

PROPRIÉTAIRE  
OCCUPANT



# MON CHEZ-MOI AVANCE AVEC MOI

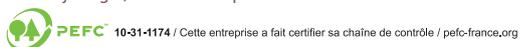
Le guide des travaux et des aides  
pour faire évoluer mon habitat.

Avec la participation de la



Ce guide a été réalisé par l'Agence nationale de l'habitat  
en collaboration avec les ergothérapeutes de La Kléh, et en partenariat avec la Cnav.

Rédaction : Anah/E. Boutouyrie et S. Daou du service des études de la prospective et de l'évaluation,  et handicap.fr  
Coordination : Direction de la communication – Conception-réalisation : **becouze** – Illustrations : Julien Grémaud  
Photos : Getty Images, Thinkstock. Impression : PDI – Publication : mars 2015.



10-31-1174 / Cette entreprise a fait certifier sa chaîne de contrôle / pefc-france.org

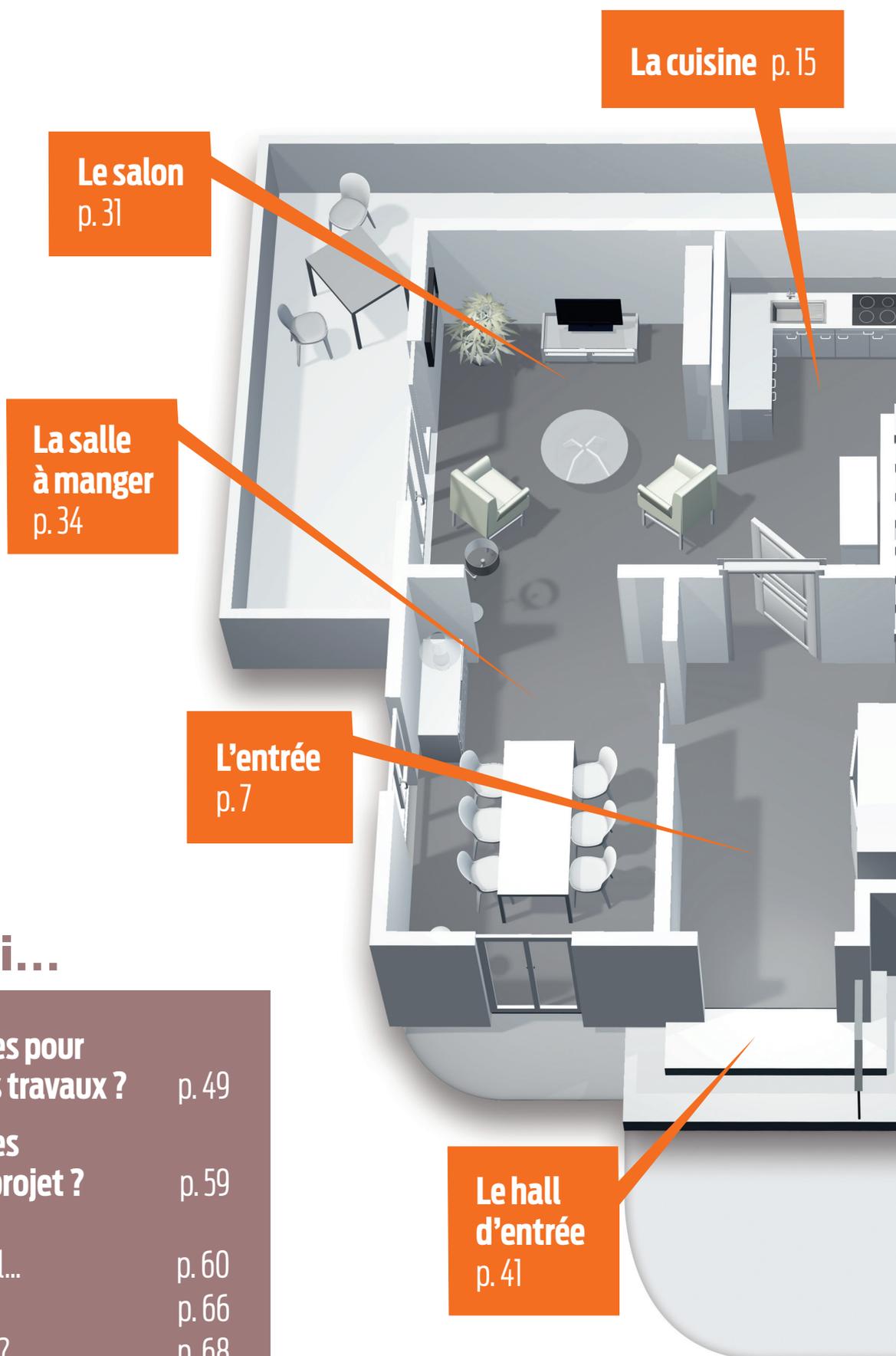
# SUIVEZ LE GUIDE !

Vous avez envie d'aménager votre maison pour qu'elle soit **plus pratique**, mais vous manquez d'informations sur les travaux à faire ?  
Vous voulez connaître les travaux les mieux adaptés à votre situation actuelle ou à venir pour améliorer votre **confort de vie** ?  
Vous voulez savoir qui peut vous conseiller et quelles sont les aides possibles ?

Élaboré avec l'aide d'**ergothérapeutes**, ce guide pratique vous livre des réponses claires, illustrées d'exemples concrets de **travaux simples** à faire réaliser dans votre logement, afin de vous **sentir mieux** chez vous et en toute **sécurité**.

Conseils, astuces, repères sur les coûts, les aides possibles, les contacts des organismes dédiés...  
Ce guide vous donne l'essentiel des informations pour vous lancer dans un projet de travaux, ou bien pour pouvoir conseiller un proche.  
Bonne lecture et bonne découverte  
**d'un chez-vous qui avance avec vous !**

# LES BONS CONSEILS PIÈCE PAR PIÈCE



## Et aussi...

**Quelles aides pour financer vos travaux ?** p. 49

**Quelles aides pour votre projet ?** p. 59

- Les aides en un coup d'œil... p. 60
- Repères p. 66
- Qui fait quoi ? p. 68

**Les espaces  
de circulation** p. 11

**La chambre**  
p. 37

**La salle  
de bains**  
p. 19

**La salle  
de douche**  
p. 23

**Les  
toilettes**  
p. 27

**Les espaces  
extérieurs**  
p. 45

---

# DES IDÉES SIMPLES POUR PLUS DE CONFORT



Pièce par pièce, retrouvez  
tous les conseils pour améliorer  
votre logement et faciliter  
votre vie au quotidien.



## L'ENTRÉE PRATIQUE ET SÛRE D'ANTOINE

Un logement dans lequel on vit bien, c'est un logement auquel on accède facilement. Pour Antoine, l'entrée doit rimer avec "sécurité" et "sérénité". C'est pour cela qu'il l'a adaptée à ses besoins d'aujourd'hui... et de demain !

## L'ENTRÉE PRATIQUE ET SÛRE D'ANTOINE

### Que la lumière soit !

Grâce au système de déclenchement automatique de l'éclairage, Antoine n'a plus besoin de chercher l'interrupteur et la lumière s'éteint toute seule après son passage.

### Et hop !

Maintenant, le manteau d'Antoine vient à lui presque tout seul... Un tour de magie ? Non : une barre d'abaissement installée dans sa penderie.



### Qui va là ?

En remplaçant l'interphone par un visiophone à la bonne hauteur (1,30 m), l'identification des personnes qui se présentent à la porte est plus facile... et plus sûre !



