles que nous nous concentrerons ici.



Architecture (Structure) (adapté)

Murs, ouvertures, forme de la pièce, longs couloirs, etc.



Aménagement intérieur + Décoration (Adapté ou semi-adapté)

Revêtement de sol, mobilier, éclairage, couleurs, décorations murales



Qualités sensorielles

Éblouissement, bruit, température

Quiz

Click the **Quiz** button to edit this object

 **BUILT** | **MODULE 3** | **CHAPITRE 1** | L'aménagement adapté à la démence

Un logement adapté aux personnes atteintes de démence répond à leurs besoins et compense leurs pertes cognitives et physiques.

- Vrai
- Faux

Résumé du chapitre

1

Vous avez appris que l'aménagement de l'environnement physique peut traiter les déficiences liées à l'âge et à la démence et constituer un traitement non pharmacologique permettant aux personnes de vivre plus longtemps chez elles, tout en conservant la qualité de vie souhaitée.

2

Ces connaissances vous aideront à comprendre les considérations et les raisons qui sous-tendent la conception ou la réalisation d'agencements pour les personnes atteintes de démence.

3

Vous pouvez conseiller les autres sur les raisons pour lesquelles l'aménagement est important pour les personnes atteintes de démence.

4

Ce cours devrait vous aider à comprendre que le comportement des gens résulte souvent de choix liés à la conception et peut être modifié par ceux-ci.

5

Le chapitre suivant, intitulé "Principes clés de l'aménagement pour la démence", est recommandé comme suite à ce module, ainsi qu'à tous les modules HEALTHY et BUILT.

Chapitre complété !

Félicitations ! Vous avez terminé ce chapitre avec succès !

Compétences acquises

- 1** Vous connaissez des déficiences liées à la vieillesse et à la démence que l'aménagement peut prendre en charge.

- 2** Vous pouvez citer les objectifs thérapeutiques de l'aménagement de l'environnement physique.

- 3** Vous connaissez les principales composantes de l'environnement aménagé qui peuvent être modifiées.

Ce qui vous attend

Maintenant, vous pouvez soit reprendre ce chapitre, soit poursuivre en cliquant sur l'un des boutons ci-dessous :

[Recommencer](#)[Suivant](#)[SANTÉ](#)[CONSTRUIT](#)



BUILT

MODULE 3

CHAPITRE 2

Les principes clés de l'aménagement adapté à la démence

Ce chapitre vous indique quels sont les principes clés de l'aménagement du foyer à prendre en compte lors de la conception d'un produit pour les personnes atteintes de démence.

Les principes clés de l'aménagement adapté à la démence

L'architecture d'intérieur requiert des connaissances vastes et spécifiques dans différents domaines. Toutefois, la compréhension par un profane des déficiences et des pertes ressenties par des personnes atteintes de démence peut aider à apporter des modifications et des adaptations appropriées à leur domicile, qui les aideront au lieu de les gêner et de créer des obstacles.



Un conseil pour Cornelia

Vous avez déjà rencontré Cornelia, voici une suggestion utile pour elle :



"N'acceptez pas de cadeaux et n'achetez pas de choses pour votre maison qui ne sont pas absolument nécessaires".

Ce que vous allez apprendre dans ce chapitre

- 1 Dans ce chapitre, vous apprendrez quels sont les principes clés des aménagements adaptés aux personnes atteintes de démence.



Les principes clés de l'aménagement adapté à la démence

En suivant les principes clés de la conception pour la démence, il est possible de créer un environnement physique qui facilite la routine quotidienne des personnes souffrant de troubles moteurs et cognitifs et qui compense le vieillissement des sens.

Pour les personnes atteintes de démence, l'expérience et le comportement dans certains environnements sont influencés non seulement par les éléments et caractéristiques architecturaux (meublier, finitions), mais aussi par quatre caractéristiques essentielles de cet espace : l'image, la négociabilité*, la familiarité et la stimulation, qui doivent également être pris en compte.

***La négociabilité** est la possibilité de réfléchir à la signification de l'espace.



Les principes clés de l'aménagement adapté à la démence

1**2****3**

**Orientation dans l'espace, le temps et l'activité,
grâce à des espaces bien identifiables**

Les personnes atteintes de démence doivent pouvoir reconnaître l'usage d'une pièce en y entrant grâce à des repères environnementaux, afin de savoir où elles se trouvent, quel est le but de la pièce et ce qu'elles peuvent y faire. De même, des liens visuels entre les espaces, des indices tels que du texte ou des pictogrammes, peuvent les orienter dans l'espace avant même d'entrer dans la pièce.

1

2

3



Pouvez-vous dire ?

Quel est clairement le but de cet espace ?

Et Cornelia ? Pourquoi ?

Le temps et l'activité, l'orientation dans l'espace, des espaces significatifs

Comme il peut être difficile de reconnaître l'espace, surtout dans un environnement inconnu, ce qui peut entraîner la confusion et l'insécurité, il est important de donner des repères environnementaux qui rendent l'espace non négociable et sa fonctionnalité claire.

- Le mobilier, les installations et les accessoires doivent donner des indications immédiates sur l'espace et doivent être propres à des zones spécifiques, comme la salle à manger ou le salon (tables et canapés).
- Les finitions suggèrent également la fonction d'un espace ; les textiles d'intérieur comme les tapis, les oreillers ou les rideaux indiquent le caractère chaleureux d'une chambre à coucher ou d'un salon, tandis que le carrelage peut impliquer un environnement hygiénique comme une salle de bains ou des toilettes.
- La conception de l'éclairage peut également donner des informations sur le cadre. Un lustre peut être attendu dans les salons, une lumière vive dans les zones de forte activité, une lampe industrielle dans un espace technique.
- Les supports (objets, accessoires, artefacts) orientent également vers l'espace et l'activité, les calendriers et les horloges vers le temps. Les serviettes et les shampoings suggèrent la salle de bains ; les livres et les magazines : le coin lecture ; l'étalage de nourriture et l'odeur de la nourriture : la salle à manger. Les horloges informent sur l'heure de la journée.
- La signalétique doit être claire et placée à 1,2 mètre de hauteur pour une meilleure visibilité, surtout lorsqu'il s'agit de toilettes et d'entrées ou de sorties. L'installation de panneaux d'interdiction d'accès ou de sorties camouflées peut réduire les comportements de recherche de sortie.
- Il est suggéré d'utiliser des repères multiples pour renforcer les messages.

1

2

3



Pouvez-vous dire ?

Quel est clairement le but de cet espace ?

Et Cornelia ? Pourquoi ?

1

2

3



Pouvez-vous dire ?

Quel est clairement le but de cet espace ?

Et Cornelia ? Pourquoi ?

Les principes clés de l'aménagement adapté à la démence

1

2

3



Stimulation sensorielle sans stress, Espace simple : Désencombrement

Réduire l'environnement physique et la stimulation sociale pour créer un espace simple et plus compréhensible. Désencombrez-le pour ne pas envoyer de messages contradictoires sur l'environnement. Trop de choix peu clairs peuvent entraîner une confusion, une surstimulation et un stress conséquent. N'oubliez pas l'évolution des besoins des personnes atteintes de démence.

Stimulation sensorielle sans stress, espace simple : Désencombrement

Un niveau normal de stimulation est perçu comme une surstimulation par les personnes atteintes de démence. Le vieillissement des sens et le déclin cognitif nécessitent une stimulation douce et positive pour ne pas accabler la personne.

