

---

Adaptation du logement  
des aînés  
et  
des personnes handicapées

*Exposé de*

*Luis Rodriguez  
Division de la recherche  
Société canadienne d'hypothèques et de logement*

*aux*

*dispensateurs de soins de santé  
du Bureau de santé de Lambton*

*le 14 octobre 1993*

*et*

*au corps médical  
de l'Hôpital Général de Sarnia*

*le 15 octobre 1993*

*Organisé et parrainé par*

*l'association des aînés de Lambton*

## **Remerciements**

La préparation de cet exposé m'a été possible grâce à l'aide reçue de John Engeland, de la Division de la recherche de la SCHL, à la collaboration de la Division des relations avec les collectivités cibles et les associations, également de la SCHL, aux données statistiques fournies par Statistique Canada et par la Division des services statistiques de la SCHL, et enfin aux renseignements communiqués par de nombreux aînés.

Je profite aussi de l'occasion pour féliciter l'association des aînés de Lambton pour son engagement au sein de la collectivité. Depuis quelques années, ses membres ont beaucoup travaillé à l'amélioration du logement et des services de soutien pour les aînés. Ainsi, leurs généreux efforts ont énormément contribué à mener à bien une récente étude sur les besoins de logement et de transport des aînés du comté de Lambton. Je citerai en outre le rôle important qu'ils ont joué dans l'organisation de diverses activités, à Sarnia, pendant la deuxième et la troisième semaines d'octobre 1993, y compris l'exposition de la maison témoin de la SCHL et la présentation de cet exposé.

## Sommaire

Les chercheurs canadiens étudient depuis plusieurs années les raisons pour lesquelles certains aînés quittent inutilement leur chez-soi pour emménager dans une maison de retraite ou un autre établissement. L'une des principales raisons constatées réside dans la difficulté croissante que ces personnes éprouvent, à mesure qu'elles vieillissent, à accomplir certaines activités quotidiennes, comme prendre un bain, faire la cuisine ou monter et descendre les escaliers.

Le fait est que, même si une majorité indéniable d'aînés, y compris ceux qui sont fragiles ou handicapés, veulent demeurer dans leur maison aussi longtemps que possible, la plupart des logements occupés par les aînés au Canada ne sont pas conçus en fonction de l'évolution de leurs besoins.

Le présent exposé examine certaines conséquences de l'accroissement rapide de la population âgée, au Canada. Il signale quelques problèmes, parmi les plus communs, que les aînés éprouvent dans leur maison et suggèrent des moyens d'adapter celle-ci pour surmonter ces problèmes. Il montre aussi comment les aînés peuvent déterminer les sortes d'adaptations qui seraient préférables, dans leur cas, et explique comment les dispensateurs de soins de santé et de services de soutien et la profession médicale peuvent aider les aînés à demeurer dans leur maison aussi longtemps que possible.

## TABLE DES MATIÈRES

|   | <b>Page</b> |
|---|-------------|
| Accroissement de la population âgée .....                               | 1           |
| Pourquoi les aînés déménagent .....                                     | 1           |
| Les logements occupés par les aînés.....                                | 2           |
| Aînés éprouvant des besoins impérieux de logement .....                 | 5           |
| Aînés handicapés .....  | 5           |
| Problèmes communément rencontrés par les aînés dans leur maison.....    | 6           |
| Les adaptations apportées à leur logement peuvent aider les aînés ..... | 7           |
| Genres d'adaptations qui peuvent aider les aînés .....                  | 7           |
| Pour déterminer les meilleurs types d'adaptations.....                  | 11          |
| Première méthode .....  | 11          |
| Deuxième méthode .....  | 11          |
| Troisième méthode.....  | 12          |
| Occasions, pour les professionnels de la santé, d'aider les aînés.....  | 13          |

## Accroissement de la population âgée

Jamais le Canada n'a connu une telle évolution démographique. Le nombre d'aînés, c'est-à-dire de personnes de 65 ans ou plus, augmentera sensiblement au cours des 40 prochaines années, et celui des personnes de 75 ans ou plus augmentera aussi.

Comme le montre la **figure 1**, près de 12 p. 100 des Canadiens sont actuellement âgés de 65 ans ou plus. D'ici l'an 2031, lorsque toute la génération du baby-boom appartiendra à cette tranche d'âge, près de 25 p. 100 de la population canadienne sera constituée d'aînés.