“Toute notre famille profite des aménagements que nous avons fait réaliser dans notre entrée. Ma petite-fille apprécie tout particulièrement la barre d'abaissement de la penderie.”

### Marches sous bonne garde

Avec une main courante (rampe) et des nez de marche contrastés et antidérapants, les marches à l'entrée du logement sont plus visibles et faciles à descendre.

## L'ENTRÉE PRATIQUE ET SÛRE D'ANTOINE



### Les idées en +

Parfois, des détails peuvent suffire à faire la différence... En optant pour un modèle de paillason extraplat et antidérapant, vous pourrez toujours entrer chez vous les pieds propres sans risquer de perdre l'équilibre.



### Bon à savoir

Vous habitez une maison individuelle ? Pensez à faire installer un éclairage d'extérieur à détecteur de présence devant votre porte d'entrée. Vous ne perdrez plus de temps à chercher vos clés et votre perron sera plus accueillant pour vos invités.



### Les conseils de l'ergothérapeute

- Pour différencier vos clés, les retrouver plus facilement ou mieux les manipuler, pensez à les personnaliser par des habillages ou des porte-clés différents.
- Pour bien le repérer, vous pouvez contraster votre seuil de porte d'entrée.



## LES ESPACES DE CIRCULATION FLUIDES DE JEANNE

Jeanne a toujours été très active et elle veut continuer à le rester le plus longtemps possible...  
Il n'était pas question qu'elle soit ralentie par un couloir encombré et un escalier !

### La chasse aux recoins obscurs

Grâce à son nouveau système de déclenchement automatique de l'éclairage, les zones sombres de son couloir ne sont plus qu'un mauvais souvenir.

### Plus de conflit de portes !

L'entrée de Jeanne était toujours encombrée par les portes ouvertes. Depuis qu'elle a remplacé l'une d'entre elles par un modèle coulissant, elle peut aller et venir plus aisément.



### Plus sûr et plus facile

Une main courante (rampe) – voire deux –, c'est plus de sécurité pour toute la famille. Préférez un escalier avec des contremarches.



“De la cuisine au salon, du salon à la buanderie, de la buanderie à la salle de bains... Je n'arrête pas de passer d'une pièce à l'autre. Avec quelques améliorations, j'ai rendu mes déplacements plus faciles.”

### La lutte antichute

Jeanne le reconnaît : elle a tendance à descendre son escalier sans regarder où elle pose le pied. Avec des nez de marche antidérapants et contrastés, elle risque moins de glisser.



### Les idées en +

- Vous vous levez souvent la nuit ? Vous pouvez faire installer des diodes avec déclenchement automatique pour mieux guider vos pas.



## Les idées en +

Pour circuler aisément, mieux vaut éliminer tous les obstacles qui peuvent se trouver sur votre passage. Vous pouvez par exemple :

- ranger les objets (revues, sacs...) sur des étagères ;
- faire courir les fils électriques dans des gaines ;
- poser vos plantes sur vos meubles...



## Bon à savoir

Vous avez pris l'habitude de vous appuyer sur vos meubles lors de vos déplacements dans votre logement ? Préférez ceux qui sont bien stables et pas trop bas.



### L'avis du technicien

Si vous envisagez d'installer une porte coulissante, sachez qu'il en existe de deux sortes : les modèles en applique (devant le mur) et ceux dits "à galandage", qui s'effacent dans l'épaisseur de la cloison.





## LA CUISINE "AUX PETITS OIGNONS" DE GUY

Guy est un fin cordon-bleu et, depuis qu'il est à la retraite, la cuisine est devenue sa pièce favorite. Du coup, il a pris les devants pour que cette pièce soit particulièrement fonctionnelle.

## LA CUISINE "AUX PETITS OIGNONS" DE GUY

### À la (bonne) hauteur

Entre 40 cm et 1,40 m du sol :  
c'est la hauteur idéale à laquelle tous  
les ustensiles devraient être rangés.  
De la sorte, on évite d'avoir à se courber  
ou à grimper sur un marchepied.

### Une question de degrés...

Une eau bien chaude,  
oui... mais pas  
brûlante ! Pour éviter  
les mauvaises  
surprises, Guy a réglé  
la température de son  
chauffe-eau et a fait  
installer un mitigeur.

### Chaud devant !

Un faux pas dans une recette, ça peut arriver...  
mais un faux pas dans la cuisine, il vaut mieux  
l'éviter ! C'est pourquoi Guy a fait poser  
un sol non glissant qu'il veille à garder propre  
et en bon état.

### Le plein de prises

Positionner de nombreuses prises à proximité d'un plan de travail facilite le branchement et l'utilisation de vos appareils.

### Place à l'électrique

Parce qu'il sait que l'utilisation du gaz peut être dangereuse, Guy a décidé de s'équiper d'un four et d'une plaque électrique.



“Chez nous, c'est moi qui cuisine et j'aime être à mon aise ! Alors, j'ai tout prévu pour que ma pièce préférée soit la plus facile à vivre.”





### Les idées en +

- Un four à micro-ondes en bout de table ? Ça ne prend pas beaucoup de place et ça permet de rester assis pour sortir le plat chaud.
- Pour vos rangements, privilégiez les tiroirs qui vous permettront de trouver vos ustensiles facilement.
- Pour déplacer les plats entre le plan de travail et la table, rien de plus pratique qu'une table roulante.



### Bon à savoir

Pour être confortablement installé pour préparer vos repas, vous pouvez opter pour des plans de travail plus ou moins hauts.



### Les conseils de l'ergothérapeute

- Vos déplacements seront plus faciles si aucun objet par terre ne fait obstacle, notamment avec des plats chauds en main.
- Il existe de nombreux outils malins qui permettent de couper, d'ouvrir et d'éplucher facilement (ouvre-boîte, ouvre-bocal électrique...).



## LA SALLE DE BAINS IDÉALE DE MARIE

Prendre une douche, savourer le plaisir d'un bain ou effectuer confortablement les gestes de toilette de tous les jours...

Pour faire de sa salle de bains un lieu pratique, Marie a fait des aménagements qui ont amélioré son confort au quotidien.

Des idées simples et efficaces !

## LA SALLE DE BAINS IDÉALE DE MARIE

### Pour y voir plus clair

Grâce au nouvel éclairage qu'elle a fait installer, Marie voit mieux les points d'appui et évite les obstacles.

### Ça coule de source

Bien plus fonctionnel, le mitigeur "col-de-cygne" permet de faire un shampoing, de laver du linge ou de remplir un seau.

### Pratique et reposant

Depuis qu'elle a fait enlever la colonne sous le lavabo, Marie peut désormais s'asseoir le temps de sa toilette.



### Automatique

Les vieux interrupteurs mal placés et peu pratiques ne sont plus qu'un mauvais souvenir grâce au déclenchement automatique de l'éclairage.

"Je voulais me simplifier le quotidien par petites touches sans refaire toute ma salle de bains et ça a marché."

### Les pieds sur terre

Avoir les pieds mouillés n'est plus un problème grâce au revêtement antidérapant qu'a fait poser Marie.



### Les idées en +

- Si vous enlevez la colonne du lavabo ou si vous prenez appui dessus, faites vérifier les fixations par un professionnel.



### Les idées en +

Avant de programmer des travaux, des gestes simples peuvent améliorer votre confort.

- Un tapis de sortie de bain antidérapant absorbera l'eau qui reste sur vos pieds pour éviter les glissades.
- Un tapis antidérapant dans votre baignoire, c'est la garantie de garder l'équilibre.



### Bon à savoir

- Entrer et sortir de sa baignoire est plus facile en position assise. Une solution simple et idéale : une planche de bain !
- Pour éviter les problèmes d'humidité, une bonne ventilation est nécessaire.