- Le volume sonore doit être suffisant et adapté à l'âge des personnes. Dans la mesure du possible, il convient d'éviter les surfaces dures et d'utiliser des textiles doux qui absorbent les sons.
- Une combinaison d'éclairage naturel et artificiel sera la plus efficace. Il faut éviter les ombres profondes dans les zones cruciales pour la marche, le travail ou la détente.
- L'éblouissement doit être atténué par l'utilisation de rideaux ou de stores et de revêtements de sol ou du mobilier non réfléchissants.
- Des pièces facilement accessibles, comme des cuisines ouvertes ou des toilettes visibles de différents endroits, et différents dispositifs faciles à utiliser peuvent faciliter les activités quotidiennes.
- Les objets doivent avoir des textures différentes pour fournir une stimulation tactile.
- Désencombrez l'espace des objets inutiles qui n'indiquent pas le but réel de la pièce. Préparez suffisamment d'espace de rangement, et simplifiez ou supprimez les motifs.



Désencombrez l'espace !

Cornelia veut désencombrer sa chambre des objets inutiles. Pouvez-vous l'aider ?

Rencontrez et prenez le temps de connaître Cornelia. [Vous pouvez trouver des informations sur Cornelia ici.](#)

Organisez et nettoyez l'espace successivement, étape par étape, et évitez de tout faire d'un coup.

Faites en sorte que Cornelia ait le sentiment de contrôler le processus.

Répartissez les objets en quatre catégories et suivez leur description :

- Ranger : organisez les objets visuellement pour qu'ils soient bien visibles et étiquetés, et qu'ils soient conservés au même endroit pour être faciles à trouver ; déplacez les objets dans l'espace/la pièce qui leur convient.
- Stocker : dans des récipients transparents.
- Donner : il peut être plus facile pour certaines personnes de faire don de certains objets que de les jeter.
- Jeter

Les principes clés de l'aménagement adapté à la démence

1

2

3



Conçu pour un soutien fonctionnel

Des éléments de conception soigneusement choisis permettent aux gens de vivre de manière aussi indépendante que possible, car ils les rendent plus confiants. Des niveaux de difficulté appropriés, correspondant à leurs capacités physiques et cognitives, les aident à mieux gérer les tâches quotidiennes, comme par exemple les poignées à béquilles, plus faciles à utiliser que les poignées rondes.

Conçu pour un soutien fonctionnel

De nombreuses solutions de conception peuvent être mises en œuvre pour soutenir les personnes dans leurs activités.

- Les longs couloirs ou chemins avec des "impasses", également dans le jardin, bénéficieraient de zones de repos qui peuvent rediriger les personnes lorsqu'elles sont perdues ou confuses. Il suffit de ne pas en tenir compte au moment de la planification.
- L'accès visuel du lit aux toilettes est très important car il renforce l'indépendance de la toilette et minimise le risque d'incontinence.
- Un éclairage adéquat (plus clair) peut aider à s'orienter sans risque de chute.
- Une armoire modifiée, partiellement ouverte, dans laquelle les vêtements du lendemain sont suspendus de manière visible, simplifie la tâche cognitive de l'habillage. Les étagères ouvertes facilitent le repérage des objets, mais le problème de la surstimulation peut se poser et doit être pris en compte.
- Le contraste des couleurs dans les zones appropriées est important pour se déplacer de manière autonome dans la maison sans risque de chute.
- Des appareils faciles à utiliser, comme les radios et les horloges numériques indiquant le jour et l'heure, peuvent permettre de s'orienter vers la date et les nouvelles du jour.

Les principes clés de l'aménagement adapté à la démence

4

5

6



De la familiarité, des choses venant de leur passé

Les personnes atteintes de démence s'appuient sur des lieux, des objets ou des personnes familiers, car il est souvent plus facile de se rappeler des souvenirs passés que des souvenirs récents. L'aménagement peut faire le lien avec le mode de vie et les activités passées d'une personne en plaçant des objets ou des installations familiers et significatifs.

De la familiarité, des choses venant de leur passé

Les objets familiers du passé facilitent non seulement le fonctionnement d'une personne mais renforcent également les liens avec ce qui est sain et familier. Elles favorisent le maintien de la mémoire à long terme et peuvent se traduire en aménagement par des meubles, des installations, des objets ou des activités.

- Les espaces familiers pour les activités familiales sont importants et il faut éviter la tentation d'une rénovation de la cuisine ou de la salle de bain dans un style moderne qui peut gêner une personne.
- Les espaces destinés aux activités familiales doivent être maintenus ou organisés et doivent être facilement visibles et accessibles pour aider à s'engager dans des activités significatives telles que l'écriture, le jardinage, le pliage du linge, etc.
- Le placement d'objets familiers peut servir de points de repère qui facilitent l'orientation dans l'environnement : intérieur ou extérieur. Ils peuvent être importants, notamment à l'entrée des pièces ou des appartements, pour aider à se diriger vers l'espace approprié.
- Les photos des membres de la famille peuvent déclencher des souvenirs positifs et renforcer la mémoire, à condition que les souvenirs soient bons.

Les principes clés de l'aménagement adapté à la démence

4

5

6



Un espace personnalisé, des goûts personnels

Le sentiment d'être chez soi n'a pas la même signification pour tout le monde. Il est important d'organiser ou d'adapter l'espace en fonction des goûts personnels et de l'histoire d'une personne atteinte de démence afin qu'elle se sente en sécurité.

Un espace personnalisé, des goûts personnels

Les personnes atteintes de démence peuvent vivre de manière autonome jusqu'à un certain point. Cependant, il arrive un moment où elles doivent être prises en charge par des aidants, ce qui implique souvent de déménager au domicile de la personne aidante, qui est souvent un membre de la famille.

- Le sentiment d'appartenance à un foyer est un sentiment de soi, et il devrait être possible de le refléter dans le domaine de l'habitat, où une chambre personnalisée pour une personne atteinte de démence peut s'appuyer sur des émotions positives et familières, lui permettant de se sentir en sécurité.
- Les espaces doivent permettre de combiner des goûts différents afin que toutes les personnes qui les utilisent puissent se sentir en sécurité, détendues et chez elles.
- Les espaces destinés aux personnes atteintes de démence doivent être aménagés en fonction du passé, des goûts et des habitudes de la personne. Même si l'art abstrait n'est pas recommandé pour les personnes atteintes de démence, accrochez-le si la personne atteinte de démence est experte en la matière et a une attitude positive à son égard.
- Il est important de fournir aux aidants des espaces privés et sûrs où ils peuvent se reposer au cas où ils s'installeraient chez des personnes atteintes de démence.

Les principes clés de l'aménagement adapté à la démence

4

5

6



Espace intérieur et extérieur sûr, sécurisé et positif

Les déficiences physiques et cognitives rendent difficile l'utilisation et le déplacement dans les espaces. Il est impératif d'éliminer les obstacles environnementaux (physiques et cognitifs) pour créer des espaces sûrs et sécurisés. Les environnements immédiats doivent également être bien définis pour permettre des choix faciles.

Espace intérieur et extérieur sûr, sécurisé et positif

La sécurité est une exigence essentielle de la conception. Avec des capacités et des compétences réduites, les personnes atteintes de démence ont souvent besoin de caractéristiques supplémentaires ou spéciales pour les aider à utiliser et à se déplacer plus facilement dans l'environnement.