### Accroissement de la population des aînés

|      | 65 ans et plus | 75 ans et plus |
|------|----------------|----------------|
| 1991 | 11,6 %         | 4,7 %          |
| 2031 | 24,5 %         | 12,8 %         |

Source : Données estimatives fournies par Statistique Canada et la SCHL

**Figure 1**

L'évolution démographique devient encore plus évidente lorsque nous comparons la proportion d'aînés avec celle des jeunes de 13 à 19 ans. En 1971, il y avait presque deux fois plus d'adolescents que d'aînés. Aujourd'hui, la proportion est à peu près égale. Si la tendance actuelle se maintient, il y aura près de trois fois plus d'aînés que d'adolescents en l'an 2031.

Ce qui est encore plus dramatique, c'est que d'ici 40 ans, l'accroissement le plus rapide, parmi les aînés, touchera la catégorie des 75 ans ou plus, d'où une augmentation notable du nombre d'aînés fragiles ou handicapés.

La **figure 2** signale qu'environ 1,3 million de Canadiens ont 75 ans ou plus. Si la tendance actuelle se maintient, le chiffre sera de près de 4,4 millions en l'an 2031.

### Accroissement de la population des aînés

|      | 65 ans et plus | 75 ans et plus |
|------|----------------|----------------|
| 1991 | 3,2 millions   | 1,3 millions   |
| 2031 | 8,4 millions   | 4,4 millions   |

Source : Données estimatives fournies par Statistique Canada et la SCHL

**Figure 2**

## Pourquoi les aînés déménagent

Les chercheurs canadiens étudient depuis plusieurs années les raisons pour lesquelles certains aînés quittent inutilement leur chez-soi pour emménager dans une maison de retraite ou un autre établissement. L'une des principales raisons constatées réside dans la difficulté croissante que ces personnes éprouvent dans certaines activités quotidiennes, comme prendre un bain, faire la cuisine ou monter et descendre les escaliers.

Le fait est que, même si la majorité des aînés, y compris ceux qui sont fragiles ou handicapés, veulent demeurer dans leur maison aussi longtemps que possible, la plupart des logements occupés par les aînés ne sont pas conçus pour tenir compte de l'évolution de leurs besoins.

Les aînés veulent  
demeurer dans  
leur maison



### Les logements occupés par les aînés

Pour mieux comprendre les conditions de logement des aînés, arrêtons-nous un moment à la base de données de l'enquête de 1991 sur le revenu des ménages et l'équipement ménager. Communément appelé «base de données de l'ERMEM», ce fichier est fondé sur un échantillon représentatif de 42 000 ménages choisis par Statistique Canada dans les 10 provinces. Comme cet échantillon est trop restreint pour refléter la situation particulière à Sarnia, nous nous servons ici des données de l'Ontario. Il faut cependant remarquer que les pourcentages fournis dans les figures 1 à 11 sont très semblables à ceux qu'on trouve à Sarnia.

D'après la base de données de l'ERMEM, 66 p. 100 des ménages d'aînés en Ontario sont propriétaires-occupants; les autres sont locataires. Comme vous

le constatez à la **figure 3**, le pourcentage de propriétaires diminue avec l'âge tandis que le pourcentage de locataires augmente.

#### Ménages comptant des personnes de 65 ans et plus Par mode d'occupation Ontario 1991

|                               | N <sup>bre</sup> total<br>de ménages | Pourcentage   |            |
|-------------------------------|--------------------------------------|---------------|------------|
|                               |                                      | Propriétaires | Locataires |
| 65 ans et +                   | 801 000                              | 66 %          | 34 %       |
| 75 ans et +                   | 287 000                              | 57 %          | 43 %       |
| 65 ans et +<br>(pers. seules) | 328 000                              | 45 %          | 55 %       |
| 75 ans et +<br>(pers. seules) | 163 000                              | 43 %          | 57 %       |

Source : Statistique Canada, ERMEM

**Figure 3**

La **figure 4** souligne que 62 p. 100 des ménages d'âinés habitent des maisons individuelles, jumelées ou en bande, et 37 p. 100 des duplex ou des appartements. Toutefois, parmi les âinés vivant seuls, ce sont principalement les plus jeunes qui occupent des maisons individuelles, jumelées ou en bande.

#### Ménages comptant des personnes de 65 ans et plus selon le type d'habitation

Ontario 1991

|                            | N <sup>bre</sup> total de ménages | Pourcentage selon le type de logement |             |
|----------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------|-------------|
|                            |                                   | Log. indiv./ jum./rangée              | Duplex/App. |
| 65 ans et +                | 801 000                           | 62 %                                  | 37 %        |
| 75 ans et +                | 287 000                           | 52 %                                  | 47 %        |
| 65 ans et + (pers. seules) | 328 000                           | 39 %                                  | 59 %        |
| 75 ans et + (pers. seules) | 163 000                           | 40 %                                  | 60 %        |

Source : Statistique Canada, ERMEM

**Figure 4**

Par contre, seulement 17 p. 100 des ménages qui occupent un duplex ou un appartement en sont propriétaires et, comme la **figure 6** le démontre, cette proportion diminue sensiblement avec l'âge. Il ne faut donc pas s'étonner que presque tous les âinés de 75 ans ou plus vivant seuls soient locataires.

