



Le réaménagement de la maison

Il existe toute une série de modifications pour organiser l'accessibilité de votre logement : poignées de porte à levier, éviers spéciaux, rampes d'accès, lève-personnes et ascenseurs. Il y a de nombreux aspects à prendre en compte et il est donc important de commencer à définir un plan avant votre retour à la maison.

Q : À quel moment faut-il commencer à apporter des aménagements à la maison après une LME ?

Le mieux est de faire évaluer votre maison par un ergothérapeute indépendant ou un psychiatre quand vous êtes à l'hôpital. Le thérapeute se rendra chez vous, il analysera les différentes tâches que vous avez à faire et il les comparera à vos aptitudes. Votre hôpital ou votre centre de réhabilitation dispose peut-être d'un ergothérapeute ou d'un psychiatre qui peut venir chez vous pour déterminer vos besoins.

Q : Qu'est-ce que le modèle universel ?

Le modèle universel est un terme appliqué à un environnement, une structure, un produit ou un service qui répond aux besoins d'une personne quels que soient son âge, sa taille, ses aptitudes ou son handicap. Au-delà des rampes d'accès, des réaménagements et des bateaux, il s'agit de tenir compte des besoins diversifiés et les aptitudes de tous pendant la conception, de façon à ce que le modèle soit utilisable et commode dans toute la mesure du possible. À ne pas confondre avec la notion de taille unique, le modèle universel étudie des solutions inclusives sans remettre en cause l'intégrité ou la qualité du produit ou du modèle.

Q : Je n'ai pas les moyens de modifier tout d'un seul coup, que dois-je faire en premier ?

Il existe plusieurs recommandations concernant les modèles et les produits qui peuvent augmenter la sécurité, le confort, la commodité et la « vivabilité » de votre maison. Parfois, il est possible de n'intégrer que les éléments nécessaires, les autres modifications viendront plus tard. Veillez à avoir au moins une porte extérieure accessible, dans l'idéal la porte entre le garage et la maison. Vous devrez aussi avoir une rampe d'accès et aménager votre chambre au rez-de-chaussée. Les autres aménagements à envisager sont la table, à

surélever, et les poignées de porte, à remplacer par des leviers. La largeur des portes posant souvent problème, une solution temporaire consiste à enlever la porte du chambranle. Vous pouvez accrocher un rideau de douche à une tringle à rideau à pression pour conserver l'intimité des pièces, jusqu'à ce que vous puissiez faire installer une porte coulissante. Dans certaines maisons, il n'est pas possible de faire les aménagements nécessaires. Dans ces situations difficiles, vous serez peut-être obligé de vendre votre maison et d'en acheter une qui se prête aux réaménagements ou d'envisager de louer un appartement. S'il est trop difficile de procéder à ces aménagements, parfois, il est plus simple d'ajouter un appartement annexe à la maison. Cela offrira un espace de vie accessible à la personne paralysée et lui donnera un certain degré d'indépendance. Il s'agit d'un gros investissement, qui fait intervenir de nombreux aspects et décisions.

Q : Existe-t-il des financements pour aider à prendre en charge le coût du réaménagement de la maison ?

Medicare et les assurances privées en général ne prennent pas en charge le coût du réaménagement de la maison ; cependant, il arrive qu'ils remboursent les appareils et le matériel médicalisé qui font partie des modifications. Par exemple, le coût d'un lève-personne peut être pris en charge mais pas celui de son installation. Le département américain de l'Agriculture offre des subventions à la réparation et à la réhabilitation en milieu rural pour renforcer la sécurité et supprimer les risques sanitaires pour les personnes handicapées. Si vous habitez dans une zone rurale, elles peuvent être une possibilité. Le programme de réadaptation au travail de votre État pourra peut-être contribuer financièrement en fonction de votre

situation. Si vous êtes ancien combattant ou militaire, le département américain des Anciens Combattants pourra peut-être vous aider. Certaines associations à but non lucratif tels que Rebuilding Together (rebâtir ensemble) apportent une aide sous la forme de d'un soutien financier ou d'un travail bénévole. Si votre accident a donné lieu à une indemnisation de la part de l'assurance, ces fonds peuvent aider à couvrir le coût du réaménagement.