- **À côté des solutions standards permettant de faire face aux obstacles environnementaux**, comme des rampes ou des barres d'appui, des aménagements tels que des **informations cohérentes et claires** et des commandes ou poignées **faciles à utiliser** peuvent être utilisés.
- **Le contraste entre les éléments essentiels**, par exemple les murs et le sol, les murs et les meubles, les boutons sur les panneaux de commande, peut **compenser** les déficiences visuelles.
- **Des repères multiples ou redondants**, tels que la stimulation visuelle (photographies d'aliments) et olfactive (arôme du pain), peuvent aider les gens à identifier une salle à manger ou une cuisine. Les repères multiples renforcent les messages environnementaux et augmentent les chances qu'ils soient vus et compris.
- **Des messages cohérents**, comme le code de couleurs ou la hauteur des panneaux, peuvent introduire des éléments de prévisibilité dans l'espace.

Quiz

Click the **Quiz** button to edit this object

 **BUILT** | **MODULE 3** | **CHAPITRE 2** Les principes clés de l'aménagement adapté à la démence

Les modifications et adaptations apportées au domicile doivent aider les personnes atteintes de démence et non les gêner ou créer des obstacles.

- Vrai
- Faux

Résumé du chapitre

1

Vous avez appris les principes clés de l'aménagement adapté la démence qui doivent être respectés afin de créer une maison adaptée à la démence.

2

Ces connaissances vous permettront d'appliquer les règles importantes lors de la conception ou de la réalisation d'adaptations pour les personnes atteintes de démence.

3

Vous pouvez conseiller les autres sur les principes du design qu'ils doivent prendre en compte et sur la manière dont ils peuvent les utiliser.

4

Ce chapitre devrait vous aider à comprendre que des adaptations à domicile peuvent être réalisées en tenant compte de certains principes de base.

5

Le chapitre suivant "Caractéristiques clés des aménagements pour la démence" est recommandé comme suite de ce module.

Chapitre complété !

Félicitations ! Vous avez terminé ce chapitre avec succès !

Compétences acquises

1

Vous connaissez les principes clés du design pour les personnes atteintes de démence.

2

Vous pouvez donner des exemples de principes clés.

3

Vous devez être capable d'appliquer différents principes en fonction des besoins des personnes.

Ce qui vous attend

Maintenant, vous pouvez soit reprendre ce chapitre, soit poursuivre en cliquant sur l'un des boutons ci-dessous :

Recommencer

Suivant





BUILT

MODULE 3

CHAPITRE 3

Les caractéristiques clés des aménagements

Ce chapitre fournit des informations sur les principales caractéristiques du design à prendre en compte lors de la conception d'une maison pour les personnes atteintes de démence.

Ce que vous allez apprendre dans ce chapitre

1

Dans ce chapitre, vous apprendrez quelles sont les principales caractéristiques de conception des environnements adaptés à la démence et comment les appliquer.



Caractéristiques clés de l'aménagement

De nombreuses caractéristiques peuvent être abordées à la maison pour aider les personnes à se déplacer plus facilement dans les espaces.

Regardez l'image!

Pouvez-vous en identifier certaines ?



Aménagement, espaces de liaison, acoustique

L'**agencement** d'un appartement est généralement conçu par un promoteur et peut être difficile à modifier. Il existe cependant quelques moyens de l'adapter aux besoins des personnes atteintes de démence.

Il est conseillé d'opter pour un plan ouvert, car il relie visuellement les espaces et réduit souvent le processus de prise de décision grâce aux indices visuels présents dans l'environnement, ce qui permet aux personnes d'agir de manière intuitive.

La suppression des murs pour obtenir un plan ouvert peut s'avérer coûteuse, mais parfois la suppression ou l'ouverture de portes peut créer un accès visuel suffisant aux différents espaces, ce qui facilite l'orientation et le repérage.

Les toilettes, si possible, doivent être visibles depuis différentes parties du domicile, ce qui contribue à minimiser l'incontinence.

Un plan ouvert augmente la lumière du jour souhaitée, mais il peut aussi créer des **problèmes acoustiques**, car les sons paraissent plus forts et plus pénibles.

Ce problème peut être résolu en introduisant des textiles d'intérieur souples, comme des rideaux, des tapis, des tentures murales en tissu, par exemple des édredons, des œuvres d'art en tissu et des panneaux acoustiques.

Les panneaux acoustiques peuvent être montés sur les murs et les plafonds, et ils peuvent être personnalisés avec des images et servir de décoration. Ils permettent d'obtenir un son plus clair, ce qui facilite la communication entre les personnes.

Les grandes plantes et les papiers peints texturés réduisent également le niveau sonore global.



 **Le saviez-vous ?**

La moquette peut réduire jusqu'à
70 % du bruit !

Éléments de construction : Portes, fenêtres

L'identification des **portes** est essentielle pour l'orientation, elles doivent donc être facilement visibles et reconnaissables, en particulier dans les pièces clés telles que la salle de bains, car de nombreuses personnes atteintes de démence sont confrontées à l'incontinence.

Les portes partiellement vitrées comme celles qui étaient traditionnellement utilisés dans les salles de bains peuvent être utiles pour rappeler aux gens où ils se trouvent. En outre, pour aider les personnes à trouver une salle de bains ou des toilettes, des panneaux (texte avec pictogramme) peuvent être montés sur la porte correspondante, et non sur les murs adjacents.

Les portes doivent contraster avec le mur adjacent, sauf si les gens ne sont pas censés y accéder, auquel cas elles peuvent être peintes dans le même ton que le mur ou même être cachées. Les portes accessibles doivent être faciles à ouvrir.

Les portes coulissantes et les portes pliantes en accordéon sont à éviter car elles sont très difficiles à manipuler pour des personnes atteintes de démence.

Il est recommandé d'utiliser des **fenêtres** de grande taille, qui permettent une pénétration généreuse de la lumière du jour. La lumière naturelle du jour crée des espaces plus lumineux permettant de meilleures conditions pour les activités, la limitation des dangers et la régulation du rythme circadien.

L'éblouissement pouvant être handicapant, les fenêtres doivent être équipées de stores. Ils doivent assurer une ventilation naturelle sans provoquer de courants d'air et le fonctionnement manuel est préférable à la ventilation artificielle.

Les appuis de fenêtre doivent être suffisamment bas pour permettre aux personnes de voir à travers une fenêtre depuis une position assise.

Éléments de construction : Murs, revêtements de sol

Les murs doivent contraster avec le sol afin que les personnes, en particulier les malvoyants, puissent distinguer où le sol se termine et où le mur commence. En peignant les murs, il ne faut pas oublier que le contraste avec le sol doit être dans le ton, et non dans la teinte ou la saturation.

Les motifs audacieux sur les murs, les effets brillants et métalliques doivent être évités car ils peuvent être mal interprétés, prêter à confusion et ajouter au désordre visuel.

De plus, les papiers peints à motifs avec des fleurs grande nature peuvent inciter les gens à les toucher et à les abîmer.

Les finitions mates sur les murs, qu'il s'agisse de peinture, de papier peint, de carrelage ou de revêtement, sont préférables car elles peuvent réduire les reflets.

Les revêtements de sol jouent un rôle important dans le confort et la sécurité. En choisissant les matériaux appropriés on peut réduire le risque de glissades et de chutes : par exemple, un revêtement de sol en vinyle antidérapant ou un carrelage antidérapant dans les pièces humides.

Un sol plus souple peut non seulement réduire la gravité des chutes, mais aussi le niveau de bruit. Pour la même raison, les sols durs doivent être évités dans la mesure du possible.

Le sol ne doit pas changer de tonalité lorsqu'on se déplace d'une zone à l'autre. Il doit apparaître comme une surface solide avec une valeur LRV (light reflectance value) constante, bien que la teinte (ce que nous percevons comme une couleur) puisse changer.

