

Se doucher sans barrières

Les soins corporels étant importants, nous passons beaucoup de temps dans la salle de bain. Une douche de plain-pied offre aux jeunes et aux moins jeunes, avec ou sans handicap physique, une plus grande sécurité qu'une douche ordinaire. Une consultation auprès de la FSCMA est conseillée à toute personne désireuse d'effectuer une transformation.

Les douches sans barrières sont souvent au centre des préoccupations des spécialistes Construction de la FSCMA, que ce soit dans les centres de moyens auxiliaires ou lors des consultations à domicile. La salle de bain – et la douche en particulier – est généralement l'un des aménagements les plus importants, si non le plus important, d'un logement. Les personnes à mobilité réduite passent, en raison de leur handicap, beaucoup plus de temps dans la salle de bain pour leurs soins corporels quotidiens. Selon leur handicap, elles nécessitent, en outre, une aide extérieure ou des moyens auxiliaires qui prennent également de la place.

Une consultation approfondie pour se simplifier la vie

L'installation d'une douche de plain-pied ou la transformation de la salle de bain en un espace sanitaire sans barrières est-elle complexe ? Oui et non. Il est recommandé aux personnes intéressées de bien connaître leurs besoins personnels et de recourir au conseil et à l'accompagnement de spécialistes. Qu'il s'agisse de transformer la salle de bain ou d'acquérir des moyens auxiliaires pour la salle de bain, les besoins des utilisateurs sont aussi individuels que leurs pathologies et l'évolution de ces dernières. C'est sur cette base que des solutions doivent être recherchées. C'est la démarche qu'adopte la FSCMA dans ses consultations pour trouver des solutions appropriées.

Une consultation auprès des spécialistes de la FSCMA vaut doublement la peine : d'une part, ils déterminent les mesures potentiellement judicieuses en coordonnant la pathologie et les besoins en moyens auxiliaires. D'autre part, ils conseillent les personnes intéressées sur toutes les questions liées aux assurances et au financement. Les consultations ont lieu à domicile ou

dans l'un des huit centres de moyens auxiliaires de la FSMCA. L'exposition Exma Vision d'Oensingen présente une salle de bain modulable qui permet de reconstituer la salle de bain transformée à l'échelle véritable et d'éviter ainsi de mauvaises décisions qui peuvent s'avérer onéreuses. Pour réaliser une salle de bain sans barrières, de nombreux points sont à respecter, comme vous pourrez le découvrir ci-après.

Une douche doit répondre à de nombreuses exigences

Bien souvent, l'emplacement de la douche est déjà prédéterminé en raison de l'évacuation d'eau ou limité dans l'espace. Les autres critères sont l'espace nécessaire pour les moyens auxiliaires comme la chaise de douche, le transfert et, au besoin, une aide extérieure. Il est essentiel de connaître l'évolution de la maladie ainsi que le degré d'autonomie de la personne pour prendre sa douche, y compris le déshabillage et l'habillage. Ce sont là des questions fondamentales qui ont un impact sur la solution appropriée.

Si le logement dispose de deux salles de bain, ces deux espaces sanitaires doivent être accessibles avec les moyens auxiliaires. Pour les familles nombreuses, plusieurs salles de bain sont judicieuses puisqu'elles permettent d'éviter l'affluence matinale quand tous les membres doivent quitter la maison en même temps. Les personnes à mobilité réduite ont besoin de plus de temps pour les soins corporels.

Afin qu'une douche fonctionne parfaitement, il est important que la pente et le système d'évacuation (canal de drainage, siphon de sol ou évacuation murale) soient correctement installés. C'est l'installateur sanitaire qui détermine l'évacuation appropriée et son diamètre. Selon le cas, il devra prendre en compte

1 Photographie 1 : Voici l'écoulement d'eau avant l'installation de la douche.

Photographie 2 : Les panneaux de construction Wedi peuvent être appliqués sur presque tous les supports, tout en étant imperméables, isolants, utilisables de manière polyvalente, légers et solides.



3 Photographie 3 : Les sièges de douche répondent aux besoins les plus variés. Des modèles sans pieds peuvent être fixés aux murs qui présentent une capacité de charge suffisante.

Photographie 4 : Ce modèle est doté d'un rembourrage et d'une découpe pour l'hygiène intime.



5 Photographie 5 : Un siège de douche avec pieds est nécessaire lorsque le mur ne présente pas une capacité de charge suffisante.