#### Ménages comptant des personnes de 65 ans et plus qui habitent des duplex ou des appartements

Ontario 1991

|                            | N <sup>bre</sup> total de ménages | Pourcentage par mode d'occupation |            |
|----------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|------------|
|                            |                                   | Propriétaires                     | Locataires |
| 65 ans et +                | 294 000                           | 17 %                              | 83 %       |
| 75 ans et +                | 135 000                           | 12 %                              | 88 %       |
| 65 ans et + (pers. seules) | 194 000                           | 12 %                              | 88 %       |
| 75 ans et + (pers. seules) | 96 000                            | 7 %                               | 93 %       |

Source : Statistique Canada, ERMEM

**Figure 6**

On note que 95 p. 100 des ménages d'âinés qui habitent des maisons individuelles, jumelées ou en bande en sont propriétaires. Fait intéressant, cette proportion demeure relativement stable à mesure que l'âge augmente (voir la **figure 5**).

#### Ménages comptant des personnes de 65 ans et plus Dans des log. indiv./jumelés/en rangée

Ontario 1991

|                            | N <sup>bre</sup> total de ménages | Pourcentage par mode d'occupation |            |
|----------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|------------|
|                            |                                   | Propriétaires                     | Locataires |
| 65 ans et +                | 498 000                           | 95 %                              | 5 %        |
| 75 ans et +                | 151 000                           | 97 %                              | 3 %        |
| 65 ans et + (pers. seules) | 129 000                           | 93 %                              | 7 %        |
| 75 ans et + (pers. seules) | 66 000                            | 96 %                              | 4 %        |

Source : Statistique Canada, ERMEM

**Figure 5**

#### Pourcentage de ménages propriétaires comptant des personnes de 65 ans et plus, selon l'âge du bâtiment

Ontario 1991

|                            | Âge du bâtiment |             |             |
|----------------------------|-----------------|-------------|-------------|
|                            | 13 ans et +     | 33 ans et + | 52 ans et + |
| 65 ans et +                | 88 %            | 57 %        | 26 %        |
| 75 ans et +                | 93 %            | 68 %        | 35 %        |
| 65 ans et + (pers. seules) | 92 %            | 68 %        | 39 %        |
| 75 ans et + (pers. seules) | 98 %            | 75 %        | 45 %        |

Source : Statistique Canada, ERMEM

**Figure 7**

Tout comme le parc de logements du Canada vieillit, il en va de même pour les logements occupés par les âinés. On remarque, à la **figure 7**, qu'en 1991 57 p. 100 des ménages d'âinés propriétaires en Ontario disaient occuper un

logement de 33 ans ou plus. Cette proportion est nettement plus élevée pour les aînés de 75 ans ou plus qui vivent seuls.

La situation des locataires est différente. Comme l'indique la **figure 8**, seulement 22 p. 100 des logements occupés par des ménages d'aînés ont au moins 33 ans.

**Pourcentage de ménages locataires comptant des personnes de 65 ans et plus, selon l'âge du bâtiment**  
Ontario 1991

|                               | Âge du bâtiment |             |             |
|-------------------------------|-----------------|-------------|-------------|
|                               | 13 ans et +     | 33 ans et + | 52 ans et + |
| 65 ans et +                   | 72 %            | 22 %        | 8 %         |
| 75 ans et +                   | 73 %            | 21 %        | 5 %         |
| 65 ans et +<br>(pers. seules) | 70 %            | 20 %        | 7 %         |
| 75 ans et +<br>(pers. seules) | 71 %            | 20 %        | 5 %         |

Source : Statistique Canada, ERMEM

**Figure 8**

Selon la base de données de l'ERMEM, environ 7 p. 100 de tous les logements de l'Ontario occupés par des ménages d'aînés nécessitent des réparations majeures, tandis que 11 p. 100 nécessitent des réparations mineures.

Les logements occupés par des ménages qui en sont propriétaires ont besoin d'un plus grand nombre de réparations mineures que les logements occupés par des locataires. Toutefois, comme le montre la **figure 9**, le pourcentage de réparations requises par les logements de propriétaires-occupants et les logements de locataires varie peu selon les catégories d'âge et les formes de logements.