Les sols doivent contraster avec les meubles et les murs.

Les sols gris-bleu ou brillants sont à éviter, car ils peuvent ressembler à de l'eau pour certaines personnes atteintes de démence.

Éléments de construction : Portes, Fenêtres, Murs, Sols



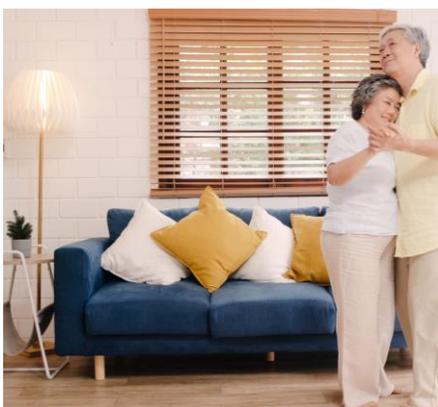
Les portes

Les portes équipées d'une poignée à béquille et de panneaux vitrés pour un meilleur fonctionnement et une meilleure vue doivent contraster avec le mur, à moins que l'on ne veuille les rendre moins visibles.



Les fenêtres

Elles doivent laisser pénétrer autant de lumière du jour que possible, mais il doit être possible de les couvrir et pendant la journée, si nécessaire, des rideaux de jour doivent être suspendus pour éviter l'éblouissement.



Les murs

Les murs contrastent joliment avec le sol, les fenêtres et les meubles.



Les sols

Ils doivent être dans les mêmes tons que les tapis ou les moquettes. Les tapis, et surtout les moquettes, doivent être fixés au sol avec des tapis antidérapants, afin de ne pas créer de risque de chute.

Mobilier, installations et équipements

Les meubles doivent être robustes et faciles à voir, ce qui peut être obtenu en les contrastant avec les murs et le sol.

Les chaises doivent être stables, confortables, familières, posséder des accoudoirs et être adaptées à la taille de la personne.

La conception de la table doit correspondre à l'utilisation appropriée, cependant, les tables basses peuvent être une cause de chute et doivent être à la hauteur des accoudoirs.

Il faut prévoir suffisamment de rangements pour éviter le désordre.

Les meubles doivent avoir des poignées claires et faciles à utiliser.

Les installations et les aménagements doivent être simples, stables, familiers et faciles à utiliser.

Des stores doivent être installés pour contrôler l'éblouissement et la surchauffe, et les rideaux ne doivent pas obscurcir les fenêtres.

Il faut éviter les commandes et interrupteurs de petite taille, qui ne contrastent pas avec le fond ou les plaques d'interrupteurs.

Les robinets doivent être d'apparence traditionnelle, à croisillon ou à levier, et clairement identifiés par les couleurs "chaud" et "froid".

Les barres d'appui doivent se détacher du mur de manière tonique, tout comme les poignées de porte.

Les abat-jour doivent cacher l'ampoule et ne pas être installés dans le champ de vision.

Les miroirs peuvent être dérangement et doivent pouvoir être couverts ou enlevés, car les personnes atteintes de démence peuvent avoir des difficultés à se reconnaître, ce qui peut les perturber.

Différents crochets installés dans les maisons sont utiles, car ils permettent de rendre les choses visibles et faciles d'accès.

Une horloge analogique avec un visage clair devrait être fournie.

Prévoyez des porte-savons contrastant avec les équipements sanitaires, car il arrive que les distributeurs de savon ne soient pas reconnus.

Mobilier, installations et aménagements



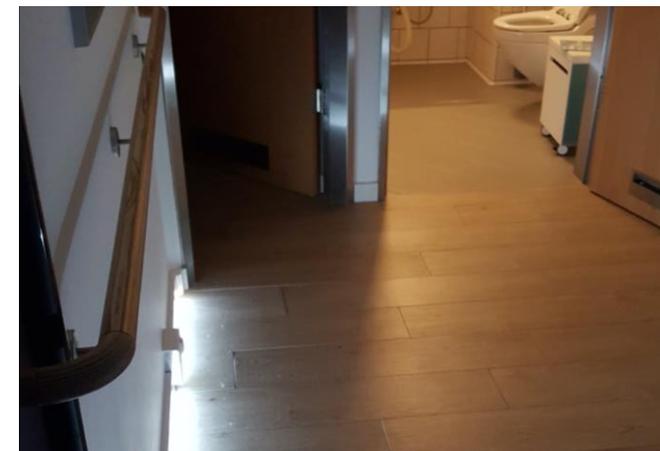
Le mobilier

Un fauteuil robuste et confortable, d'une hauteur appropriée, serait une bonne solution pour observer ce qui se passe à l'extérieur et à l'intérieur.



Les installations

Robinet de style ancien avec système en croix. Il doit être clairement identifié par des couleurs rouge et bleu pour l'eau chaude et l'eau froide. Le robinet et l'évier contrastent avec le mur.



Les aménagements

Barre d'appui contrastant avec le mur. Éclairage discret de la ligne menant aux toilettes la nuit.



Le saviez-vous ?

On sait que le fait de pouvoir comprendre de façon claire une horloge analogique aide spécifiquement les personnes atteintes de délires.

(Monette, J. et al., 2012)

L'éclairage

L'éclairage est essentiel pour voir et comprendre l'environnement tout en restant en bonne santé.

Les personnes âgées ont besoin de deux fois plus de lumière que les jeunes, il faut donc tout faire pour leur fournir une quantité suffisante de lumière et laisser entrer autant de lumière naturelle que possible.

Les fenêtres ne doivent pas être obstruées par des arbres, des objets ou des rideaux et, pendant la journée, les rideaux doivent être tirés vers l'arrière autant que possible. Les rails des rideaux doivent être prolongés au-delà des fenêtres de manière à ce qu'ils soient totalement exposés.

Les zones d'activités plus étendues et complexes, comme la lecture ou la cuisine, doivent être particulièrement bien éclairées.

Un bon éclairage dans les salles à manger maximise les chances de consommer des repas et des boissons puisque les gens peuvent les voir et les reconnaître.

Prévoyez de nombreuses lampes, en veillant à ce que les flexibles ne présentent pas de risque de trébuchement.

Une exposition réduite à la lumière vive (lumière du jour) par les yeux est liée aux troubles du sommeil et à la dépression.

Fournissez des niveaux de lumière cohérents et uniformes, en combinant l'éclairage ambiant, l'éclairage de zone et la lumière du jour pour éviter de créer des ombres qui peuvent être problématiques pour les personnes atteintes de démence. N'ayez pas une seule source d'éclairage comme les plafonniers.

Réduisez l'éblouissement direct et indirect en utilisant, par exemple, des rideaux aux fenêtres et des revêtements de sol ou des matériaux non réfléchissants.

Prévoyez des changements progressifs de lumière, notamment entre les espaces extérieurs et intérieurs, car l'accommodation des yeux est plus faible, ce qui peut altérer temporairement mais fortement la vision.

L'éclairage



La lumière du jour

Les fenêtres doivent laisser passer autant de lumière du jour que possible. Les rideaux doivent pouvoir être tirés complètement ou les rideaux de jour doivent pouvoir être tirés pour éviter les reflets.



Finitions mates

Choisissez des finitions mates des matériaux. Ajoutez des lampes supplémentaires aux zones d'activité comme les coins lecture ou crochet.



L'éclairage complémentaire

Fournissez un bon éclairage supplémentaire pour les surfaces de travail.