## LA SALLE DE DOUCHE "DÉTENTE" DE BERNARD

Pour Bernard, les moments passés dans sa salle de bains ont toujours été synonymes de plaisir. Depuis qu'il a opté pour une douche plus facile d'accès, il peut en prendre autant qu'il le souhaite. Après quelques travaux, il se sent plus à l'aise dans ses gestes de tous les jours.

## LA SALLE DE DOUCHE “DÉTENTE” DE BERNARD

### Bien au chaud

Rien de tel qu’une salle de bains bien chauffée pour faire de la douche un moment de détente. Il a suffi à Bernard de faire remplacer sa fenêtre et de faire contrôler son chauffage pour gagner en confort.

### Garder l’équilibre

Se laver les pieds sans perdre l’équilibre, pari impossible ? Plus pour Bernard, depuis qu’il a fait installer une barre d’appui : il peut s’y tenir en toute sécurité !

### Sous haute protection

Grâce à la paroi de douche, le sol de la salle de bains est protégé des éclaboussures et Bernard ne risque pas de glisser en sortant de la douche.

### Le bon réglage

Trouver la bonne température, c'est désormais facile ! Grâce au mitigeur thermostatique que Bernard a fait installer dans sa douche, plus de risque que l'eau soit trop chaude ou trop froide.



"C'est moi qui ai eu l'idée de faire faire une douche extraplate. C'est aujourd'hui du confort utile."



### Plus bas, plus facile

Une douche facile d'accès, c'est bien plus pratique. Le modèle choisi par Bernard présente une marche de moins de 17 cm de hauteur, rail de la porte compris. Entrer ou sortir de la douche n'a jamais été aussi facile.



## Les idées en +

- Pour entrer plus facilement dans la douche, mieux vaut passer par le grand côté du receveur que par l'angle.
- Il existe différents modèles de parois de douche : coulissantes, battantes, pivotantes, sans seuil.
- Pour éviter les glissades, un tapis de sortie de bain antidérapant absorbera l'eau qui reste sur vos pieds.



## Bon à savoir

- Pour éviter d'avoir à monter sur un escabeau ou une chaise afin d'accéder à vos placards, il vous suffit de ranger les produits d'usage quotidien à une hauteur comprise entre celle de vos épaules et celle de vos genoux.
- Pour plus de confort, l'espace de douche rectangulaire doit être supérieur à 70 x 100 cm.
- Ne confondez pas la barre d'appui et la barre de douchette, sauf si elle est prévue à cet effet.



## L'avis du technicien

Encore plus pratique : la douche à l'italienne (ci-dessus). Pas de seuil, plus de marche, la facilité à l'état pur ! La réalisation d'une douche à l'italienne doit être validée par un professionnel du bâtiment. Toutefois, son installation n'est pas toujours techniquement possible.



## LES TOILETTES ASTUCIEUSES DE NOÉMIE

Noémie a toujours vécu dans l'appartement où elle est née. Pour elle, le plus important est de pouvoir continuer à évoluer dans son logement sans entrave. C'est pour cela qu'elle a souhaité améliorer l'aménagement de ses toilettes.

## LES TOILETTES ASTUCIEUSES DE NOÉMIE

### Pour y voir plus clair

Dans cette petite pièce exiguë, un bon éclairage est important pour bien voir les points d'appui et les obstacles. Noémie a donc changé sa suspension et son ampoule.



### Noir et blanc

C'est Noémie qui a eu l'idée d'installer un cache noir sur l'interrupteur des toilettes. Le contraste avec le mur clair lui permet de le repérer du premier coup d'œil.



### Mission : moindre effort

Noémie l'admet bien volontiers : avant, il lui était difficile de se relever des toilettes. Avec la cuvette plus haute de 5 cm qu'elle a fait installer, ses petites douleurs aux articulations appartiennent au passé.



### Dans le bon sens

Pour sortir plus facilement des toilettes qui sont peu profondes, la porte ouvrant vers l'intérieur a été remplacée par un modèle qui s'ouvre vers l'extérieur. Une porte coulissante aurait aussi été parfaitement adaptée.



“Depuis que j'ai fait faire mes travaux, entrer et sortir des toilettes est bien plus facile. Il suffit parfois de peu de chose pour se simplifier la vie !”



### Tiens bon la barre...

L'installation d'une barre d'appui – voire deux – permet de se relever plus facilement. Et c'est une solution bien plus sûre que le distributeur de papier-toilette, qui n'est pas prévu pour cet usage !



## Les idées en +

- Pensez au déclenchement automatique de l'éclairage : plus besoin de chercher l'interrupteur ou de penser à l'éteindre.
- Les tapis autour des toilettes ne servent pas à grand-chose... Alors autant les enlever, ce qui évite de glisser ou de se prendre les pieds dedans !



## Bon à savoir

Une barre d'appui est pratique, mais gare au choix du mode de fixation, il dépend de la nature des murs !



## Les conseils de l'ergothérapeute

- N'utilisez pas un lave-mains, une poignée de porte ou un radiateur comme prise d'appui pour vous aider à vous relever des toilettes, ils pourraient vous jouer de mauvais tours.
- Il existe des rehausseurs de différentes hauteurs (de 2 cm à 17 cm environ) qui vous permettront d'ajuster la hauteur de vos toilettes de façon temporaire sans changer l'ensemble cuvette et chasse d'eau.



## LE SALON “RELAX” DE LUISA

Le salon est le cœur de la maison de Luisa : elle y lit, regarde la télévision, reçoit ses amis, surfe sur Internet... Et, dès qu'il y a un rayon de soleil, elle franchit la porte-fenêtre pour lézarder sur la terrasse. Une véritable oasis de sérénité, qu'elle a d'ores et déjà optimisée. Elle en a profité pour rendre sa salle à manger encore plus accueillante.

## LE SALON "RELAX" DE LUISA

### Ni trop haut, ni trop bas

Dans sa bibliothèque, Luisa a rangé ses volumes et ses objets préférés à portée de main, soit entre 40 cm et 1,40 m de hauteur.

### Dedans-dehors

Luisa a allongé le seuil de la porte-fenêtre qui donne sur son balcon pour en faire une vraie marche.

### Ho... hisse !

Il est parfois difficile de s'extraire des fauteuils et des canapés. Les modèles plus hauts et dotés d'accoudoirs facilitent le retour à la position debout.

### Au doigt et à l'œil

Ils étaient lourds et difficiles à manoeuvrer... Luisa a dit adieu à ses volets sans regret. Maintenant, sa grande baie vitrée est équipée d'un volet roulant électrique bien plus pratique.



"J'ai planifié les travaux dans mon salon surtout pour me simplifier la vie. Mission accomplie !"

### Coup de pouce

Débrancher tous les appareils électriques, c'est un bon réflexe pour l'environnement... Avec les tire-prises, l'effort est limité.



## LA SALLE À MANGER ACCUEILLANTE DE LUISA

### Bonne ambiance !

Un courant d'air dans le dos, ça peut vous gâcher un repas ! Luisa a fait améliorer l'isolation et le chauffage de sa maison. Elle a aussi fait remplacer ses fenêtres par des modèles plus faciles à ouvrir et à fermer.

### Prise de hauteur

Toutes les prises sont situées au moins à 40 cm de haut. L'une d'entre elles a même été installée à 90 cm. Plus la peine de se baisser pour brancher l'aspirateur.

### Stratégie antiglisse

Pour éviter les glissades, Luisa a décidé de remplacer son carrelage blanc par un autre matériau. En plus, il n'est ni éblouissant ni froid aux pieds.