Figure 1: Photo reproduite avec l'aimable autorisation de The Independent Living Center Inc., Joplin MO.

Q : Comment savoir si je dois vendre ma maison ou la réaménager ?

Pour mieux comprendre les options dont vous disposez par rapport à vos besoins, le mieux est de faire évaluer les aménagements à réaliser par un professionnel indépendant. Modifier les sols, installer des ascenseurs dans la maison et refaire la cuisine et la salle de bain de fond en comble sont les projets les plus coûteux. S'il suffit de refaire un peu d'électricité, d'installer des rampes d'accès et d'adapter les portes, votre dépense sera nettement moins importante. Vous pouvez envisager de faire des économies sur les grosses rénovations en acquérant une maison plus neuve offrant un espace de vie en rez-de-chaussée, des espaces découverts, des entrées sans marches, et d'autres éléments incontournables de

l'accessibilité. De nombreux facteurs entrent en ligne de compte dans cette décision. Aussi, pensez à peser tous les coûts, les besoins et les possibilités.

Les aspects à prendre en compte dans le réaménagement de la maison

Il est important de demander conseil à un ergothérapeute pour savoir quelles sont les modifications à apporter. Voici certains des points à considérer :

- La largeur des portes et des couloirs ;
- L'espace pour faire demi-tour (en particulier dans les cuisines et les toilettes/salles de bain) ;
- La possibilité de faire installer les interrupteurs à bascule plus bas et les prises électriques plus haut ;
- La possibilité d'abaisser ou d'augmenter la hauteur des éléments ou appareils de cuisine. La hauteur des éléments de cuisine dépend du fauteuil que l'on utilise : électrique ou manuel.

Q : Mon syndic de copropriété ne m'autorise pas à apporter des modifications à mon logement. Est-ce que je suis protégé par les dispositions des lois américaines sur le logement équitable ou de la loi ADA ?

En vertu des lois au niveau des États et fédéral, les syndicats de copropriété doivent faire bénéficier les personnes handicapées d'un traitement égalitaire dans l'utilisation et la jouissance des locaux, y compris les parties privatives ainsi que les parties publiques et communes. Parfois, décider si des aménagements sont raisonnables dans les règles, les pratiques, les chartes ou les services nécessite une détermination au cas par cas mais le seul coût n'est généralement pas suffisant pour les déclarer non raisonnables. Certaines lois au niveau des États et fédéral peuvent exiger que les modifications soient supprimées des parties communes lors du déménagement. Si vous êtes locataire, on pourra vous demander de remettre le logement dans son état initial et de faire disparaître tous les changements extérieurs. L'usage veut que l'on informe son syndic de copropriété ou son propriétaire par écrit et qu'on lui fasse rédiger par écrit sur un document sa réponse et ses conditions. Cela pour que mettre les choses noires sur blanc, et empêcher les problèmes lorsque vous quittez les lieux.

Q : Comment trouver une entreprise de travaux pour s'occuper de mes réaménagements ?

Il est important de travailler avec une entreprise qui s'y connaisse en aménagements de la maison et qui se conforme aux règles en la matière. Il se peut que le programme de réadaptation au travail de votre État ou le département des Anciens Combattants ait une base de données répertoriant les entreprises agréées (mais avant de poser la question, vous devrez

être inscrit aux programmes de cette administration). Les autres ressources pour trouver des recommandations sur les entreprises peuvent être des groupes de soutien sur la LME de l'administration publique de l'État ou d'une administration locale, des centres de réhabilitation accrédités et des centres pour la vie en autonomie. Home Depot et Lowe's (consultez le site de leur fondation, ne demandez pas dans leurs magasins) et Habitat for Humanity ont des programmes communautaires d'aide au réaménagement de la maison, avec des subventions et d'autres ressources pour les propriétaires.

Q : Où aller si ma maison n'est pas prête quand je rentre chez moi ?

