

# Autonomes à tout âge

Un reportage de **Christel Leca**

*Je suis bien Chez-Moi...  
parce que tout est bien pensé !*

Photo © Una 38

## Autonomes à tout âge

Un reportage de Christel Leca



# REPORTAGES LEROY MERLIN Source

Ils s'appellent Hipâ, Stabbi Lab, Home tech, De fond en comble, Le logis, Mon logement adapté, La maison dahlia, Espace idées bien chez moi, Chez moi sûr, L'appart, Elsa, Lena, Unappartê, Silver appart', Caena, Le lab autonomie, Auton'hôte, Innovadom : ce sont des espaces pour une autonomie à tout âge (Espa). À l'initiative de LEROY MERLIN Source et du Tasda, ils se sont organisés en Résautâge (Réseau d'espaces et solutions pour une autonomie à tout âge) il y a trois ans, pour mettre en commun leurs pratiques, leurs trucs et astuces et proposer collectivement des améliorations dans le parcours prévention des seniors. Tour d'horizon de ces espaces aussi utiles qu'innovants.

À l'origine de Résautâge, le Tasda, Technopôle Alpes santé à domicile & autonomie, dirigé par Véronique Chirié. En mars 2019, le Tasda a ouvert Unappartê, un appartement à quelques pas de la gare de Grenoble aménagé comme un vrai logement et équipé des technologies et solutions pour la prévention et le soutien à domicile. « C'est-à-dire, précise la créatrice, des aides techniques, comme une barre d'appui, une planche de bain ou un réhausseur de lit, ou des aménagements comme une porte coulissante entre la chambre et la salle de bains pour simplifier l'accès aux toilettes ou un bac de douche extra-plat, mais aussi des objets connectés comme un pilulier qui bipe et s'allume à l'heure de la prise de médicament, ou une sonnette reliée à une ampoule pour les personnes malentendantes. » LEROY MERLIN Source s'est associé à Unappartê suite à l'expérimentation conduite à Dax avec différents partenaires : Le logement du bien vieillir,

pour en tirer les leçons. Pascal Dreyer, coordinateur scientifique, et Claire Letertre, responsable, relatent : « *il se crée presque chaque jour un nouveau lieu d'expérimentation et de présentation des aides techniques pour adapter le logement, à l'initiative d'associations, de bailleurs sociaux, de collectivités locales ou d'institutions publiques. Leur but est souvent ambitieux : répondre à la fois aux personnes âgées et aux professionnels, ce qui est une gageure. Après l'expérimentation de Dax, nous avons été très sollicités. Il nous a paru plus pertinent de créer, co-financer et co-animer un réseau permettant aux différents professionnels qui portent ces lieux de se rencontrer, d'échanger et de capitaliser ensemble sur les thématiques structurantes qui vont permettre que ces lieux perdurent dans le temps et apportent un service adapté et évolutif aux personnes concernées.* »

Ces Espa mettent en scène, grandeur nature, des dispositifs très variés, adaptés à des situations aussi diverses que quotidiennes. Ce sont des appartements loués dans des résidences privées ou sociales, comme à Grenoble, une maison au Havre, des camions aménagés qui circulent lors d'événements ou sur les marchés de Saône-et-Loire, une ou plusieurs salles dans des hôpitaux, des centres de rééducation ou des organismes de formation. La plupart du temps destinés au grand public (bénéficiaires ou accompagnants), qui expérimente les solutions comme à la maison, ces espaces sont aussi utiles aux professionnels qui y reçoivent des formations parfois diplômantes, expérimentent le fonctionnement d'aides techniques ou en découvrent de nouvelles. Beaucoup d'Espa accueillent des dispositifs innovants, en cours de développement ou récemment commercialisés, afin de recueillir les avis des usagers et des professionnels. Des startups peuvent ainsi améliorer leurs projets en fonction de ces retours. C'est ainsi le cas à Unapparté d'un détecteur de chute avec une technologie « radar », qui est pour le moment seulement utilisée dans des établissements médico-sociaux, mais qui pourrait intégrer des logements, selon les retours des visiteurs particuliers et professionnels.