### Ça glisse

Une porte coulissante, c'est très facile à manoeuvrer et bien moins encombrant qu'un ouvrant classique !



"Avec ces nouveaux aménagements, ma salle à manger est devenue plus agréable pour tous mes invités."



### Histoire à tiroirs

Au revoir le bahut à portes ! Avec les tiroirs de son nouveau buffet, Luisa retrouve plus facilement ses couverts. En plus, elle a installé elle-même une petite lampe à LED qui s'allume à chaque ouverture : simple et pratique.



### Les idées en +

- En attendant de faire modifier vos portes pour une meilleure circulation, vous pouvez les enlever.



## Les idées en +

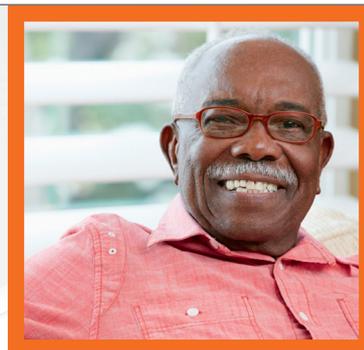
- Si vous motorisez vos volets, pensez à centraliser vos commandes. Grâce aux solutions de domotique, vous pouvez même envisager de regrouper la gestion du chauffage, de l'éclairage et de l'alarme.
- Des grilles d'aération de fenêtres et portes-fenêtres nettoyées régulièrement, c'est la garantie d'une pièce plus aérée et d'un air plus respirable.



## Bon à savoir

Si vous prévoyez un changement de baie vitrée, vous pouvez choisir un modèle avec un seuil inférieur à 2 cm ou sans seuil du tout.





## LA CHAMBRE DOUILLETTE DE FRANÇOIS

En moyenne, nous passons un tiers de notre vie à dormir. C'est dire si la chambre est une pièce clé de la maison ! François et sa femme ont décidé de soigner les détails pour continuer à faire de beaux rêves en toute sérénité.

## LA CHAMBRE DOUILLETTE DE FRANÇOIS

### Facile !

Annie, la femme de François, est plutôt petite et, jusqu'à présent, les habits situés dans la penderie du haut du placard lui étaient inaccessibles. Grâce à la barre d'abaissement que son époux a installée, Annie n'a plus besoin d'aide.

### À hauteur d'homme

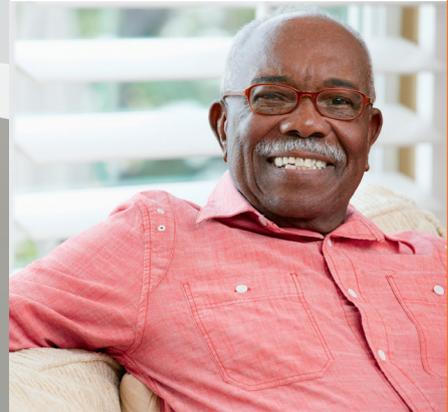
La hauteur idéale pour ranger les objets du quotidien ? De 40 cm à 1,40 m du sol. En réorganisant ses étagères et ses armoires afin de respecter cette règle, François n'est plus obligé de jouer les équilibristes sur chaise !

### Volets plus agiles

Ah, ces volets difficiles à manipuler... D'ores et déjà, François a mis en place un dispositif facilitant l'ouverture et la fermeture : plus la peine de se pencher.

### Une lumière dans la nuit

Grâce à l'interrupteur installé à la tête du lit, les tâtonnements nocturnes à la recherche de l'interrupteur principal sont de l'histoire ancienne. Prochaine étape : un détecteur de présence, et la lampe de chevet s'allumera toute seule.



"Avec ma femme, nous avons envie de nous sentir bien dans notre chambre à coucher. C'est pour cela que nous avons cherché à rendre notre 'petit nid' le plus pratique possible."





### Les idées en +

- Vous comptez changer de literie ? Avec un lit ni trop bas ni trop mou, vous pourrez facilement vous relever. À défaut d'un nouveau lit, vous pouvez toujours remplacer les pieds du vôtre par des pieds plus hauts.
- Vous circulerez plus facilement si vous déplacez vos tapis dans les pièces les moins passantes de la maison, en les bloquant sous les meubles ou en les fixant au sol.



### Bon à savoir

Pour l'installation des volets électriques en façade, l'accord de la copropriété est indispensable.



### Les conseils de l'ergothérapeute

- Il existe des lits avec relève-buste électrique qui permettent de lire confortablement et facilitent le redressement.
- Sur votre table de nuit, une lampe et un téléphone, c'est la garantie de vous reposer l'esprit tranquille.
- Si vous tenez à faire les vitres vous-même, choisissez un escabeau stable de deux marches avec un appui pour les mains.



## LE HALL D'ENTRÉE ACCESSIBLE DE KARIM

Dans la copropriété de Karim, le hall d'entrée de l'immeuble a récemment fait l'objet d'une rénovation. Les travaux ont notamment porté sur l'accessibilité... pour le plus grand plaisir de Karim.



## LE HALL D'ENTRÉE ACCESSIBLE DE KARIM

### Entrée en matière

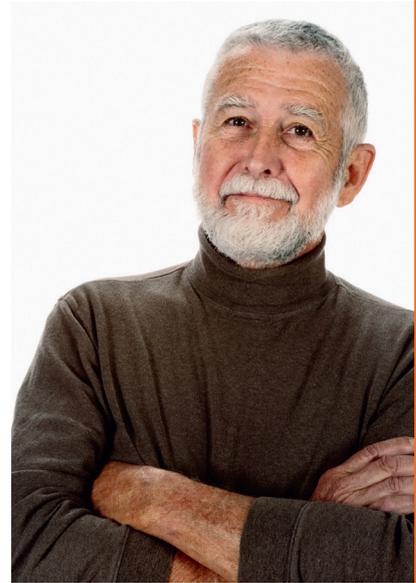
La porte d'entrée de l'immeuble de Karim est pour le moins lourde. Pour simplifier la vie des habitants, un système d'ouverture automatisé a été mis en place et une poignée facile à saisir a été ajoutée à la porte.

### Remise à plat

La dernière fois que sa sœur est venue chez lui, son pied a buté dans le paillason épais du hall de l'immeuble. Depuis, un paillason extraplat et antidérapant a été installé.

### Bien en vue

Un bouton d'ouverture de porte contrasté et bien éclairé... C'est pratique pour tous les habitants de l'immeuble !



“Je sors tous les jours pour faire des courses, me promener... Avec la nouvelle porte d'entrée de mon immeuble, aller et venir est simple comme bonjour !”

### Bonjour bonjour !

Pour Karim, le portier vidéo installé récemment a changé la donne. Maintenant, il peut voir ses visiteurs en un clin d'œil et ne pas ouvrir à “n'importe qui”. Ses invités n'ont plus qu'à appuyer sur un seul bouton pour montrer patte blanche. Finis les écrans peu lisibles des digicodes !



### Les idées en +



- Un immeuble facile à vivre, c'est un immeuble où les visiteurs sont bien renseignés... Il suffit d'indiquer clairement le sens d'ouverture de la porte d'entrée, les noms et les étages des occupants.



### Les idées en +

Votre boîte aux lettres est située trop haut ou trop bas ? En prenant contact avec vos voisins, vous pourrez sans doute obtenir un échange qui vous évitera des efforts.



### Bon à savoir

- Si votre logement se trouve en habitat collectif ou que vous êtes en lotissement, toutes les interventions sur le hall d'entrée nécessitent l'accord de la copropriété.
- Toutes les parties vitrées des sas des halls d'entrée doivent être signalées par des vitrophanies (autocollants destinés à être appliqués sur une vitre) d'au moins 5 cm de hauteur et positionnées à 1,10 m et 1,60 m afin d'être bien visibles.