Il est important de déterminer vos besoins en matière de réaménagements de la maison et d'y répondre le plus tôt possible après votre accident pour laisser assez de temps pour terminer les travaux avant votre retour chez vous. Peut-être aurez-vous la possibilité d'adapter votre salon et d'y rester pendant que les modifications se terminent. Si votre maison est totalement inaccessible pendant les rénovations, vous pouvez chercher des options de logement temporaire comme une chambre d'hôtel avec séjour prolongé, la location d'un appartement pour les cadres (ceux-ci sont souvent entièrement meublés) ou une location d'appartement de courte durée.

Q : J'ai un enfant adulte qui a été victime d'un accident mais j'avais prévu de déménager avant sa paralysie. Est-ce que c'est une bonne idée de faire réaménager la maison pour une personne qui risque de ne pas rester longtemps avec nous ?

Vous devez tenir compte des facteurs suivants : Selon vous, pendant encore combien de temps va-t-il rester chez vous ? Quel serait votre budget au cas où cela pourrait être une très courte durée ? Votre enfant adulte est-il capable d'être autonome après la lésion ? Pensez-vous qu'il pourra reprendre le travail ou les études dans l'année ? Est-il moins cher de trouver un appartement accessible et d'y habiter temporairement avec votre enfant adulte ?

Q : Puis-je bénéficier d'une installation de domotique, et est-ce le bon moment pour le faire maintenant ?

Même si cela fait des décennies que l'automatisation de la maison pour l'éclairage et la commande simple des appareils ou de l'environnement existe, les technologies récentes permettent maintenant de mettre les appareils électroniques et autres dispositifs en réseau pour avoir une maîtrise parfaite de plusieurs aspects de votre maison. De simples pavés tactiles ou commandes vocales utilisant des dispositifs comme Alexa, Google Home, Siri et Cortana, permettent de nos jours de commander le thermostat, les rideaux, l'éclairage, la télévision, la musique et le verrouillage des portes. Certes, l'ajout de commandes intelligentes à votre maison peut constituer un certain investissement au départ, mais grâce à ces technologies, vous augmenterez votre sécurité (vous pouvez programmer l'installation pour passer un appel si vous tombez de votre fauteuil roulant), votre sécurité, votre efficacité, votre indépendance et la commodité de la vie quotidienne.

Sources : Center for Excellence in Universal Design, USA.gov Housing Help, Moriarty, Troyer

and Malloy Law Firm, HUD.gov, livret de la Fondation Christopher & Dana Reeve intitulé Preparing to Transition Home (se préparer à retourner chez soi)

Vous souhaitez parler à quelqu'un ?

Nos agents spécialisés répondent à vos questions.

Appelez notre numéro gratuit 1-800-539-7309 du lundi au vendredi, de 9:00 à 20:00 EST.

Ou demandez à être rappelé ou posez une question en ligne au

<https://www.christopherreeve.org/fr/get-support/ask-us-anything/form>.

Les informations contenues dans ce message sont présentées dans le but de vous informer et de vous sensibiliser quant à la paralysie et ses effets. Rien de ce qui est contenu dans ce message ne doit être interprété comme un diagnostic ou un traitement médical et utilisé au lieu et place de l'avis de votre médecin ou de tout autre prestataire de soins de santé qualifié. Si vous avez des questions liées aux soins de santé, veuillez appeler ou consulter rapidement votre médecin ou tout autre prestataire de soins de santé qualifié. Consultez toujours votre médecin ou un autre prestataire de soins de santé qualifié avant de vous lancer dans un nouveau traitement, un nouveau régime ou un nouveau programme de remise en forme. Ne jamais ignorer un avis médical ni tarder à le demander suite au contenu de ce message.

Cette publication est supportée par l'Administration for Community Living (ACL), U.S. Department of Health and Human Services (HHS) dans le cadre d'une aide financière d'un montant total de 8 700 000 \$, financée à 100 % par l'ACL/HHS. Le contenu de ce document est celui de l'auteur ou des auteurs et ne représente pas nécessairement le point de vue officiel de l'ACL/HHS ou du gouvernement américain, ni ne constitue une approbation de leur part.