**Pourcentage de ménages comptant des personnes de 65 ans et plus habitant des logements qui requièrent des réparations mineures**

Ontario 1991

|                               | Nbre total de ménages | Pourcentage par mode d'occupation |            |
|-------------------------------|-----------------------|-----------------------------------|------------|
|                               |                       | Propriétaires                     | Locataires |
| 65 ans et +                   | 90 000                | 67 %                              | 83 %       |
| 75 ans et +                   | 29 000                | 66 %                              | 34 %       |
| 65 ans et +<br>(pers. seules) | 39 000                | 62 %                              | 38 %       |
| 75 ans et +<br>(pers. seules) | 17 000                | 66 %                              | 34 %       |

Source : Statistique Canada, ERMEM

**Figure 9**

Une autre constatation particulièrement frappante se dégage de la base de données de l'ERMEM : les logements occupés par des ménages propriétaires ont plus souvent besoin d'importantes réparations que les logements de locataires. Comme la **figure 10** l'indique, 77 p. 100 des logements occupés par des ménages propriétaires ont besoin d'importantes réparations, comparative-ment à seulement 23 p. 100 pour les logements de locataires. Fait intéressant, les propriétaires-occupants, à mesure qu'ils vieillissent, voient leur logement nécessiter de plus en plus de réparations majeures, alors que c'est l'inverse pour les locataires.

**Pourcentage de ménages comptant des personnes de 65 ans et plus habitant des logements qui requièrent des réparations majeures**

Ontario 1991

|                               | Nbre total de ménages | Pourcentage par mode d'occupation |            |
|-------------------------------|-----------------------|-----------------------------------|------------|
|                               |                       | Propriétaires                     | Locataires |
| 65 ans et +                   | 53 000                | 77 %                              | 23 %       |
| 75 ans et +                   | 17 000                | 81 %                              | 19 %       |
| 65 ans et +<br>(pers. seules) | 19 000                | 56 %                              | 44 %       |
| 75 ans et +<br>(pers. seules) | 8 000                 | 67 %                              | 33 %       |

Source : Statistique Canada, ERMEM

**Figure 10**

## Aînés éprouvant des besoins impérieux de logement

Selon la base de données de l'ERMEM, 14 p. 100 des ménages d'aînés ontariens éprouvent des besoins impérieux de logement. Comme le montre la **figure 11**, 79 p. 100 de ces ménages sont des locataires, tandis que seulement 21 p. 100 sont des propriétaires-occupants. La SCHL définit les « besoins impérieux de logement » selon trois critères :

- ❑ La qualité du logement, c'est-à-dire l'état de l'immeuble. Un logement est jugé adéquat s'il ne nécessite pas de réparations majeures et s'il est pourvu des installations de base.
- ❑ La taille du logement par rapport à celle du ménage. La taille du logement est jugée convenable lorsque le nombre de chambres est égal ou supérieur au nombre prévu par la Norme nationale d'occupation.
- ❑ L'abordabilité, c'est-à-dire le coût du logement par rapport au revenu disponible. Les seuls ménages englobés dans la **figure 11** sont ceux qui consacrent au logement 30 p. 100 ou plus de leur revenu total et qui ne peuvent louer un logement d'une taille et d'une qualité convenables pour un prix inférieur à 30 p. 100 de leur revenu total.

## Aînés handicapés

Il semble que les limitations fonctionnelles deviennent plus fréquentes avec l'âge. D'après l'Enquête sur la santé et les limitations d'activités menée par Statistique Canada en 1986-1987, environ 5 p. 100 des enfants de moins de 15 ans ont déclaré avoir une certaine limitation fonctionnelle, comparative-ment à environ 11 p. 100 pour les adultes de 15 à 64 ans et 46 p. 100

pour les aînés (voir la **figure 12**). Bien que les proportions aient augmenté à 7 et 13 p. 100 respectivement pour les deux premiers groupes en 1991, celle des aînés n'a presque pas changé.

### Pourcentage de ménages comptant des personnes de 65 ans et plus éprouvant des besoins impérieux et faisant face à des problèmes d'abordabilité

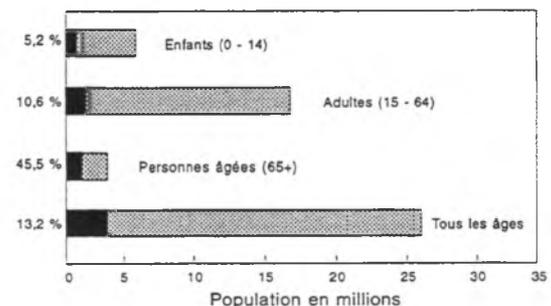
Ontario 1991

|                            | N <sup>bre</sup> total de ménages | Pourcentage par mode d'occupation |            |
|----------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|------------|
|                            |                                   | Propriétaires                     | Locataires |
| 65 ans et +                | 115 000                           | 21 %                              | 79 %       |
| 75 ans et +                | 58 000                            | 20 %                              | 80 %       |
| 65 ans et + (pers. seules) | 97 000                            | 18 %                              | 82 %       |
| 75 ans et + (pers. seules) | 50 000                            | 20 %                              | 80 %       |