Photo © Una 38

▲ Découverte d'outils pour le lien social et la lecture à Unapparté, Grenoble

## Calmer les craintes...

« Disposer d'un espace où les personnes en situation de handicap, jeunes ou âgées, ou leurs aidants, essaient concrètement une aide technique à l'alimentation ou expérimentent à leur façon un aménagement intérieur, calme les craintes », explique Kirby Fichet, chargée de projet « Mon logement adapté », un appartement

témoin créé par le CCAS (Centre communal d'action sociale) de Rueil-Malmaison en 2013 dans le cadre de la Maison de l'autonomie. « Cela peut éviter aussi des dépenses inutiles, comme ce monsieur convaincu de bien faire en acquérant un siège pivotant... qui n'entre pas dans sa baignoire... »

▼ Mon logement adapté, Rueil-Malmaison ►



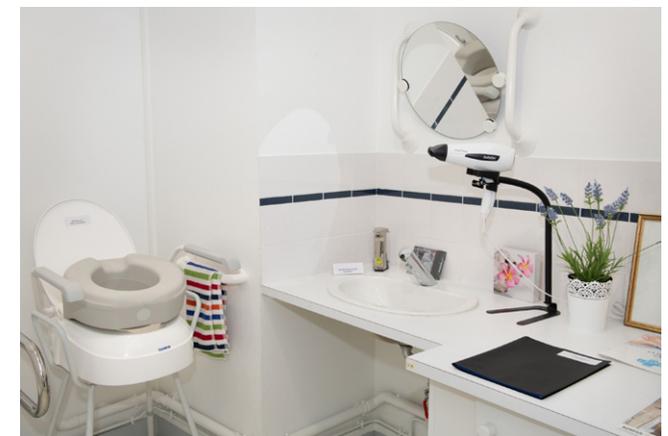
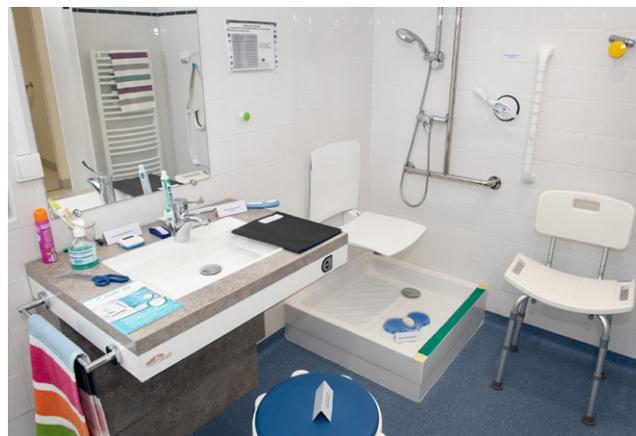
Photos © CCAS de Rueil-Malmaison



◀ Mon logement adapté, Rueil-Malmaison ▼



Photos © CCAS de Rueil-Malmaison



## ... Aider à la décision

« Nous étions en contact avec une dame âgée qui venait de perdre son époux », raconte Marie Voisin, ergothérapeute pour le Centich (Centre d'expertise national des technologies de l'information et de la communication pour l'autonomie). Basé à Angers, ce centre de recherche, qui porte aussi un Cicat (Centre d'information et de conseil sur les aides techniques), a créé Lena (Logement évolutif pour une nouvelle autonomie) en 2014. « Nous préconisons pour cette dame un lit adapté, lui évitant une rotation au coucher, mais en changer était très chargé émotionnellement. Dans le cadre de notre accompagnement ergothérapeutique, nous avons organisé un rendez-vous avec elle au Lena et lui avons

fait visiter les lieux. Naturellement, sans contrainte, elle a essayé un lit et ce fut le déclic. Elle a accepté de s'équiper et nous avons monté un dossier de subventions au Département, indispensable à son budget contraint. C'est important d'expérimenter ces aides dans un environnement qui ressemble à sa maison, mais il faut aussi accompagner le bénéficiaire vers l'acquisition le cas échéant. Pour cela, le centre a créé une technicothèque qui assure la préconisation de matériel avec des ergothérapeutes, avance les fonds et aide à financer le reste à charge, et surtout accompagne les personnes âgées dans la jungle des démarches administratives. »

