Guide

ÉVALUATEURS

Carsat Retraite & Santé au travail
Nord-Picardie

Hacovie
Handicaps et cadre de vie

Sommaire

1. Editorial

2. Préface

3. L'avancée en âge et ses conséquences

- La géronto-croissance *p.8*
- Le maintien à domicile : quelles aides sont disponibles ? *p.10*
- Les acteurs du vieillissement *p.11*

4. Prise en charge des aides techniques

5. Les aides techniques

- Se déplacer et se relever *p.14*
- Se laver *p.20*
- S'habiller *p.28*
- Aller aux WC *p.32*
- Préparer son repas *p.36*
- Prendre ses repas *p.40*
- Se coucher *p.44*
- Communiquer *p.48*
- Se divertir *p.52*
- Domotique *p.56*
- Se souvenir *p.60*

6. Achat du matériel

- S'informer *p.63*
- Essayer *p.64*
- Acheter *p.65*

7. Pour aller plus loin

- Prise en charge par la Sécurité sociale *p.67*
- Forfait aides techniques *p.68*
- Autres aides financières possibles *p.69*
- Habitat et cadre de vie *p.70*

8. Remerciements

1 Editorial | CHRISTOPHE MADIKA

Directeur Carsat Nord-Picardie

Près de 450 000 personnes de plus de 65 ans sont victimes de chutes et autres accidents domestiques chaque année. Pour faire face à cette problématique, il est parfois nécessaire de revoir toute l'organisation de la maison pour permettre un maintien à domicile.

La Carsat Nord-Picardie accompagne les personnes retraitées dans l'adaptation de leur habitat car nous sommes convaincus qu'un meilleur accompagnement des difficultés courantes, notamment par le recours aux aides techniques, pourrait permettre à un plus grand nombre de rester autonome le plus longtemps possible.

C'est à ce titre que la Carsat Nord-Picardie peut aider à financer l'acquisition et l'installation de ces aides techniques. A l'occasion de l'évaluation globale des besoins chez une personne retraitée, le chargé d'évaluation et de prévention joue un rôle essentiel. Il sensibilise d'abord aux questions concernant l'amélioration du logement, peut proposer des mesures simples d'aménagement (coller un tapis, enlever un meuble…) et conseille, le cas échéant, l'installation d'aides techniques.

En diffusant cet outil, la Carsat Nord-Picardie souhaite accompagner ses professionnels de l'évaluation dans une approche globale du vieillissement centrée sur l'adaptation du logement comme pilier du maintien à domicile des personnes retraitées.

Près de 450 000 personnes de plus de 65 ans sont victimes de chutes et autres accidents domestiques.

2 Préface

> Vous tenez entre les mains le guide à l'usage des chargés d'évaluation et de prévention 2019 sur les aides techniques au domicile des personnes âgées.

Le terme un peu trop vague d'aide technique désigne l'ensemble des solutions matérielles destinées à préserver l'autonomie d'une personne dont les difficultés motrices et/ou sensorielles en limitent les possibilités.

Le chargé d'évaluation et de prévention trouvera dans ce guide tous les éléments nécessaires afin de déceler les difficultés identifiées avec les personnes âgées dans le cadre de leur évaluation à domicile. Les solutions proposées ont été réalisées avec le concours d'un ergothérapeute et d'une équipe spécialisée sur les aides techniques et l'aménagement du domicile.

Chaque section analysera les difficultés pouvant se manifester lors de l'évaluation et auxquelles il est important d'être attentif puis les solutions techniques proposées ainsi que leur prise en charge, le tout accompagné de conseils d'installation ou pratiques. Le guide est organisé en fonction des besoins identifiés et un code couleur permet de se repérer rapidement.

Nous espérons que ce guide répondra à vos attentes et surtout qu'il vous permettra d'envisager des solutions diverses répondant à toutes problématiques que vous serez amené à rencontrer. Le centre d'expertise sur les aides techniques d'Hacavie et ses ergothérapeutes sont à votre disposition pour toutes informations complémentaires.

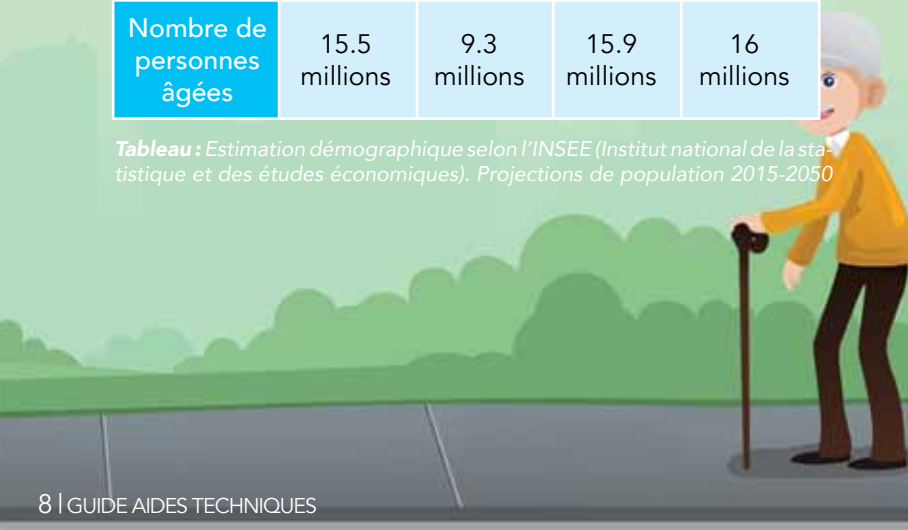
3 L'avancée en âge et ses conséquences

La géronto-croissance

La population française vieillit : on parle de géronto-croissance. Cette augmentation est due principalement au résultat du baby-boom, à la diminution du taux de fécondité et à l'espérance de vie qui ne cesse d'augmenter. Selon l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), une personne âgée est une personne dont l'âge est supérieur ou égal à 60 ans. L'augmentation du nombre de personnes âgées en France, la géronto-croissance, est indéniable.