Source : Statistique Canada, ERMEM

**Figure 11**

### Pourcentage des Canadiens handicapés, par groupe d'âge



Source : Enquête sur la santé et les limitations d'activités, 1986-1987, Statistique Canada

**Figure 12**

Autre constatation importante de cette enquête, environ 85 p. 100 de tous les aînés handicapés au Canada ont déclaré vivre dans un ménage privé, en 1991. Cependant, ils ont aussi déclaré qu'avec l'âge, ils emménageraient plus probablement dans un immeuble réservé aux aînés ou dans un établissement.

## Problèmes communément rencontrés par les aînés dans leur maison

Beaucoup d'entre nous se demandent quels genres de problèmes les aînés éprouvent dans leur maison. Les tableaux suivants, dressés à partir des réponses données par les aînés qui ont participé à une récente enquête au Manitoba, en donnent une bonne idée. Soulignons que les aînés de Sarnia et des autres localités canadiennes vivent à peu près les mêmes problèmes.

### Problèmes de santé

- J'ai de la difficulté à marcher.
- J'ai deux prothèses de la hanche et mes genoux sont faibles.
- Ma vue est faible et mes jambes ne me portent plus.
- Je souffre d'arthrite et de douleurs aux articulations des genoux.
- Je suis prise de vertige lorsque je regarde vers le haut.

**Tableau 1**

### Difficulté à monter les marches de l'escalier

- Mon épouse utilise un fauteuil roulant, mais l'appartement n'est pas aménagé à cet effet.
- J'aimerais que la laveuse et la sècheuse soient au rez-de-chaussée.
- J'ai du mal à monter les escaliers et toutes les chambres sont en haut.

**Tableau 2**

### Difficulté à utiliser la cuisine

- Les armoires sont trop hautes ou je ne suis pas assez grand.
- L'espace de rangement est insuffisant.
- J'ai du mal à atteindre la deuxième étagère de l'armoire sans utiliser un tabouret.

**Tableau 3**

### Difficulté à utiliser la salle de bains

- J'ai du mal à sortir de la baignoire.
- Je suis incapable de me lever dans la baignoire.
- Le siège de toilette est trop bas.

**Tableau 4**

### Difficultés avec les fenêtres

- Les fenêtres sont trop difficiles à ouvrir.
- Elles sont trop élevées; lorsque je suis assise, je ne vois que le ciel.
- Ma maison a des fenêtres coulissantes qu'il faut retirer pour laver. Je les trouve maintenant trop lourdes.

**Tableau 5**

## Les adaptations apportées à leur logement peuvent aider les aînés

D'après les opinions exprimées par les aînés lors de récentes enquêtes menées au Manitoba et ailleurs au pays, il semble que les adaptations apportées au logement peuvent beaucoup contribuer à atténuer ou surmonter de nombreux problèmes que les aînés éprouvent chez eux. Ces constatations et les commentaires reçus d'aînés qui ont adapté leur logement m'ont convaincu que de telles adaptations peuvent aider les aînés à demeurer autonomes et accroître leur sécurité et leur confort.

Il faut cependant reconnaître que ce genre d'adaptation est parfois insuffisant. En fait, certains aînés ne pourront continuer de vivre chez eux que s'ils ont

accès aux services de soutien dont ils ont besoin. C'est particulièrement le cas de ceux qui vivent seuls et ne

peuvent compter sur des membres de leur famille ou des amis pour leur fournir le soutien et l'aide nécessaires.



## Genres d'adaptations qui peuvent aider les aînés

Une grande variété d'adaptations peuvent aider les aînés. En voici des exemples :



Cette main courante facilite les déplacements de personnes qui ont des problèmes de mobilité et se marie bien à la décoration intérieure.



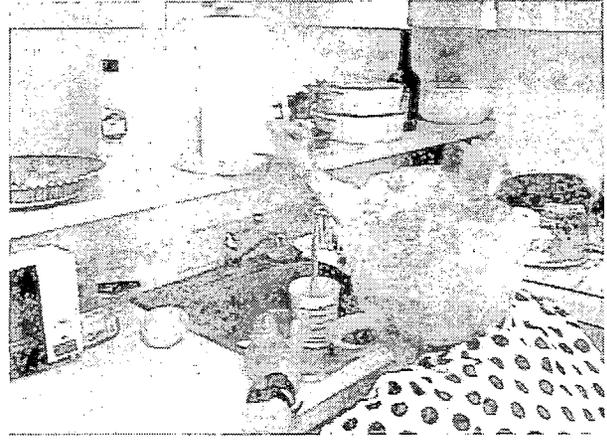
Cette main courante peut réduire les possibilités d'accidents et aider les personnes à se déplacer dans leur maison.