Lena (Logement évolutif pour une nouvelle autonomie), Angers



Photos © Centich

## Un chemin pour rester actif et autonome

---

Ces espaces se situent toujours dans le cadre d'un parcours dynamique : « dans un chemin de réflexion pour rester actif et autonome », précise Thérèse Rondeau, ergothérapeute et animatrice de Résautâge. Accompagner sur ce chemin, dans un lieu qui ressemble à chez soi, permet de se projeter plus facilement que sur le papier ou dans la tête. Cette expérience des aides techniques, seconde phase (après une évaluation des besoins) d'une relation instaurée entre le bénéficiaire et un professionnel de l'accompagnement, ergothérapeute ou travailleur social, est fondamentale, mais si besoin elle doit nécessairement être suivie d'une aide à l'achat d'un dispositif ou à l'adaptation du chez-soi : « si personne ne prend le relais et qu'aucun financement n'est possible, cela ne sert à rien », précise Marie Voisin. L'ergothérapeute précise que de nombreuses aides existent, car les collectivités locales et l'État ont bien compris que la prévention des difficultés liées à l'âge est un gage de réduction des dépenses de santé, « mais il est facile de se perdre dans la jungle administrative, où il est question de mails ou de fichiers pdf dont de nombreuses personnes âgées n'ont jamais entendu parler ! » La Maison de l'autonomie, à Rueil-Malmaison, est un guichet unique pour le handicap qui bénéficie, avec son appartement témoin, d'un show-room rassurant, mais aussi d'un accompagnement par l'ergothérapeute et la conseillère habitat de Soliha. « Peu de gens connaissent les dis-

positifs d'aide existants pour financer l'adaptation de leur logement, ajoute Isabelle Millequant, responsable d'Unapparté. Mais ils sont aussi parfois submergés par l'ampleur des travaux pour transformer une baignoire en douche. Nous pouvons aussi leur faire expérimenter une planche de bain ou un siège pivotant, bien moins onéreux ! »

## Des modèles économiques à consolider

---

Les modèles économiques de ces espaces dépendent fortement des liens tissés avec les acteurs locaux de l'accompagnement et les collectivités locales, et de la structure porteuse : collectivité, bailleur social, établissement médico-social, organisme de formation, grand acteur de l'action sociale ou petite association. Une enquête auprès de huit espaces membres de Résautâge a été réalisée en 2021 par Clara Céloudoux [voir encadré page 10]. Elle précise, en préambule de son analyse économique, que ces espaces « ont besoin de subventions et de partenariats pour survivre ». Certains financements ne sont pas fléchés à proprement parler sur eux, comme L'appart, intégré au budget général de l'AMDF (Association autunois Morvan développement formation), ou Lena dont le loyer est payé par les activités de sensibilisation et de formation de Centich. D'autres réussissent à collecter des recettes grâce à une activité de bureau d'études, comme le Lab Autonomie du Cius (Centre d'innova-

tion et d'usages en santé, à Nice), ou lorsque des organismes extérieurs utilisent l'espace, ce qui est le cas d'Unapparté. À Rueil-Malmaison, Kirby Fichet essaie de convaincre des enseignes de matériel médical de mettre à la disposition des visiteurs de Mon logement adapté – ils sont environ 300 chaque année – leurs dispositifs et équipements. « Une façon de renouveler le matériel, qui évolue très vite, ou de faire connaître des nouveautés, mais les industriels demandent parfois l'exclusivité : impossible pour un service public », regrette-t-elle. Ayant constaté au sein de Résautâge que certains conseils départementaux financent les espaces de démonstration, monter un dossier de subventions fait partie de ses projets, en plus de l'animation de la Maison de l'autonomie, un espace ressources qui accueille l'appartement témoin, un centre de documentation et des événements.