Les reflets

L'éblouissement peut être déroutant et dangereux, car il peut être confondu avec un sol mouillé et augmenter le risque de chute.



 **Le saviez-vous ?**

Une personne de 65 ans a besoin de 2,5 fois plus de contraste qu'une personne de 20 ans.

Couleurs et contrastes

Les couleurs sont définies par leur teinte (ce que nous percevons normalement comme des couleurs sur le spectre des couleurs, du bleu au rouge), leur saturation (la vivacité de la couleur, la quantité de gris qu'elle contient, sa luminosité ou son atténuation) et leur tonalité (le degré d'obscurité ou de clarté de la couleur, soit 100 pour le noir et 0 pour le blanc sur l'échelle théorique, appelée valeur de réflexion de la lumière LRV).

Le contraste tonal, mesuré en LRV, est essentiel pour fournir une accessibilité visuelle permettant de distinguer un objet de son arrière-plan. Ainsi, **les éléments essentiels doivent présenter un contraste significatif en termes de tonalité**, et non de teinte.

Les objets peuvent être différenciés les uns des autres si le LRV de leurs matériaux diffère de plus de 20 points. En cas de démence ou de déficience visuelle, un LRV de 50 points ou plus est suggéré pour les surfaces critiques.

De nombreux fabricants de peintures ou de sols indiquent la valeur LRV sur leurs produits.

Le contraste tonal doit être appliqué chaque fois qu'il est nécessaire de distinguer des objets ou des surfaces pour améliorer la fonctionnalité et la sécurité, par exemple entre les meubles et le sol; les toilettes et le sol; le siège des toilettes et le sol; les rampes, les barres d'appui et le mur; le sol et le mur; les panneaux et le mur; la porte et le mur; les interrupteurs d'éclairage et le mur; les bords d'escalier, les interrupteurs d'appareils électroménagers; l'évier et le comptoir; le texte et le fond.

Les couleurs vives et les teintes plus chaudes peuvent compenser le vieillissement des yeux, car la vision des couleurs se perd à partir de l'extrémité bleue du spectre. Par conséquent, les couleurs neutres comme le beige, les schémas de couleurs monochromatiques peuvent être perçus comme ternes, et augmenter la saturation des couleurs peut aider, mais il faut également tenir compte du danger de surstimulation.



Pouvez-vous dire ?

Lequel préférez-vous, un canapé gris avec un mur anthracite...



Pouvez-vous dire ?

... ou un canapé turquoise avec un mur blanc ?

Et Cornelia ? Pourquoi ?

Cornelia préfère les contrastes audacieux



Pour aider Cornelia à décider si les contrastes qu'elle a choisis dans son appartement sont corrects, vous pouvez vérifier s'il existe une différence appropriée de plus de 50 points dans le LRV des matériaux appliqués.

Vous pouvez mesurer le LRV des matériaux à l'aide d'un appareil de mesure du LRV standard (colorimètre), mais vous pouvez aussi essayer d'utiliser une application de mesure du contraste comme, par exemple, Get Luminance sur votre smartphone. Cependant, n'oubliez pas qu'il ne s'agit pas d'un appareil de mesure professionnel et que les résultats ne sont qu'approximatifs.

Consultez le module **SMART 03 Comment communiquer par texte avec un Smartphone** si vous n'êtes pas familier avec les installations d'applications pour Smartphone.

SMART

Couleurs et contrastes



Couleurs et contrastes

Un canapé gris contraste bien avec des murs blancs. Cependant, un canapé gris semble avoir la même valeur tonale que le tapis, ce qui peut créer des difficultés pour distinguer les bords des meubles.



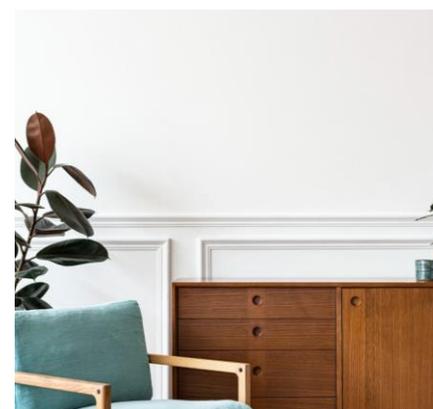
Couleurs et contrastes

Bon contraste d'un canapé avec le mur. La couleur du canapé est similaire à celle du sol, mais les pieds du canapé le font ressortir.



Où est le contraste ?

Une "salle de bain d'horreur" pour les personnes malvoyantes



Contraste

Bon contraste des meubles avec le mur.

Orientation et signalisation

L'orientation et la signalisation sont particulièrement importantes pour les personnes atteintes de démence, car elles sont souvent désorientées par leurs déficiences, même à leur domicile.

Pour aider les personnes à mieux s'orienter, on peut utiliser des caractéristiques environnementales basées sur des dispositions simples et logiques, des indices visuels tels que le contraste, des objets distinctifs ou des couleurs vives.

Il ne faut toutefois pas se fier à des couleurs différentes pour différencier les différentes zones, car pour les personnes atteintes de démence, et de surcroît de déficience visuelle, il peut être trop complexe de saisir et de se souvenir de la destination d'un espace.

Les caractéristiques architecturales, telles que les colonnes, les escaliers ou les patios, peuvent être mises en évidence pour une meilleure orientation.

En outre, des points de repère à l'extérieur, comme des bancs ou des sculptures dans le jardin, et des éléments plus petits à l'intérieur, comme des plantes en pot distinctives, des porte-parapluies ou un fauteuil, peuvent également être utiles.

Lors de la présentation de la signalétique, la simplicité est de mise. Les panneaux doivent être courts, faciles à comprendre et utilisés lorsque cela est nécessaire pour ne pas submerger les gens.

L'emplacement des panneaux doit être cohérent, pas trop haut, 1,2 m au-dessus du sol, et placé directement sur la porte lorsque c'est possible.

Les messages doivent être concis et clairs, comme "Ne pas entrer", et doivent commencer par une majuscule suivie d'une minuscule, car elles sont plus faciles à lire. De même, les polices sans empattement avec un "a" ouvert sont plus faciles à lire. Outre le texte, il convient d'utiliser des symboles d'au moins 10 cm.

Orientation et signalisation



Une disposition simple et logique

Avec la simplicité, vous ne pouvez pas vous tromper. Les aménagements en plan ouvert avec des liens visuels, parfois créés par des ouvertures ou des vitrages, peuvent être utiles.



Repères visuels

Différents objets visuels peuvent être utilisés pour l'orientation, qu'il s'agisse d'une plante en pot, d'un porte-parapluie ou d'un chevalet.



Points de repères

Des éléments architecturaux tels que des bâtiments et des colonnes caractéristiques, mais aussi des points de repère plus petits comme des bancs ou des boîtes aux lettres, peuvent indiquer le chemin.



Symboles et textes

Les symboles de l'homme et de la femme sont plus utiles aux personnes atteintes de démence légère. Les symboles de toilettes réelles sont plus utiles pour les personnes atteintes de démence modérée.

Aidez Cornelia à concevoir un panneau pour ses toilettes.

Cornelia a remarqué qu'en allant aux toilettes, elle ouvre souvent la porte adjacente de la buanderie. Elle a besoin d'une signalisation claire pour la porte des toilettes.

Que doit prendre en compte Cornelia ?