Grâce à ces mains courantes installées de chaque côté de l'escalier et comportant des courbes et des volutes pour indiquer les changements de direction ou la fin de l'escalier, il sera plus facile et moins dangereux de monter ou de descendre l'escalier.



Cette dépense facilement accessible par la cuisine accroîtra beaucoup l'espace de rangement.



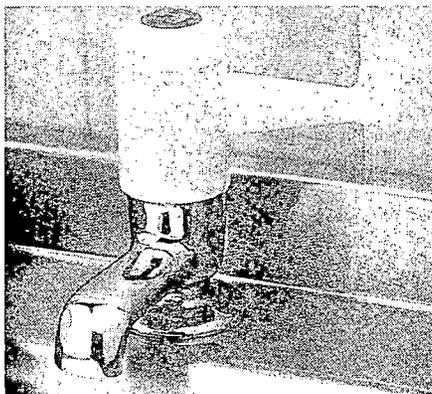
Une personne assise peut atteindre ces nouvelles tablettes installées entre le plan de travail et les armoires.



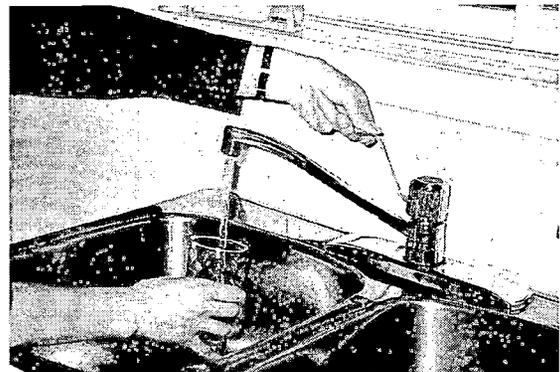
Cette rampe facilite l'accès à la terrasse pour une personne en fauteuil roulant.



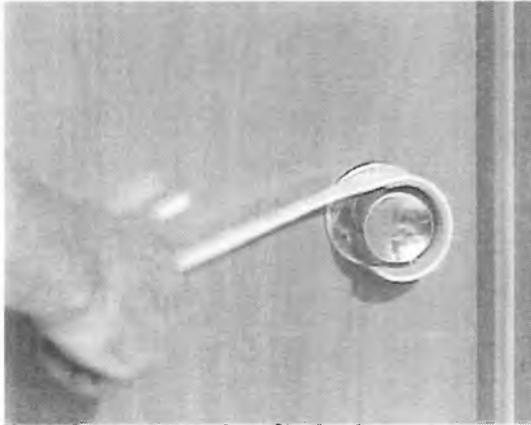
Des marches transportables, avec mains courantes, peuvent être utilisées pour surmonter des obstacles tels que les seuils surélevés de portes de balcon.



Ces leviers amovibles peuvent rendre des robinets anciens beaucoup plus faciles à utiliser.



Les robinets à levier rendront service aux personnes qui ont de la difficulté à tourner les robinets ordinaires.

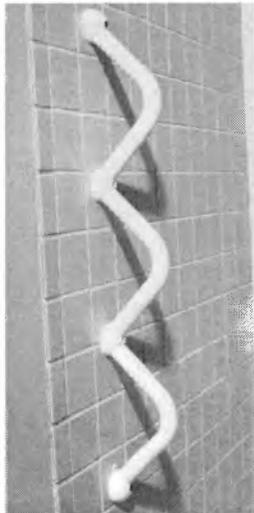


Il est beaucoup plus facile d'ouvrir une porte grâce à ce genre de levier qui peut s'ajouter à une poignée ordinaire.



Les poignées de porte en bec de canne sont beaucoup plus faciles à tourner que les poignées ordinaires pour une personne souffrant d'arthrite.

Il existe une grande variété de barres d'appui qui peuvent aider les gens à accomplir diverses activités quotidiennes. Ainsi :



Cette barre d'appui à plusieurs hauteurs peut aussi réduire les difficultés et les risques inhérents à l'utilisation de la baignoire.



Ce siège portatif s'ajuste sur la cuvette.



La toilette peut être installée sur un socle.