## Un climat de confiance et de neutralité

---

Cet écueil du financement à trouver et à maintenir dans le temps ne saurait effacer l'extrême utilité sociale de ces lieux. Ils proposent une rencontre avec des professionnels de l'accompagnement sans but commercial, engendrant un climat de confiance et de neutralité, dans un cadre non médicalisé. « Nos visiteurs ne s'aperçoivent pas immédiatement de tout ce qui a été pensé, raconte Marie Voisin. Ici, un siège a été surélevé : "Que c'est confortable", me dit-on ;

*là une barre d'appui apparaît à l'utilisateur, "Bien pratique pour se relever" s'exclame un monsieur. L'éclairage, par exemple, est une notion difficile à expliquer, c'est par-fois une simple question de contrastes, mais il facilite la lecture, l'air de rien.»* Ce dernier point est fondamental dans le monde de la prévention de la dépendance liée à l'âge, où il convient de montrer et faire expérimenter des solutions non stigmatisantes, des aides techniques pratiques et discrètes, des astuces utiles à tous les âges. Histoire d'éviter le « je ne suis pas concerné, je ne suis pas vieux » (mais on le sera tous) ou « ça sera pour plus tard »... qui arrive bien souvent trop tard, alors que le handicap lié à l'âge a déjà fait des ravages dans la capacité d'un individu à se faire confiance et à sauter les obstacles.

## Le plein de bonnes idées

C'est ainsi que chaque espace vise un public large : cinquantenaires inquiets, soixantenaires voyant arriver les difficultés, accompagnants, mais aussi monsieur et madame tout le monde après un accident plus ou moins grave de la vie. Celui-ci fait des travaux dans une nouvelle acquisition et en profitera pour rendre son aménagement intérieur plus confortable aujourd'hui et mieux adapté demain. Une autre refera sa salle de bains avec la conscience claire qu'une baignoire n'est pas indispensable et sera inutilisable dès que l'arthrose gênera ses mouvements. Toucher ce public est le principal défi de ces espaces. « Cette démarche d'anticipation est com-

*pliquée, admet Isabelle Millequant, mais en proposant des actions variées, pas forcément ciblées sur le médical, on atteint nos objectifs. Une personne viendra pour apprendre à cuisiner selon son programme diététique et se rendra compte qu'un plan de travail moins haut réduit ses douleurs ou qu'un placard muni d'étagères tournantes lui facilite la vie. On vient avec un objectif et on repart bien souvent en ayant fait le plein de bonnes idées ! »*

## Démontrer par l'expérience

Le monde de l'accompagnement au vieillissement est convaincu, et les statistiques le confirment, que l'après-vie professionnelle est moins coûteuse pour la collectivité quand elle est bien vécue, chez soi, dans un espace adapté. Pour les bénéficiaires, ces Espa sont complémentaires d'une information obtenue sur internet, de questionnaires d'auto-diagnostic, d'une visite virtuelle, etc. À chacun son mode d'apprentissage. Pour les professionnels, tester, faire tester, accompagner en situation aussi proche de la réalité que possible est riche d'enseignements. Beaucoup de professions sont concernées. Le Tasda a travaillé avec la Confédération des petites entreprises du bâtiment (Capeb) pour organiser des formations d'artisans au sein même d'Unapparté à Grenoble, « en démontrant par l'expérience aux artisans qu'ils peuvent acquérir de meilleurs réflexes et techniques pour mettre en œuvre des aménagements qui conviennent aux occupants », explique Véronique

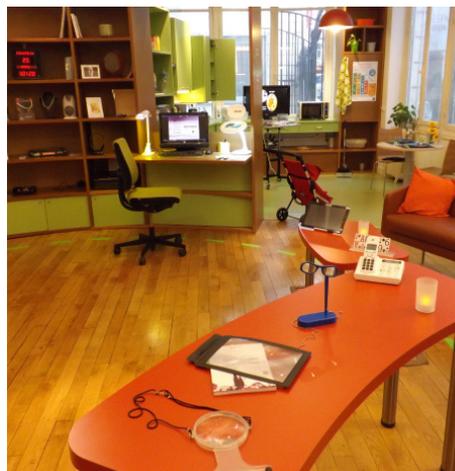
Chirié. C'est à Unapparté que les artisans du bâtiment grenoblois obtiennent et confirment leur label Handibat®, une marque de la Capeb sur l'accessibilité. Pour des professions opérationnelles comme celles-ci, voir *in situ* les dimensions réelles d'un aménagement permet de monter en compétence bien plus vite qu'avec une démonstration théorique. C'est le cas pour les artisans du bâtiment, mais aussi pour les architectes et ingénieurs constructeurs. Les équipes des bailleurs sociaux, mais aussi les coiffeurs ou esthéticiennes à domicile pour personnes âgées gagnent à expérimenter la situation de leurs clients sur un terrain adapté comme un Espa, car ils apprennent aussi comment mieux se comporter ou entrer en contact et le demeurer. « Nous avons conventionné avec une association qui dispense des formations auxiliaires de vie à domicile qui peuvent ici expérimenter les aménagements ou les dispositifs, se réjouit Kirby Fichet. « Les professionnels ont toujours besoin de rafraîchir leurs connaissances : quoi de mieux qu'en testant du matériel, en situation réelle, ajoute Marie Voisin. Ils se rendent compte que ce n'est pas perdre son temps que de rendre les bénéficiaires plus actifs, mais aussi qu'ils se protègent en matière de troubles musculo-squelettiques lorsque ceux-ci participent aux soins ou aux gestes de la vie quotidienne. »