Photographie 6 : Les accoudoirs intégrés de ce modèle offrent une sécurité supplémentaire.



toute la technique et la construction du bâtiment (épaisseur des sols) (photographies 1 et 2).

Se doucher avec barres d'appui et siège rabattable

Il existe de nombreux modèles d'assises comme les sièges muraux rabattables ou les tabourets de douche. Les fabricants proposent une large gamme de modèles: avec découpe pour l'hygiène intime, avec rembourrage, en différents matériaux ou coloris, avec ou sans accoudoirs. Concernant le mécanisme de pliage ou le montage, il existe également diverses possibilités (photographies 3 à 6).

Les barres d'appui et la robinetterie doivent se situer à proximité du siège rabattable. Leur position et leur hauteur sont primordiales pour l'utilisateur et doivent donc lui être adaptées. Si les murs ne sont pas porteurs, le montage des barres d'appui peut devenir un véritable défi. En effet, la technique de construction actuelle recourt très souvent à des systèmes de doublage habillés de plaques de plâtre. Si aucun renfort n'a été prévu, le montage d'une barre d'appui ou d'un siège rabattable peut devenir problématique. Mais ce problème peut être contourné en recourant à des chaises roulantes ou des tabourets de douche au lieu d'intervenir au niveau de la structure murale.

Pratique et polyvalente: la chaise roulante pour douche

Dans une douche de plain-pied, il est préférable d'utiliser une chaise de douche (photographie 7), ce qui évite de percer des trous dans les murs en préservant l'étanchéité des parois. En outre, la chaise de douche se nettoie facilement et rapidement.

Pour les personnes à mobilité réduite, la chaise de douche présente d'autres

avantages. Elle permet un transfert directement du lit ainsi qu'un accès direct à la douche. Le fauteuil roulant de jour reste ainsi sec. La chaise de douche possède des accoudoirs intégrés, rendant le montage de barres d'appui inutile. Autre atout: les chaises de douche sont des articles d'hygiène qui peuvent être utilisés dans d'autres situations, par exemple dans les piscines publiques ou en vacances. Si la salle de bain est suffisamment spacieuse, une chaise de douche présente plus d'avantages qu'un siège rabattable fixe.

Rideau ou paroi en verre

Il est conseillé de séparer la zone de douche avec un rideau (photographies 7 et 8). Pourquoi? A quelques exceptions près, des parois en verre ne sont pas nécessaires et représentent souvent un nouvel obstacle (photographie 9). Dans certaines situations, des barres de seuil franchissables en fauteuil roulant combinées à un rideau de douche peuvent s'avérer être une meilleure solution.

La surface de douche adéquate

La surface de douche doit être étanche au-delà de la pente. Le rideau doit tomber à l'intérieur de la zone inclinée afin d'éviter que l'eau ne se répande dans la pièce. Une personne assise requiert beaucoup plus de place qu'une personne debout. A l'intérieur du rideau, la douche doit présenter une surface utile d'au moins 90 x 90 cm. A cela s'ajoute une bande supplémentaire d'env. 30 cm au-delà du rideau, soit une surface totale de 120 x 120 cm. Selon le cas, la surface de douche devra faire l'objet d'un compromis. Les petites salles de bain exigent souvent un réaménagement total ainsi qu'une étanchéification complète du sol. Les carreleurs connaissent les normes à respecter.



Photographie 7 : Une chaise roulante de douche permet un transfert direct du lit à la salle de bain; le montage de barres d'appui et d'assise dans la douche devient alors inutile. En outre, une douche avec rideau est plus facile d'accès qu'une douche avec une paroi en verre.

Photographie 8 : Les rideaux offrent en outre une protection pour une deuxième personne ou les autres objets se trouvant dans la pièce.

Photographie 9 : Une douche avec une paroi en verre peut également être aménagée de plain-pied et équipée avec des moyens auxiliaires; la FSCMA recommande plutôt des douches avec rideau pour des raisons pratiques.



Si la pente d'une douche de plain-pied n'est pas suffisante, l'eau ne s'écoulera pas au bon endroit. Ou bien la douche n'est pas étanche, ce qui peut rapidement tourner au cauchemar. Tels sont les défis auxquels les spécialistes – installateurs sanitaires et carreleurs – sont confrontés. Ils sélectionnent les produits courants sur le marché et les installent dans les règles de l'art. Cela vaut donc la peine de recourir aux services d'entreprises artisanales expérimentées.