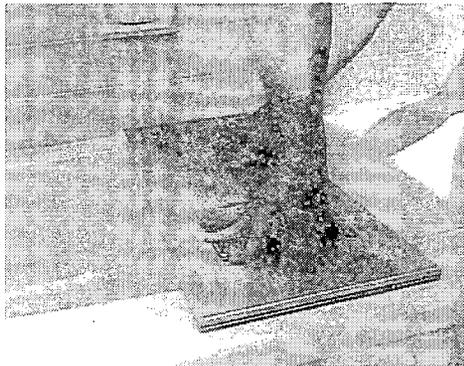


Il est facile de fixer cette barre d'appui à une baignoire ordinaire et de l'enlever.

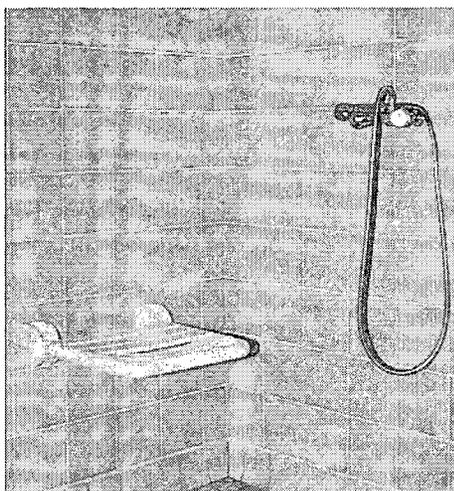


Une personne peut s'appuyer sur cette tige verticale déplaçable pour s'asseoir ou se relever.

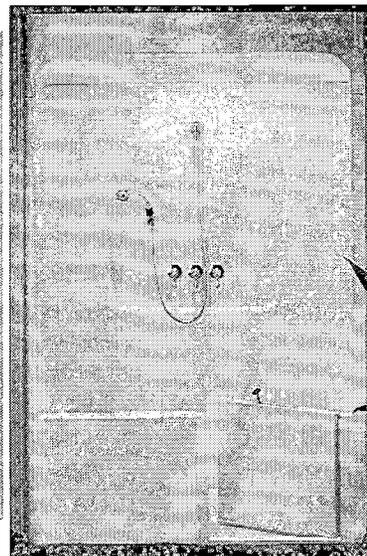
Diverses adaptations sont possibles pour les personnes qui trouvent difficile ou impossible de prendre un bain de la façon habituelle. Ainsi :



Ce banc portatif peut aider une personne à prendre un bain en position assise.



Ce siège à charnière peut aider une personne à prendre un bain en position assise.

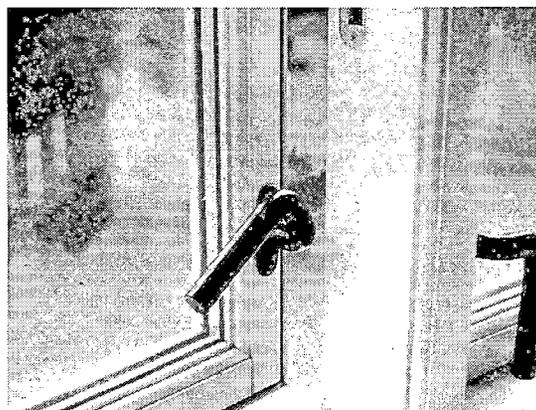


Cette baignoire munie d'une porte étanche permet à une personne dont la mobilité est réduite d'y entrer et d'en sortir sans devoir enjamber la paroi.

Les personnes qui ont de la difficulté à ouvrir ou fermer les portes et les fenêtres ordinaires bénéficieront de certaines adaptations comme celles-ci :



Des portes coulissantes légères équipées de manière à en faciliter l'utilisation rendent les pièces plus accessibles.



Les fenêtres légères munies de ce genre de poignée sont faciles à ouvrir et à fermer.

## Pour déterminer les meilleurs types d'adaptations

Les types d'adaptations qui seront les plus utiles varient énormément et dépendent de l'état des personnes qui s'en servent, des caractéristiques de leur logement et du genre de services de soutien dont elles ont besoin et qu'elles peuvent obtenir. Selon le cas, les aînés peuvent procéder fondamentalement de trois façons pour adapter leur maison :

### Première méthode

Les aînés peuvent user de leur jugement pour déceler les types d'adaptations susceptibles de les aider dans leurs activités quotidiennes. Ils peuvent commencer par faire le tour de leur maison en notant les tâches qu'ils ont de la difficulté à accomplir. Parfois, une adaptation presque banale peut faire une grande différence.

Ainsi, un tapis de caoutchouc sur le plancher d'une douche peut diminuer

le risque de glisser (voir la figure 1), ou l'utilisation d'un siège mobile combiné à des tablettes escamotables peut aider les personnes souffrant de problèmes de dos à faire la cuisine (voir la figure 2).



Figure 1



Figure 2

Les aînés devraient également consulter les membres de leur famille ou leurs amis. Parfois, une seconde paire d'yeux peut remarquer une chose que nous avons oubliée.