La signalétique doit pouvoir accueillir du texte et des signes. La police du texte doit être sans empattement avec un "a" ouvert commençant par une majuscule, suivi d'une minuscule. Le panneau doit mesurer au moins 10 cm de haut et représenter les toilettes réelles plutôt qu'une personne. Le texte et le panneau doivent être placés sur un fond contrasté. L'ensemble de la signalétique doit également être placé sur une porte de couleur contrastée et à 1,2 m de hauteur.



Quiz

Click the **Quiz** button to edit this object

 **BUILT** | **MODULE 3** | **CHAPITRE 3** | Caractéristiques clés de l'aménagement

Les caractéristiques clés du design pour les personnes atteintes de démence se concentrent sur :

- les barrières architecturales
- les interactions sociales
- les critères physique des environnements

Résumé du chapitre

1

Vous avez appris les principales caractéristiques du design pour la démence qui sont cruciales pour créer une maison adaptée à la démence.

2

Ces connaissances vous permettront de mettre en œuvre les solutions correspondantes lors de la conception ou de la réalisation d'adaptations pour les personnes atteintes de démence.

3

Vous pouvez conseiller les autres sur les caractéristiques clés du design qu'ils doivent prendre en compte et sur la manière dont ils peuvent en faire bon usage.

4

Ce chapitre devrait vous aider à comprendre les adaptations qui peuvent être apportées à certains éléments clés du domicile.

5

Le chapitre suivant "Guide de la pièce/de l'espace" est recommandé comme continuation de ce module.

Chapitre complété !

Félicitations ! Vous avez terminé ce chapitre avec succès !

Compétences acquises

1

Vous connaissez les caractéristiques clés du design pour la démence.

2

Vous pouvez donner des exemples de ces caractéristiques.

3

Vous devez être capable d'appliquer ces caractéristiques respectivement aux besoins des gens.

Ce qui vous attend

Maintenant, vous pouvez soit reprendre ce chapitre, soit suivre notre recommandation en cliquant sur l'un des boutons ci-dessous :

Recommencer

Suivant

SMART





BUILT

MODULE 3

CHAPITRE 4

Guide de la pièce et de l'espace

Ce chapitre présente les changements les plus importants que l'on peut mettre en œuvre dans chaque pièce/espace de la maison pour aider les personnes atteintes de démence à se sentir plus en confiance dans leur environnement.

Guide de la pièce et de l'espace

Le guide des pièces/espaces résume les informations apprises dans les chapitres précédents et décrit les solutions qui peuvent être appliquées dans les différentes zones de la maison.



Ce que vous allez apprendre dans ce chapitre

1

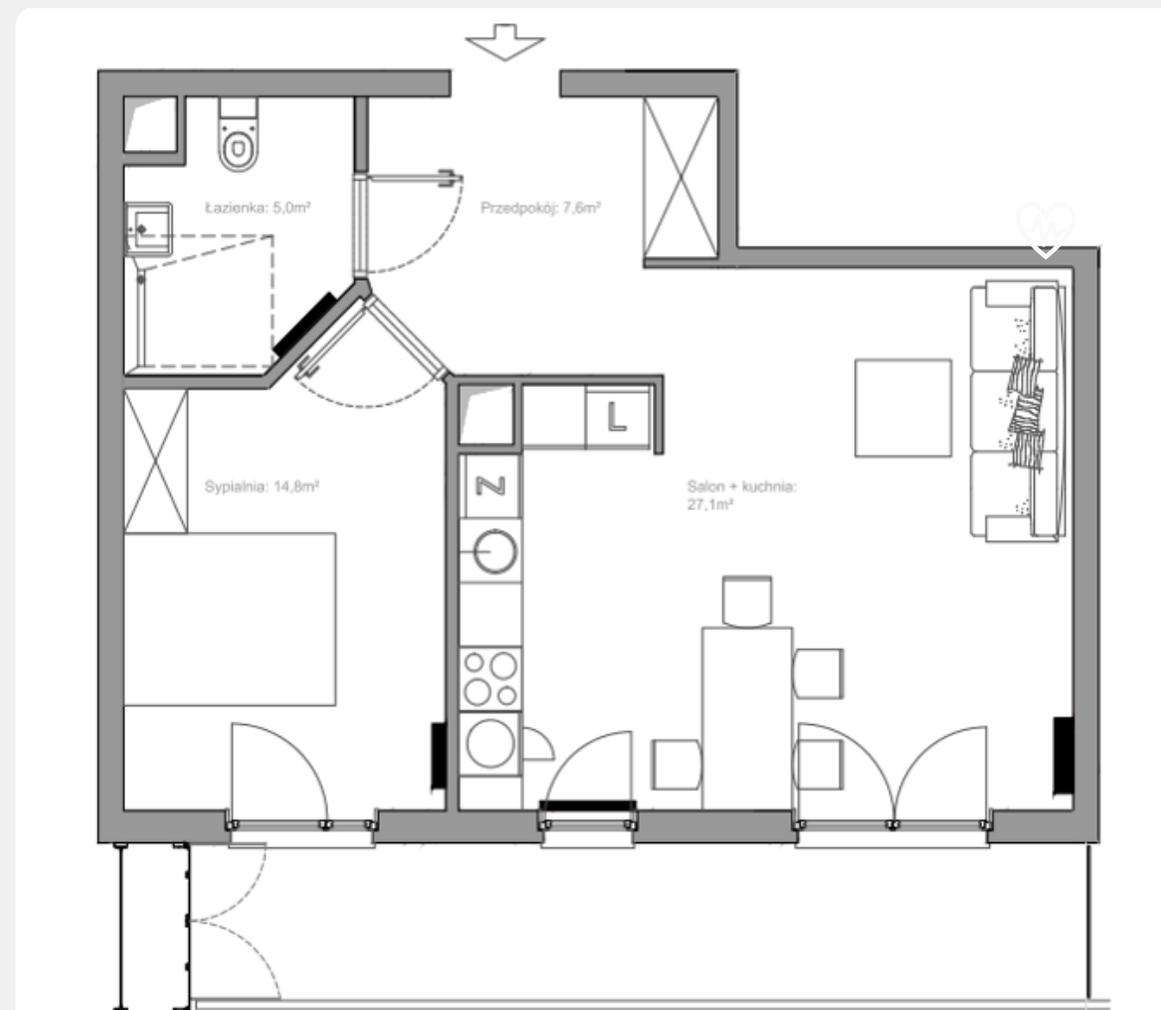
Dans ce chapitre, vous apprendrez quels principes et solutions de design peuvent être appliqués dans les différentes zones de la maison.



Guide de la pièce et de l'espace

Lors de la conception ou de la rénovation d'une maison, nous sommes souvent confrontés à de nombreuses limitations physiques ou financières et nous sommes alors obligés de faire des compromis sur certaines solutions. Cela ne doit pas nous empêcher de faire des adaptations à notre domicile pour aider nos proches à avoir la meilleure qualité de vie possible.

Commencez les changements le plus tôt possible, mais évitez d'en faire trop d'un coup, car les personnes atteintes de démence peuvent avoir des difficultés à s'adapter au changement.



Plan de séjour ouvert

Wzorcowe mieszkanie seniora, Warszawa, Pologne
par Agnieszka Cieśla et Jan Cieśla

Entrée et sortie

L'entrée du domicile d'une personne atteinte de démence doit ressembler à n'importe quelle autre entrée de la maison.

La porte doit être clairement visible, avec des cadres contrastés, des poignées ou des boutons de porte qui se distinguent et sont faciles à utiliser. Si possible, les entrées doivent avoir des caractéristiques uniques pour être facilement reconnaissables, comme des objets distinctifs, par exemple une plante en pot ou des rampes.