Amiante – poison domestique

L'amiante est un matériau de construction fortement cancérigène qui a été utilisé dans la construction jusqu'à la fin des années 1980. Aujourd'hui interdite en Suisse, l'amiante est encore présente dans certains vieux bâtiments. Un aspect dont les spécialistes doivent tenir compte lors d'un démantèlement ou de travaux d'assainissement. En effet, l'amiante et autres matériaux problématiques doivent être traités séparément et les artisans bien protégés. Une expertise sérieuse est primordiale afin de ne pas mettre les personnes ou l'environnement en danger. L'assurance-invalidité (AI) ne prend pas en charge l'intégralité des coûts liés au traitement de matériaux toxiques. La FSCMA a donc recherché une solution avec l'Office fédéral des assurances sociales. Si une salle de bain doit être adaptée à une invalidité, l'AI prend en charge les analyses de matériaux si la présence d'amiante est suspectée. Le désamiantage et les frais de suivi onéreux sont à la charge du propriétaire.

Relations avec les propriétaires

Les locataires rencontrent des obstacles supplémentaires. Pour effectuer des adaptations architecturales et donc une douche de plain-pied, ils ont en effet besoin du consentement de leur propriétaire. Il se peut, par ailleurs, que

des mesures d'insonorisation soient nécessaires. En effet, une douche de plain-pied est en contact direct avec le sol, contrairement à un receveur de douche qui présente une cavité entre le bac et le sol. Selon le cas, il peut alors y avoir une transmission du son dans le bâtiment. Il est donc recommandé de faire appel à un planificateur auquel incombera la responsabilité de veiller à ce que les voisins ne soient pas importunés par le bruit de la douche.

Si le propriétaire exige le démantèlement d'une douche de plain-pied, des talents de négociateur s'imposent. Mais une douche de plain-pied représente dans tous les cas un avantage pour un appartement et une valorisation de la salle de bain. C'est aux locataires de faire valoir cet atout aux propriétaires. Si le propriétaire persiste dans sa décision, il doit la consigner par écrit au préalable.

Quand l'AI finance-t-elle une douche de plain-pied ?

L'AI examine les demandes de prise en charge selon le principe du « simple, adéquat et économique ». L'AI clarifie également si des mesures architecturales sont indispensables ou si le recours à des moyens auxiliaires plus simples est envisageable. Le stade actuel de la maladie de l'assuré est au centre de l'évaluation ; l'AI finance sur cette base. Dans les cas d'une maladie évolutive, les assurés peuvent espérer une certaine souplesse. L'AI tient compte du « caractère à long terme » des mesures architecturales et les justifie par leur aspect économique selon la situation. Cela signifie que dans le cas d'une maladie évolutive, il peut être plus économique d'anticiper les futures modifications. Comme l'adaptation d'une salle de bain concerne un besoin fondamental, les prestations de l'AI sont en principe accordées à tous

les assurés, dès lors qu'ils ne touchent pas encore de rente AVS ou n'ont pas encore atteint l'âge légal de la retraite.

Le financement peut s'avérer problématique si l'adaptation ne concerne pas le lieu de résidence principal. Par exemple pour les personnes vivant en institution et passant le week-end chez leurs parents. Dans ce cas, il se peut que l'AI considère que le principe d'adéquation de l'adaptation architecturale n'est pas respecté. Il n'est donc pas possible de définir ici de manière exhaustive les mesures qui sont financées. Au quotidien, l'expertise technique des spécialistes de la FSCMA est très souvent sollicitée par les offices AI cantonaux. Il est donc judicieux de contacter suffisamment tôt la FSCMA pour des conseils compétents. Pour les bénéficiaires de l'AI, ces consultations sont gratuites. La FSCMA propose aussi des consultations pour les personnes ayant atteint l'âge de la retraite ou toute personne intéressée. Ces consultations sur place sont toutefois payantes.

Transformation – oui ou non ?

Avant toute consultation, il est judicieux de se poser les questions suivantes. Les réponses permettront aux spécialistes de la FSCMA d'accélérer le processus de transformation :

- Mes conditions de logement répondent-elles à mes besoins sur tous les points, financièrement, géographiquement, en termes de superficie ou un déménagement serait-il plus approprié ?
- Puis-je utiliser la salle de bain à long terme ? Avec les handicaps actuels et ceux à venir ?
- Le propriétaire autorise-t-il une transformation architecturale ?
- Impose-t-il des conditions concernant les artisans ou des détails dans la réalisation ?
- Existe-t-il des plans de la maison ou de l'appartement ?