### L'avis du technicien

La porte du hall est lourde ? Sachez qu'il est possible de faire régler la force du groom de fermeture.



# LES EXTÉRIEURS BIEN CONÇUS DE PAULE

Un logement accessible, c'est bien...  
Mais c'est encore mieux si les extérieurs le sont aussi.  
C'est le cas dans la copropriété de Paule, où les cheminements  
ont été repensés pour fluidifier les parcours des habitants.



### **Stabilité oblige**

Dans l'allée, les petits graviers ont laissé la place à du ciment. Ce revêtement stable facilite la marche et ne se déforme pas quand il pleut.

### **En pleine lumière**

Paule passe souvent la soirée chez ses amis. Depuis qu'un éclairage extérieur à déclenchement automatique a été installé dans l'allée et à l'entrée de son immeuble, elle n'est plus obligée de garder une lampe de poche dans son sac.

## ▶ LES PARTIES COMMUNES/ESPACES EXTÉRIEURS

### Une pente bien assurée

L'allée qui mène de la rue à la porte d'entrée de Paule est en pente. Pour plus de sécurité, elle a demandé l'installation d'une main courante (rampe). Son allée est doublée d'un cheminement en escalier : l'accès est facilité pour tous les usagers.



“ J'aime bien sortir, mais je souhaite aussi rentrer chez moi le plus facilement possible. Grâce à la nouvelle allée, je peux aller et venir à ma guise.”

### À deux, c'est mieux !

Le cheminement a également été élargi : de la sorte, on peut s'y croiser ou marcher à deux côte à côte.





## Les idées en +

- Les espaces extérieurs sont aussi des espaces de rencontre ; si les distances sont importantes sollicitez la copropriété pour prévoir des bancs à intervalle régulier.



## Bon à savoir

- Si votre logement se trouve en habitat collectif ou que vous êtes en lotissement, les travaux sur les espaces extérieurs sont réalisés par la copropriété.

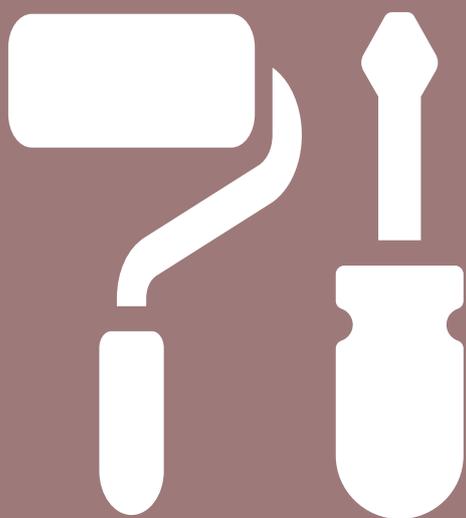


## Le conseil de l'ergothérapeute

Pour circuler aisément, il est utile de sécuriser tous les cheminements extérieurs fréquemment empruntés : de l'entrée à la rue, des places de stationnement à l'entrée, sans oublier l'accès aux poubelles.

---

# QUELLES AIDES POUR FINANCER VOS TRAVAUX ?



Pour améliorer votre quotidien,  
découvrez concrètement les travaux  
que vous pouvez mettre en œuvre  
avec l'aide de l'Anah.



# 7 BONS RÉFLEXES AVANT LES TRAVAUX



Vous avez décidé de réaliser des aménagements dans votre logement ? Voici les sept réflexes à cultiver pour un chantier en toute sérénité.

**1** Faites-vous accompagner par un professionnel pour faire le bilan de votre situation et évaluer précisément vos besoins.

**2** Envisagez votre projet dans sa globalité : tous les travaux utiles qui visent notamment à améliorer votre confort énergétique ou l'état général de votre logement. Il existe des plans d'aides qui permettent de financer des projets importants et qui prévoient un accompagnement.

**3** Faites réaliser l'estimation globale du coût des travaux nécessaires et des aides dont vous pourrez bénéficier le cas échéant.

**4** Demandez des devis détaillés à chaque intervenant avec les références des matériels choisis par l'artisan. Consultez plusieurs entreprises pour pouvoir comparer les prix.

**5** Gardez précieusement devis et factures : les devis serviront au calcul des aides financières et les factures sont nécessaires pour le versement des subventions.

**6** Attendez que votre projet financier soit bouclé pour donner votre accord pour débiter le chantier. Réalisez un budget détaillé : quels acomptes verser et à qui, qui règle quoi en cas d'aides financières...

**7** Faites réaliser vos travaux par des entreprises professionnelles du bâtiment. Pensez aux conditions matérielles du chantier et à leurs impacts sur votre vie : importance et durée, nombre d'ouvriers, poussière, bruits... N'hésitez pas à demander aux artisans comment ils comptent s'organiser pour que vous puissiez continuer à vivre chez vous pendant les travaux !

Les prix indiqués dans ce guide peuvent varier en fonction de la complexité des projets, des marques des matériaux utilisés et du temps d'intervention de l'artisan. Néanmoins, ce sont des estimations qui situent votre projet dans une gamme de prix correspondant à des moyennes nationales.

## L'ENTRÉE |

Votre entrée est nichée dans un recoin sombre et précédée d'un perron étroit de plusieurs marches ?  
Sachez qu'il existe de nombreuses solutions travaux pour rendre votre logement accessible à tous.

### Coût des travaux

- Prolongation de perron et reprise des marches : de 1 500 à 2 000 €
- Pose d'une main courante et de nez de marche : de 500 à 1 000 €
- Détecteur de présence pour l'éclairage : de 300 à 500 €
- Automatisation de l'ouverture du portail : de 1 500 à 2 000 €
- Visiophone : de 1 000 à 1 500 €

- Prix total HT : de 4 800 à 7 000 € (fournitures et main-d'œuvre comprises).
- Financement Anah : 35 % ou 50 % du coût des travaux HT (selon vos revenus).



### Bon à savoir

Un changement de porte d'entrée ou de perron (s'il est en extérieur) s'apparente à une modification de façade. Vous devez le déclarer à votre mairie si vous êtes en maison individuelle.



## PARCOURS SANS FAUTE |

Avec l'avancée en âge, les trajets d'un espace de vie à l'autre peuvent devenir pénibles. Certains aménagements simples permettront de gagner en fluidité et en mobilité.

### Coût des travaux

- Pose d'une main courante :  
de 1 500 à 2 000 €
- Pose de nez de marche :  
de 500 à 1 000 €
- Deux portes coulissantes :  
de 1 500 à 2 300 €

- Prix total HT : de 3 500 à 5 300 € (fournitures et main-d'œuvre comprises).
- Financement Anah : 35 % ou 50 % du coût des travaux HT (selon vos revenus).



## LA BONNE RECETTE



Revêtement de sol non glissant,  
évier à la bonne hauteur, installation électrique repensée...  
Quelques transformations suffisent pour que la cuisine  
reste un espace de convivialité et de plaisir.

### Coût des travaux

- Pose d'un sol non glissant :  
de 30 à 100 €/m<sup>2</sup>  
(hors main-d'œuvre)
- Nouvel évier et mitigeur  
"col-de-cygne" : de 2 000 à 2 500 €
- Sécurisation de l'installation  
électrique et pose  
de quatre prises :  
de 1 000 à 1 500 €

- Prix total HT : de 3 500 à  
4 550 € (fournitures et main-  
d'œuvre comprises).
- Financement Anah : 35 % ou  
50 % du coût des travaux HT  
(selon vos revenus).