## Un réseau dynamisant

Pionniers dans leur domaine, les Espa avaient besoin de partager leurs expériences. « *Même si les modèles sont différents, notre finalité est la même : aider la population dans son souhait de bien vieillir en restant chez soi le plus longtemps possible* », explique Isabelle Millequant. *Partager et mettre en commun nous donne du dynamisme !* », s'exclame Marie Voisin. « *Dans notre ambition de sensibiliser le public au niveau national, explique Virginie Zwertvaegher, responsable d'Espace idées bien chez moi, c'est intéressant de savoir qu'il en existe sur de nombreux territoires : mes collègues peuvent les promouvoir auprès de l'ensemble des adhérents* ». Créé par la retraite complémentaire Agirc-Arrco en 2011 dans le X<sup>e</sup> arrondissement de Paris, Espace idées bien chez moi est un appartement de 250 m<sup>2</sup> qui bénéficie d'une permanence journalière et d'une salle de conférences. Il accueille des ateliers sur la domotique, la basse vision et les solutions pour y remédier, les travaux d'adaptation ou le confort visuel dans chaque pièce, etc. Ayant pignon sur rue, il ouvre sa porte à qui veut la pousser, adhérent ou non. Il déménagera prochainement dans le XIII<sup>e</sup>.

« *Outre le partage des bonnes pratiques, le réseau est un excellent moyen de faire connaître aux membres des nouveautés dans l'adaptation du logement et construire ensemble une vision critique commune. C'est ensuite chaque territoire de ces Espa qui bénéficie de ces avancées* », se réjouit Véronique Chirié.

En savoir plus : <https://resautage.fr/>



◀ Espace idées bien chez moi, Paris ▼



Photos © Agirc-Arrco

## Un des plus anciens Espas s'appelle Elsa

Elsa - Équiper son logement en solutions adaptées - est un appartement de 97 m<sup>2</sup> ouvert dans les années 1990 par le Centre régional d'information pour l'agir solidaire à Lyon. Destiné aussi bien aux particuliers qu'aux professionnels de santé, il propose des visites aux particuliers et aux professionnels sur rendez-vous, avec un ergothérapeute, et des formations professionnelles pour des aidants familiaux, des bailleurs, des personnels de services d'aide et d'accompagnement à domicile. Il est englobé dans un dispositif alliant visites accompagnées, conseils à distance, répertoires d'aides techniques et d'aides financières et tutoriels en ligne.

En savoir plus : <https://www.crias.fr/accompagner/elsa/>

Présentation vidéo :

<https://www.youtube.com/watch?v=vGVhNdG7vCo/>

## Une typologie détaillée des Espas

Suite à son stage au Tasda, dans le cadre d'un master 2 de management de l'innovation à l'Institut d'administration des entreprises de Grenoble, Clara Céloudoux a rédigé en 2021 un mémoire sur « Le rôle des espaces de solutions pour l'autonomie dans les dynamiques d'accompagnement aux changements vers une société du bien-vieillir ». Elle y dresse une typologie détaillée et une très riche description des Espas, un diminutif que nous lui avons emprunté.

En savoir plus : <https://resautage.fr/partagez-notre-analyse-des-caracteristiques-et-des-apports-dun-espace-de-demonstration-a-la-dynamique-locale/>