En entrant dans le foyer, l'idéal serait que toutes les autres portes soient visibles et que le foyer ait un plan de séjour ouvert, où des repères visuels indiquent le chemin.



Entrée et sortie

Les sorties des maisons peuvent être problématiques en raison du comportement de recherche de sortie des personnes atteintes de démence.

Des solutions alternatives peuvent être appliquées pour cacher ou rendre les portes moins visibles de l'intérieur ; toutefois, les questions de sécurité doivent être prises en compte en cas d'urgence.

Les solutions pour les personnes ayant un fort comportement de recherche de sortie, afin de les empêcher de quitter la maison sans l'aide d'un soignant, doivent être élaborées sur une base individuelle, mais parfois des signes bien connus, tels que "Défense d'entrer", "Ne pas entrer" ou "Haute tension", apposés sur les portes peuvent fonctionner, car les gens ont appris à éviter ces endroits.



 Plan de séjour ouvert



Salle de séjour / Salon

Le salon est un lieu de détente, de divertissement et de convivialité avec la famille ou les amis. Nous en attendons qu'il soit confortable, sûr et conforme à nos goûts. Ces qualités doivent être claires pour la personne atteinte de démence qui entre dans l'espace.

L'utilisation de moquettes, de sols en bois ou en vinyle au lieu de carrelages sera non seulement plus agréable à la marche, mais absorbera le bruit et réduira l'éblouissement.

Les murs, contrastant avec le revêtement de sol, les autres équipements et les meubles robustes et confortables, permettent une meilleure visibilité.

Les grandes fenêtres permettent une meilleure pénétration de la lumière du jour et les lumières artificielles rendent l'éclairage unifié et réduisent les ombres.



Salle de séjour / Salon

Les grands motifs brillants dans les matériaux sont à éviter.

L'emplacement des canapés et des chaises doit permettre de socialiser et d'observer l'intérieur et l'extérieur des maisons, car il s'agit souvent d'une activité qui améliore la vie des personnes atteintes de démence.

Placer des photos de famille, des images ou des objets de souvenir à portée de vue stimule la mémoire et augmente l'impression d'être chez soi. Les plantes, même artificielles, et les vues sur la nature jouent également un rôle important dans le bien-être.

N'oubliez pas de placer des interrupteurs contrastés à 80-100 cm du sol si possible.





Le saviez-vous ?

Les vues sur la nature ont-elles un potentiel de guérison ?

Les personnes qui ont séjourné après une opération dans des chambres avec vue sur la nature ont quitté l'hôpital 1,5 jour plus tôt que celles qui avaient une vue sur un mur de briques.

(Roger Ulrich, 1984)

Salle à manger

La salle à manger est synonyme de nourriture et de réunion de famille ou d'amis et peut évoquer des souvenirs agréables, surtout lorsque ceux-ci ont été créés de leur vivant.

Pour orienter une personne dans cet espace, outre les meubles, placez des objets comme des assiettes, des verres, des bocaux de biscuits ou des assiettes de fruits à portée de vue. Placer des photos ou des œuvres d'art représentant des aliments peut également ajouter un indice visuel à l'espace. Cependant, n'oubliez pas de ne pas encombrer l'espace.

Les tables à manger doivent être suffisamment solides pour supporter le poids d'une personne qui s'y appuie lorsqu'elle se lève ou s'assoit.

Les chaises doivent avoir un bon support dorsal, être suffisamment légères pour être déplacées et être solides pour ne pas glisser facilement, mais supporter une personne.



La cuisine

La cuisine est l'endroit où l'on prépare et partage les aliments. Pour de nombreuses personnes, notamment celles qui aiment la nourriture et savent cuisiner, c'est un endroit agréable, bien qu'après la salle de bains, ce soit le deuxième endroit le plus dangereux, où des blessures et des chutes peuvent se produire. La sécurité doit être une priorité.

L'éclairage doit être maximisé et les plans de travail bien éclairés par des bandes lumineuses. Des spots peuvent être installés à certains endroits comme les lavabos, mais avec précaution, afin de ne pas créer trop d'ombres.

Le bruit, si possible, doit être minimisé par des surfaces absorbantes.

Les revêtements de sol doivent être antidérapants de facteur R10-R11 et un tapis antidérapant peut être placé près des zones de déversement.



La cuisine

Il faut assurer une bonne visibilité des appareils et des accessoires. Cela peut être obtenu non seulement par un contraste mais aussi en plaçant les accessoires à portée de vue. Certains accessoires fréquemment utilisés peuvent être conservés sur les plans de travail, tandis que d'autres peuvent être placés dans les armoires vitrées ou les étagères ouvertes.

Les surfaces mouchetées sont à éviter car elles peuvent être confondues avec des miettes ou d'autres petites choses.

Les équipements et appareils doivent avoir un aspect traditionnel pour être familiers, bien qu'une plaque à induction puisse minimiser le risque de brûlure.

Les produits de nettoyage doivent être rangés sous clé.



Salle de bain / Toilettes

Les salles de bains après les cuisines sont difficiles à reconnaître pour les personnes atteintes de démence car l'aspect des appareils a beaucoup changé. C'est également un endroit où la sécurité doit être privilégiée.

Les salles de bains doivent être conçues de manière à permettre une certaine indépendance dans l'exercice de la toilette, car les personnes ont souvent peur de perdre leur dignité. Les portes peuvent être verrouillées de l'intérieur pour assurer une certaine intimité, mais elles doivent aussi être faciles à ouvrir de l'extérieur, comme les serrures que l'on peut ouvrir avec une pièce de monnaie.

L'utilisation du contraste est essentielle dans les salles de bains. Le siège des toilettes doit contraster à la fois avec le sol et la cuvette, et le réservoir de chasse d'eau doit contraster avec le mur. Les poignées de porte et les barres d'appui doivent également contraster respectivement avec la porte et le mur.



Salle de bain / Toilettes

L'éclairage doit être installé de manière à minimiser les ombres, avec au moins deux plafonniers. La lumière naturelle serait un atout.

Des pommes de douche à main devraient être installées car les douches d'où l'eau se déverse sur une personne peuvent être effrayantes.

L'entrée de la douche, dans la mesure du possible, devrait être sans obstacle.

Des tapis antidérapants devraient être placés dans la zone de la douche, contrastant avec le sol, sans toutefois être trop distincts.

Les rouleaux de papier toilette doivent être à portée de main pour éviter les risques de chute.

Veillez à ce que les miroirs puissent être couverts au cas où une personne ne se reconnaîtrait pas.



La chambre

La chambre à coucher doit offrir un espace sûr, confortable et calme pour se reposer car nous y passons en moyenne 1/3 de notre vie.

Les mêmes règles s'appliquent ici : contrastes, sol unifié, repères visuels du lieu, textiles comme les oreillers et les couvertures sans motifs ou avec des motifs subtils.

Les tiroirs des buffets sont suggérés pour faciliter leur utilisation et leur accès. S'ils ne sont pas censés être utilisés par une personne atteinte de démence, les poignées ne doivent pas contraster avec le mobilier.

Les miroirs doivent pouvoir être couverts ou retirés.



La chambre

Un éclairage linéaire, de préférence avec un détecteur de mouvement, pour les déambulations nocturnes ou les visites aux toilettes, doit être installé dans la chambre.