### Bon à savoir

Pour mémoire, les tuyaux  
de gaz sont à changer  
régulièrement, la date  
est indiquée sur le tuyau.



## LA DOLCE VITA

Avec l'âge, la salle de bains peut être un lieu où vous vous sentez moins en sécurité. Grâce à l'installation d'une douche à l'italienne et la pose d'un revêtement antidérapant, douchez-vous en toute tranquillité !

### Coût des travaux

- **Installation de la douche**
  - Dépose de la baignoire, pose du receveur de douche : de 1 000 à 1 500 €
  - Paroi de douche : de 500 à 1 000 €
  - Reprise du mur, faïence et peinture : de 1 500 à 2 000 €
  - Barre en T inversé : de 200 à 400 €
  - Étanchéité du sol et revêtement antidérapant : de 500 à 1 000 €
- **Plomberie et robinetterie**
  - Dépose robinetterie existante, pose de mitigeur thermostatique : de 200 à 500 €
- **Aides techniques**
  - Siège de douche : de 300 à 600 €
  - Barre d'appui : de 100 à 250 €

- **Prix total HT : de 4 300 à 7 250 € (fournitures et main-d'œuvre comprises).**
- **Financement Anah : 35 % ou 50 % du coût des travaux HT (selon vos revenus).**



### Bon à savoir

Le coût horaire d'un artisan se situe en moyenne entre 35 €/h et 55 €/h.

## OBJECTIF | SÉRÉNITÉ



Petit espace encombré, cuvette trop basse, appuis incertains...  
Les toilettes sont souvent peu pratiques. Heureusement,  
il est possible de renverser la tendance en mettant  
en œuvre quelques aménagements simples.

### Coût des travaux

- Inversion de la porte :  
de 300 à 500 €
- Pose d'un sol non glissant :  
de 300 à 500 €
- Installation d'un WC rehaussé :  
de 350 à 650 €
- Pose d'une barre d'appui :  
de 100 à 250 €

- Prix total HT : de 1 050 à  
1 900 € (fournitures et main-  
d'œuvre comprises).
- Financement Anah : 35 % ou  
50 % du coût des travaux HT  
(selon vos revenus).



## LE GRAND LARGE



Une baie vitrée, c'est un "plus" très apprécié dans un salon...  
À condition de pouvoir en profiter à tout âge ! Pour prolonger  
le plaisir, deux solutions s'offrent à vous : la pose d'un modèle  
sans seuil et l'installation de volets roulants automatisés.

### Coût des travaux

- Dépose de l'ancienne  
baie vitrée : de 200 à 250 €
- Pose d'une baie vitrée  
sans seuil : de 2 500 à 3 500 €
- Pose de volets roulants  
automatisés : de 1 500 à 2 500 €

- Coût total HT : de 4 200 à  
6 250 € (fournitures et  
main-d'œuvre comprises).
- Financement Anah : 35 % ou  
50 % du coût des travaux HT  
(selon vos revenus).



## BONNES NUITS ! |

Se relever la nuit – parfois plusieurs fois –, ouvrir et fermer les volets : pour que ces gestes de tous les jours soient faciles, plusieurs aménagements sont possibles. Revue de détail.

### Coût des travaux

- Pose de trois détecteurs de présence (deux sorties de lit et entrée de la chambre) : de 600 à 1 000 €
- Pose d'un chemin lumineux : de 500 à 1 500 €
- Pose de volets roulants automatisés : de 800 à 1 200 €

- Coût total HT : de 1 900 à 3 700 € (fournitures et main-d'œuvre comprises).
- Financement Anah : 35 % ou 50 % du coût des travaux HT (selon vos revenus).



### Bon à savoir

Pour l'installation d'un volet en façade, il vous faudra faire une déclaration auprès de la mairie et obtenir une autorisation de la copropriété si vous êtes copropriétaire.



## PAR ICI | LA SORTIE



Une porte trop lourde ou un digicode trop haut sont autant d'obstacles qui peuvent dissuader de sortir comme on l'aimerait.

Mais des interventions prises en charge par la copropriété peuvent suffire pour y remédier.

### Coût des travaux

- Installation d'un bloc porte avec dormant monobloc et ouvrant sur pivot avec automatisation : de 5 000 à 7 000 €
- Installation d'un digicode avec visiophone : de 1 000 à 1 500 €

- Coût total HT à la charge de la copropriété : de 6 000 à 8 500 € (fournitures et main-d'œuvre comprises).
- Financement Anah : 50 % du coût des travaux HT.



### Bon à savoir

L'automatisation d'une porte de hall d'entrée est facile à mettre en œuvre, mais il faut prévoir son entretien régulier.

---

# QUELLES AIDES POUR VOTRE PROJET ?



Pour vos projets d'aménagement,  
différentes aides sont possibles.  
Retrouvez les informations correspondant  
à votre situation et les organismes à contacter.



# LES AIDES EN UN COUP D'ŒIL...

Retrouvez ci-dessous un tableau récapitulatif des aides possibles pour votre projet d'aménagement. Selon votre âge, votre situation ainsi que l'évaluation de votre niveau d'autonomie (échelle GIR), vous trouverez les organismes à contacter.

### Vous avez plus de 55 ans

Quelles sont les aides ?	
<b>Vous voulez faire des travaux pour adapter votre logement.</b>	<p>Vous pouvez bénéficier d'un <b>crédit d'impôt</b> pour dépenses d'équipements pour l'autonomie de personnes.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Montant des dépenses plafonné à 8 000 euros pour une personne seule et 16 000 euros pour un couple soumis à imposition commune. Cette somme est majorée de 400 euros par personne à charge.</li></ul>
	<p>Vous pouvez bénéficier de l'<b>Aide Habitat</b>.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Un montant est déterminé en fonction du montant des travaux et de vos ressources, dans la limite du plafond défini par votre caisse régionale.</li></ul>
<b>Vous êtes assez autonome mais vous voulez équiper votre logement pour améliorer votre confort.</b>	<p>Vous pouvez bénéficier du <b>Kit Prévention</b>.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Aide forfaitaire pour des équipements tels que sièges de WC et de douche, tapis antidérapants, barres d'appui, mains courantes d'escaliers, kit de balisage lumineux.</li></ul>
<b>Vous n'êtes pas particulièrement dépendant mais vous avez besoin d'une aide à domicile.</b>	<p>Vous pouvez bénéficier du <b>Plan d'action personnalisé (PAP)</b>.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Montant maximal de 3 000 euros par an.</li></ul>



## Bon à savoir

Les critères d'éligibilité des aides sont indiqués à titre informatif. Seule l'autorité qui les délivre peut vous indiquer si vous avez le droit à une aide. Les barèmes indiqués sont ceux connus au moment de la publication du guide, consultez les sites Internet indiqués dans le tableau pour avoir les informations les plus récentes. Certaines aides

dépendent du degré de perte d'autonomie et varient selon les GIR (voir p. 66). Toutes les aides ne sont pas répertoriées. Vous pouvez bénéficier d'aides complémentaires venant d'autres organismes (santé, assureur, retraite complémentaire, caisse d'allocations familiales). Renseignez-vous directement auprès d'eux pour connaître ces aides