### Deuxième méthode

Les aînés peuvent lire diverses publications conçues pour les aider à définir les difficultés qu'ils éprouvent et à se renseigner sur les genres d'adaptations susceptibles de les aider à surmonter ces difficultés. Par exemple, une nouvelle vidéo et un guide d'évaluation par les aînés, récemment produits par la SCHL, pourraient être d'un grand secours (voir les figures 3 et 4).



Figure 3



Figure 4

Dans la vidéo, des aînés et des experts-conseils présentent une grande variété d'adaptations réussies et discutent de la façon dont les aînés peuvent adapter leur maison pour faciliter l'accomplissement de leurs tâches quotidiennes et leur apporter plus de sécurité et de confort. On peut acheter la vidéo, au prix de 9,95 \$, ou l'emprunter au Centre canadien de documentation sur l'habitation de la SCHL, 700, chemin de Montréal, Ottawa (Ontario) K1A 0P7.

Le guide est un outil d'évaluation facile à utiliser, qui aidera les aînés à trouver les adaptations qui leur seront les plus utiles. On peut en obtenir gratuitement des exemplaires de la SCHL.

### Troisième méthode

Les aînés peuvent aussi faire appel à une équipe, c'est-à-dire qu'ils consulteront un groupe d'experts professionnels composé, par exemple, d'un ergothérapeute (voir la figure 5), d'un conseiller en aménagement et d'un entrepreneur (voir la figure 6). L'équipe évaluera exactement la situation, analysera l'état de santé de la personne, les particularités de son logement, ses préférences et les ressources dont elle dispose, et tracera un plan en vue d'apporter les adaptations nécessaires.



Figure 5

Une publication de la SCHL, intitulée *Maintenir l'autonomie des personnes âgées : Guide d'adaptation du domicile*, peut être utile à cet égard (voir la figure 7).



Figure 7

Il est particulièrement important de recourir à la troisième méthode lorsque le choix des adaptations est complexe ou lorsqu'elles nécessitent des modifications ou des articles spécialement conçus pour répondre aux besoins de la personne. Dans l'un et l'autre cas, un ergothérapeute peut jouer un rôle déterminant non seulement pour trouver les adaptations les plus aptes à compenser les limites ou les incapacités des aînés, mais aussi pour éclairer ceux-ci concernant la façon de poursuivre leurs activités quotidiennes dans la plus grande autonomie possible.



Figure 6

## Occasions, pour les professionnels de la santé, d'aider les aînés

Tant les adaptations apportées à leur maison que les services de soutien peuvent permettre aux aînés de continuer à vivre autonomes chez eux. Les dispensateurs de soins de santé et les médecins peuvent donc jouer un rôle clé dans n'importe quelle des trois méthodes fondamentales décrites ci-dessus. Leur connaissance des besoins individuels des aînés et des ressources à leur disposition dans la collectivité est très importante dans le processus d'adaptation des maisons, simplement parce que ces professionnels sont les premiers consultés par les aînés.

Étant donné le vieillissement de la population, les aînés souhaitent demeurer dans leur maison le plus longtemps possible. Or, en cette époque de restrictions économiques, il semble que les dispensateurs de soins de santé et les membres de la profession médicale devront continuer de trouver, d'étudier et d'utiliser des moyens nouveaux et efficaces de fournir les sortes de service de soutien dont les aînés ont besoin.

Il faudra de toute évidence que les divers ministères et secteurs sachent coordonner leurs efforts dans l'examen des moyens à retenir.

Puisque les aînés de 75 ans ou plus constituent l'une des tranches de notre population âgée qui s'accroît le plus

rapidement, les dispensateurs de soins de santé et la profession médicale devront peut-être s'occuper plus que jamais des besoins des personnes âgées qui ont des déficiences multiples ou chroniques et qui vivent seul.

La profession médicale devra peut-être aussi approfondir ses connaissances sur les besoins et les préférences de logement des aînés et sur les options offertes en ce sens. Il sera également important que les facultés de médecine examinent les besoins particuliers de formation que nécessite le rôle de plus en plus grand de la profession médicale dans la dispensation et la gestion des soins gériatriques au sein de la population, à l'extérieur des établissements.

Enfin, tous les membres de l'équipe que constituent les ergothérapeutes, les dispensateurs de soins de santé, les médecins, les aînés et les membres de leur famille se verront peut-être amenés à un partage de plus en plus grand de leurs connaissances, leurs responsabilités et leurs ressources en vue de trouver ensemble les meilleurs moyens, pour les aînés, de continuer à occuper leur maison dans la sécurité et le confort et, surtout, dans la plus grande autonomie possible. Nous bénéficierons tous d'une telle démarche.