Un lit, équipé d'un matelas ferme, ignifugé et d'une housse imperméable, doit être placé de manière à permettre, dans la mesure du possible, la vue des toilettes. Selon l'état de la personne, le lit devrait être équipé d'une barrière de lit solide et sûre pour éviter les chutes et pour la soutenir lorsqu'elle doit se lever. Cependant, les barrières de lit peuvent être une cause d'étranglement et de décès, elles doivent donc être choisies et installées avec soin et uniquement lorsque cela est strictement nécessaire, car il existe des alternatives sûres aux barrières de lit.

Les armoires partiellement ouvertes peuvent être utiles ; cependant, elles peuvent ajouter au désordre. Les tiroirs destinés à être utilisés par une personne atteinte de démence doivent avoir des poignées claires et des photos de leur contenu peuvent y être placées. Un éclairage linéaire dans l'armoire et les tiroirs peut être utile pour voir le contenu.



Espace extérieur : Balcon, Terrasse, Porche, Jardin

Les gens passent souvent du temps à observer ce qui se passe à l'extérieur. Des vues intéressantes, notamment sur la nature, peuvent être stimulantes et bénéfiques.

L'accès aux espaces extérieurs doit être sans obstacle, avec un seuil de niveau.

Les porches ou les vérandas sont également appréciés car les gens peuvent s'y rendre indépendamment du temps qu'il fait.

Les portes donnant sur les espaces extérieurs doivent être clairement visibles et faciles à ouvrir.



Espace extérieur : Balcon, Terrasse, Porche, Jardin

Une chaise visible depuis une porte incitera les gens à sortir. Des précautions de sécurité doivent toutefois être prises lorsqu'il s'agit de balcons ou de terrasses, par exemple en installant des garde-corps suffisamment hauts. Les balustrades de balcon en verre seront attrayantes pour observer ce qui se passe autour.

Les jardins doivent être conçus selon les mêmes principes, avec des surfaces extérieures antidérapantes, de tonalité constante et nivelées autant que possible. Les chemins doivent former un cercle, sans impasse, pour permettre à une personne de profiter d'une promenade sans stress et des rampes doivent être prévues le long des escaliers et des pentes.

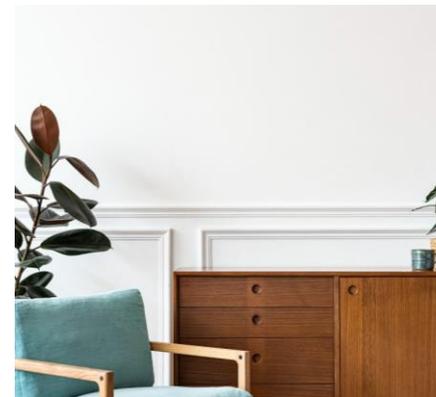


Domaines prioritaires clés : si vous devez choisir, prenez ceux-là !



L'éclairage

Améliorez l'éclairage



Le contraste

Assurez un bon contraste dans l'appartement, mais surtout dans les toilettes et la salle de bain.



Les toilettes

Veillez à ce que les toilettes soient faciles à trouver.



Revêtement de sol et carrelage

Veillez à ce que les revêtements de sol et le carrelage soient de même ton.

Résumé du chapitre

1

Vous avez passé en revue les principes et caractéristiques clés du design pour les personnes atteintes de démence dans un guide pièce par pièce.

2

Cela devrait vous permettre de renforcer vos connaissances et de prendre en toute indépendance des décisions de conception concernant les maisons adaptées aux personnes atteintes de démence.

3

Vous pouvez conseiller les autres sur les caractéristiques clés du design qu'ils doivent prendre en compte et sur la manière dont ils peuvent en faire bon usage.

4

Ce chapitre devrait vous aider à comprendre qu'il est possible d'adapter chaque espace de la maison pour le rendre accueillant pour les personnes atteintes de démence.

5

Le prochain module 4 de BUILT est recommandé comme suite de ce module.

Chapitre complété !

Félicitations ! Vous avez terminé ce chapitre avec succès !

Compétences acquises

1

Vous connaissez les adaptations importantes qui peuvent être faites à la maison.

2

Vous savez comment chaque espace de la maison doit être abordé par la conception pour la démence.

3

Vous vous sentez en confiance pour parler aux autres des espaces adaptés aux personnes atteintes de démence à la maison.

Ce qui vous attend

Maintenant, vous pouvez soit reprendre ce chapitre, soit suivre notre recommandation en cliquant sur l'un des boutons ci-dessous :

[Recommencer](#)[Suivant](#)

Quiz

Click the **Quiz** button to edit this object

 **BUILT** **MODULE 3** Une maison adaptée aux personnes atteintes de démence

Les aménagements pour les personnes atteintes de démence sont importants parce que :

- Il rend la vie des occupants de la maison plus facile et moins stressante.
- C'est une activité amusante et créative
- Elle aide les personnes atteintes de démence à accomplir les activités de la vie quotidienne.
- Il favorise l'intimité et le bien-être des soignants.
- Il favorise la vie autonome des personnes souffrant de troubles cognitifs légers à modérés.
- Parce que les environnements physiques constituent un traitement non pharmacologique pour les personnes atteintes de démence.

Résumé du module

1

Vous avez appris à connaître les environnements physiques, les principes clés du design et les principales caractéristiques du design à prendre en compte lors de la conception de différents espaces domestiques pour les personnes atteintes de démence.

2

Ces connaissances vous aideront à comprendre pourquoi l'aménagement de l'environnement physique joue un rôle important dans la santé et le comportement des personnes atteintes de démence et quels principes et caractéristiques du design doivent être pris en compte pour concevoir un environnement favorable à la santé.

3

Vous pouvez aider les autres à comprendre qu'il est possible de créer des maisons adaptées aux personnes atteintes de démence en les concevant selon un ensemble de principes et qu'elles aideront les gens à conserver la qualité de vie qu'ils souhaitent.

4

Vous avez acquis des compétences pour répondre aux besoins des personnes atteintes de démence tout en vous adaptant aux environnements physiques.

5

Ce cours influencera votre perception de l'environnement bâti et de son importance dans la conception d'un espace thérapeutique à domicile pour les personnes atteintes de démence.

Module complété !

Félicitations ! Vous avez terminé ce module avec succès !

Compétences acquises

1

Vous connaissez les principes du design permettant de prendre en compte les déficiences liées à la vieillesse et à la démence.

2

Vous savez quelles caractéristiques doivent être prises en compte lors de l'adaptation du domicile des personnes atteintes de démence.

3

Vous êtes sûr de pouvoir indiquer les changements à apporter dans chaque pièce pour rendre une maison adaptée aux personnes atteintes de démence.

Lectures suggérées :

- Brawley, E. C. (2006) *Design Innovations for Aging and Alzheimer's*. Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Cohen, W., Weisman, G. D. (1991) *Holding on to Home: designing environments for people with dementia*. Baltimore & London: The John Hopkins University Press.
- Warner, M. L. (2000) *The Complete Guide to Alzheimer's – Proofing Your Home*. West Lafayette, Indiana: Purdue University Press
- Greasley-Adams, C., Bowes, A., Dawson, A., and McCabe, L. (2014) *Good practice in the design of homes and living spaces for people with dementia and sight loss*, University of Stirling, Dementia Services Development Center, UK
https://www.housinglin.org.uk/_assets/Resources/Housing/OtherOrganisation/Dementia_sightloss_design_guidance.pdf
- Fuggle, L., (2013) *Designing Interiors for People with Dementia*, University of Stirling, Dementia Services Development Centre, UK

Ce qui vous attend

Maintenant, vous pouvez soit répéter ce module, soit suivre notre recommandation en cliquant sur l'un des boutons ci-dessous :

[Recommencer](#)[Suivant](#)