Conditions principales	Qui contacter ?
<ul style="list-style-type: none"><li>• Quels que soient vos revenus.</li><li>• Vous êtes fiscalement domicilié en France.</li></ul>	Votre service des impôts : <a href="http://www.impots.gouv.fr">www.impots.gouv.fr</a>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Sous condition de revenus.</li><li>• Vous êtes retraité du régime général.</li><li>• Vous n'avez pas droit à l'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA).</li></ul>	L'Assurance retraite (Cnav, Carsat...) : <a href="http://www.lassuranceretraite.fr">www.lassuranceretraite.fr</a>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Sous condition de revenus.</li><li>• Vous êtes retraité du régime général.</li><li>• Vous n'avez pas droit à l'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA).</li></ul>	L'Assurance retraite (Cnav, Carsat...) : <a href="http://www.lassuranceretraite.fr">www.lassuranceretraite.fr</a>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Sous condition de revenus.</li><li>• Selon vos besoins.</li><li>• Vous êtes retraité du régime général.</li></ul>	L'Assurance retraite (Cnav, Carsat...) : <a href="http://www.lassuranceretraite.fr">www.lassuranceretraite.fr</a>



## QUELLES AIDES POUR VOTRE PROJET ?

### Vous avez plus de 55 ans (suite)

Quelles sont les aides ?	
<b>Vous sortez d'une hospitalisation et vous avez besoin d'une aide à domicile de façon urgente et temporaire.</b>	<p>Vous pouvez bénéficier de l'<b>Aide au retour à domicile après hospitalisation (ARDH)</b>.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Prise en charge pouvant varier entre 10 % et 73 %.</li></ul>

### Vous avez plus de 60 ans

Quelles sont les aides ?	
<b>Vous voulez faire des travaux pour adapter votre logement.</b>	<p>Vous pouvez bénéficier d'une <b>aide aux travaux</b> de l'Agence nationale de l'habitat (Anah) pour l'autonomie de la personne.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 35 % ou 50 % du montant des travaux plafonnés à 20 000 euros HT. Cette aide peut se cumuler avec d'autres aides de l'Anah (rénovation énergétique).</li></ul>
<b>Vous êtes reconnu inapte au travail, mais vous n'avez pas l'âge légal de départ à la retraite.</b>	<p>Vous pouvez bénéficier de l'<b>Aide sociale départementale</b>.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Aide à domicile, subvention.</li></ul>
<b>Vous n'êtes pas suffisamment autonome et vous avez besoin d'équipements spécifiques pour rester chez vous le plus longtemps possible.</b>	<p>Vous pouvez bénéficier de l'<b>Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA)</b>.</p>
<b>Vous avez une invalidité qui ne vous permet plus de travailler, mais vous n'avez pas l'âge légal de départ à la retraite.</b>	<p>Vous pouvez bénéficier de l'<b>Allocation supplémentaire d'invalidité (ASI)</b>.</p>

Conditions principales	Qui contacter ?
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sous condition de revenus.</li> </ul>	L'assistante sociale de l'hôpital qui fera une demande à votre caisse du régime général.

Conditions principales	Qui contacter ?
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sous condition de revenus.</li> <li>• Vous êtes propriétaire occupant de votre logement.</li> <li>• Vous n'avez pas commencé vos travaux.</li> <li>• Justificatif de handicap ou de perte d'autonomie nécessaire : décision de la commission des droits ou évaluation de la perte d'autonomie (GIR) ou évaluation réalisée lors de la demande de Prestation de compensation du handicap (voir « Vous avez moins de 75 ans »).</li> </ul>	Pour connaître le point d'information le plus proche de chez vous : <a href="http://www.anah.fr">www.anah.fr</a> ou en appelant le 0820 15 15 15 (0,12 euro l'appel depuis un poste fixe).
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sous condition de revenus, l'aide à domicile est prise en charge.</li> </ul>	Le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) de votre mairie. Le Conseil général verse l'aide.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quels que soient vos revenus.</li> </ul>	Le Conseil général de votre département ou auprès du Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) de votre mairie.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Être âgé de moins de 65 ans.</li> <li>• Sous condition de revenus.</li> <li>• Être titulaire d'une pension d'invalidité.</li> </ul>	Votre caisse de retraite ou l'organisme qui vous verse la pension d'invalidité.



## QUELLES AIDES POUR VOTRE PROJET ?

### Vous avez plus de 65 ans

Quelles sont les aides ?	
<b>Vous avez besoin d'une aide quotidienne, mais vous ne bénéficiez pas de l'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA).</b>	Vous pouvez bénéficier de l' <b>Aide Sociale Départementale</b> aux personnes âgées. <ul style="list-style-type: none"><li>• Aide à domicile, subvention.</li></ul>
<b>Quel que soit votre niveau d'autonomie, vos revenus ne sont pas suffisants pour vous procurer les aides dont vous avez besoin au quotidien.</b>	Vous pouvez bénéficier de l' <b>Allocation de Solidarité pour les Personnes âgées</b> (ASPA).
	Vous pouvez bénéficier de l' <b>Aide à domicile</b> . <ul style="list-style-type: none"><li>• Allocation simple.</li></ul>

### Vous avez moins de 75 ans

Quelles sont les aides ?	
<b>Votre handicap est survenu avant 60 ans et vous avez besoin d'une aide pour les surcoûts de votre handicap.</b>	Votre handicap est survenu avant 60 ans et vous avez besoin d'une <b>aide pour les surcoûts de votre handicap</b> .

Conditions principales	Qui contacter ?
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sous condition de revenus, l'aide à domicile est prise en charge.</li> </ul>	Votre caisse de retraite ou le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) de votre mairie.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sous condition de revenus.</li> </ul>	Votre caisse de retraite.
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vous n'avez aucune pension de retraite et vous disposez de revenus modestes.</li> </ul>	Le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) de votre mairie.

Conditions principales	Qui contacter ?
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Justificatif de handicap.</li> <li>• Prise en charge de 80 % à 100 % selon vos revenus.</li> </ul>	La Maison des Personnes Handicapées (MDPH) de votre département <a href="http://www.mdph.fr">www.mdph.fr</a>



# REPÈRES



## Qu'est-ce que la perte d'autonomie ?

On parle de perte d'autonomie lorsqu'une personne commence à avoir des difficultés à faire seule des activités de la vie courante, comme, faire ses courses, se laver, s'habiller, manger, se déplacer... Cela peut survenir à la suite d'un accident ou bien s'installer progressivement avec le processus naturel du vieillissement.



## GIR, ça veut dire quoi ?

Les six groupes iso-ressources (GIR) permettent de classer les personnes en fonction des différents stades de perte d'autonomie. À l'aide de la grille Aggir (Autonomie gérontologie groupe iso-ressources), une équipe médico-sociale recueille les données nécessaires pour établir le classement de 1 à 6, le GIR 6 correspondant au degré d'autonomie le plus important. Différentes variables, telles que la cohérence, l'orientation, la toilette ou la communication, sont prises en compte.



## Quel est le rôle d'un ergothérapeute ?

La perte d'autonomie peut être atténuée voire compensée par un environnement, des outils, des habitudes de vie ou des apprentissages gestuels conseillés par un ergothérapeute. Le rôle de ce dernier ? C'est d'abord d'évaluer et identifier les besoins de la personne, en partant de son projet de vie et de ses capacités. Mais aussi d'analyser son environnement humain, matériel, architectural et social. Ensuite, l'ergothérapeute propose des solutions sur mesure qui peuvent intégrer des conseils personnalisés pour la vie quotidienne (adopter de nouveaux gestes, de nouveaux outils) mais aussi des propositions d'aménagements

---

du domicile (dans la salle de bains, les toilettes, les escaliers), ou encore un accompagnement dans le choix d'aides techniques. En effet, un ergothérapeute travaille en collaboration étroite avec les professionnels de santé, les organismes sociaux, les spécialistes du bâtiment. Il est un partenaire privilégié des familles !



## **La liste des produits et prestations (LPP)**

C'est la liste des produits et des prestations (LLP) que rembourse l'Assurance maladie. Elle définit le taux de remboursement pour chaque produit ou prestation. Votre complémentaire santé peut prendre en charge le reste à payer : renseignez-vous auprès d'elle pour connaître vos droits. Quelques aides techniques utilisées dans le cadre de l'aménagement peuvent être couvertes par cette liste, comme les lits médicalisés, les fauteuils roulants et les déambulateurs, les fauteuils de douche/toilettes. Ces dispositifs peuvent également faire l'objet d'une prise en charge complémentaire dans le cadre du Projet Personnalisé d'Accompagnement (PPA), de l'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA) ou de la Prestation de Compensation du Handicap (PCH).



## **Handicap : comment choisir les aides ?**

Si vous avez obtenu la reconnaissance d'un handicap avant 60 ans, vous pouvez cumuler les aides proposées par la Maison départementale des personnes handicapées (MDPH) et celles proposées par l'Anah et/ou la caisse de retraite. Toute personne qui a obtenu le bénéfice de la Prestation de Compensation du Handicap (PCH) avant 60 ans et qui remplit les conditions du droit à l'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA) peut choisir, lorsqu'elle atteint 60 ans, et à chaque renouvellement de l'attribution de cette prestation, entre le maintien de la PCH et le bénéfice de l'APA. À noter que certaines MDPH ont ouvert l'accès au fonds de compensation sans limite d'âge.



# QUI FAIT QUOI ?

### **L'Agence nationale de l'habitat (Anah)**

Il s'agit d'un établissement public qui accorde des aides aux propriétaires occupants, aux propriétaires bailleurs de logements locatifs et aux copropriétaires les plus modestes pour la réhabilitation de leur logement. Certaines aides de l'Anah peuvent être complétées par celles des collectivités locales. Pour connaître la nature, le montant et les conditions d'attribution de ces subventions complémentaires, renseignez-vous auprès de l'opérateur en charge de l'opération programmée d'amélioration de l'habitat, de votre mairie, du conseil général, du conseil régional.

Les téléconseillers de l'Anah vous orientent vers le contact local le plus proche de chez vous.

> Tél. : 0820 15 15 15 (numéro indigo)  
> [www.anah.fr](http://www.anah.fr)

### **Les Agences départementales pour l'information sur le logement (ADIL)**

Elles apportent des informations sur l'ensemble des thématiques liées au logement et un conseil gratuit, neutre et personnalisé. Elles ont un rôle de prévention envers des publics fragilisés en sécurisant le cadre décisionnel

des ménages, en particulier sur le plan juridique et financier.

[www.anil.org/votre-adil/](http://www.anil.org/votre-adil/)

### **L'Assurance retraite**

#### **Cnav, Carsat, CGSS, CSS**

L'Assurance retraite gère la retraite du régime général de la Sécurité sociale et propose, après une évaluation globale de vos besoins, des services personnalisés pour vous aider à continuer à bien vivre chez vous. Nos services prévention (ateliers, conférences, aide à la vie quotidienne, aux loisirs, transports et adaptation du logement) permettent d'améliorer votre qualité de vie.

Renseignez-vous sur les services prévention de l'Assurance retraite auprès de votre caisse régionale.

> [www.lassuranceretraite.fr](http://www.lassuranceretraite.fr)

#### **Mutualité sociale agricole (MSA)**

La MSA gère la protection sociale (famille, santé, retraite) des exploitants et des salariés agricoles. Elle propose des actions collectives de prévention (ateliers du bien vieillir, Pep's Eurêka, ateliers nutrition...) et des actions de soutien à domicile (aide ménagère, téléassistance, habitat...).

Elle développe aussi les Marpa, petites unités de vie en milieu rural.

[www.msa.fr](http://www.msa.fr)

### **Régime social indépendant (RSI)**

Le Régime social des Indépendants gère leur protection sociale santé, retraite et retraite complémentaire. Son action sociale soutient le projet de vivre chez soi le plus longtemps possible des actifs ou retraités en finançant l'adaptation du lieu de vie lié à un handicap ou une perte d'autonomie.

[www.rsi.fr](http://www.rsi.fr)

### **Les caisses de retraite complémentaire**

Les services d'action sociale des caisses de retraite proposent différents types de prestations. Par exemple, les caisses de retraite qui dépendent de l'AGIRC-ARRCO financent une prestation conseil en ergothérapie – "Bien chez moi" – destinée aux plus de 75 ans, actuellement développée sur quatre territoires : Ile-de-France, Bretagne, PACA et Rhône-Alpes. La demande doit être adressée à votre caisse de retraite. Celle-ci missionne un ergothérapeute qui fera une évaluation de vos besoins et de votre lieu de vie et vous adressera un rapport qui vous aidera à envisager des dispositifs pour améliorer votre logement et faciliter votre quotidien. Un relais est fait vers les CARSAT ou la caisse de retraite.

> [www.agircarrco-actionsociale.fr](http://www.agircarrco-actionsociale.fr)

### **Le Centre communal d'action sociale (CCAS)**

Au sein de la mairie, il centralise les contacts locaux des réseaux d'aide en matière d'habitat et de financement. Il participe à l'instruction des demandes d'aide sociale légale (aide médicale, RSA, aide aux personnes âgées...) et les transmet aux autorités décisionnelles compétentes telles que le Conseil général, la préfecture ou les organismes de Sécurité sociale. Ainsi, il vous accompagnera ou vous orientera vers le bon interlocuteur.

> [www.unccas.org](http://www.unccas.org)

### **Le Centre local d'information et de coordination (CLIC)**

C'est un guichet d'accueil, d'information et de coordination pour les retraités, les personnes âgées et leur entourage, pour les professionnels de la gérontologie et du maintien à domicile. Les missions peuvent varier en fonction des niveaux de label du CLIC.

[www.clic-info.personnes-agees.gouv.fr](http://www.clic-info.personnes-agees.gouv.fr)

### **Le Conseil général**

Son service d'aide sociale peut centraliser les demandes et être financeur associé de certains projets. C'est le CCAS (voir plus haut) qui pourra vous indiquer



qui contacter ou quelle procédure suivre pour adresser une demande.

[www.departements.fr/adf](http://www.departements.fr/adf)

### **Les Maisons départementales des personnes handicapées (MDPH)**

Elles sont chargées de l'accueil et de l'accompagnement des personnes handicapées et de leurs proches. Il existe une MDPH dans chaque département, fonctionnant comme un guichet unique pour toutes les démarches liées aux diverses situations de handicap.

[www.mdph.fr](http://www.mdph.fr)

### **Les mutuelles**

Elles sont de plus en plus nombreuses à proposer des forfaits de prise en charge pour l'aménagement du logement, notamment le financement de la prestation d'évaluation du lieu de vie fait par un ergothérapeute. Renseignez-vous directement auprès de votre mutuelle.

### **Les assurances**

Certains contrats proposent des financements pour l'intervention d'un ergothérapeute (en inclusion), notamment les contrats accident de la vie. Renseignez-vous directement auprès de votre assurance.

### **Les opérateurs de terrain**

- Le réseau associatif Habitat et Développement est au service de l'amélioration de l'habitat et des conditions de vie. Il participe à la production d'une offre locative à loyers maîtrisés, au maintien à domicile des personnes âgées et à la lutte contre l'habitat indigne.  
[www.habitat-developpement.tm.fr](http://www.habitat-developpement.tm.fr)
- La fédération des PACT, réseau associatif au service de l'habitat en France, propose deux axes d'interventions en faveur des personnes défavorisées ou vulnérables : le maintien et l'accès au logement.

[www.pact-arim.org](http://www.pact-arim.org)