	2015		2050	
Tranche d'âge	60 à 74 ans	+ de 75 ans	60 à 74 ans	+ de 75 ans
Nombre de personnes âgées	15.5 millions	9.3 millions	15.9 millions	16 millions

Tableau : *Estimation démographique selon l'INSEE (Institut national de la statistique et des études économiques). Projections de population 2015-2050*



Mais qu'engendre concrètement le vieillissement chez la personne âgée ?

Sur le plan physique, de nombreux retentissements sont observés :

- Baisse de la densité osseuse
- Diminution de la masse musculaire
- Arthrose
- Acuité visuelle altérée (avec ou sans pathologies telles que la cataracte, le glaucome …)
- Défaut dans la coordination des mouvements pouvant affecter la marche par exemple.

Sur le plan cognitif : diminution de l'attention et de la vitesse de réaction. Mais également sur le plan psychique : un isolement et un repli sur soi impliquant donc une diminution de la qualité de vie.

3 L'avancée en âge et ses conséquences

Le maintien à domicile : quelles aides sont disponibles ?

Le maintien au domicile des personnes âgées est un objectif commun à la fois pour les personnes âgées mais aussi pour les pouvoirs publics. Différents services sont proposés dans ce sens : l'aide à domicile, le portage de repas, les professionnels de santé (kinésithérapeutes, infirmiers, …). Parmi ces professionnels de santé, l'ergothérapeute joue un rôle primordial pour conserver ou améliorer l'autonomie de la personne âgée.

Les objectifs de l'ergothérapeute sont de maintenir, de restaurer et de permettre les activités humaines de manière sécurisée, autonome et efficace. L'ergothérapeute apporte son expertise concernant les aides techniques dont le but est de pallier des déficiences permettant de réaliser les activités de la vie quotidienne de manière autonome.

En savoir plus

- *(Bourrelis C, Bazerolles M-C. La filière gérontologique et gériatrique : parcours de vie/parcours de soins. Ergothérapie en gériatrie : approches cliniques. Marseille: Solal; 2009. p. 40-41.)*
- *(Antoine J-M, Czernichow P, Housset B, Varet B. Vieillissement. 2ème édition. Paris : Elsevier Masson; 2014. p. 21-147.)*
- *(Chane Teng D. Etiologie des chutes et des instabilités de la personne âgée. Paris: SPEK; 2009. p. 5-15.).*
- *(Kalfat H, Sauzeon H. Processus de vieillissement et vieillesse. Ergothérapie en gériatrie : approches cliniques. Marseille: Solal; 2009. p. 15-21.).*
- *(ANFE, Association Nationale Française des Ergothérapeutes)*

Les acteurs du vieillissement

- *Caisses de retraite,*
- *Caisses de retraite complémentaire,*
- *MDPH,*
- *ARS,*
- *Conseils Départementaux,*
- *Services d'aides et d'accompagnement à domicile,*
- *CCAS,*
- *CLIC,*
- *Mutuelles,*
- *Associations*
- *Professionnels de santé : centre hospitalier, médecine de ville, SPASAD*

4 Prise en charge
des aides techniques

Vous retrouverez les différentes solutions classées en fonction des difficultés identifiées lors de l'évaluation des risques. Certaines aides techniques pourront être directement proposées par le chargé d'évaluation et de prévention dans le cadre du forfait aides techniques.

La préconisation de ces aides doit répondre à la prévention des risques et le maintien de l'autonomie de la personne âgée. D'autres dispositifs nécessitent l'intervention d'un ergothérapeute et pourront faire l'objet d'un accompagnement et d'une prise en charge par l'intermédiaire des partenaires habitat et de l'ANAH (voir chapitre 6).

Une signalétique vous permettra d'identifier rapidement les financements possibles :

Bien vieillir : Le logo est présent lorsqu'une prise en charge est possible dans le cadre du forfait aides techniques.

LPPR : Remboursement de base de la Sécurité sociale, indiqué uniquement quand la prise en charge n'est pas possible via les Caisses de retraite.

5 Les aides techniques

Se déplacer et se relever

Se laver

S'habiller

Aller aux WC

Préparer ses repas

Prendre ses repas

Se coucher

Communiquer

Se divertir

Domotique

Se souvenir

Conseils ergo

La présence d'accoudoirs et le fait de surélever l'assise contribuent à faciliter les transferts assis-debout.

Désencombrer les espaces et fixer ou retirer les tapis diminue au maximum les risques de chute.

Avec ou sans détection de mouvement, les chemins lumineux peuvent éviter le risque de chute la nuit.

Se déplacer et se relever

Difficultés identifiées lors de l'évaluation

La personne âgée présente des difficultés à se déplacer au sein de son logement dues à des troubles de l'équilibre. Le franchissement des escaliers est difficile et dangereux. Cette action demande beaucoup d'efforts pour la personne âgée. De plus, se relever d'une chaise ou d'un fauteuil est également difficile à réaliser en sécurité.

Solutions Proposées

Cannes
Canne simple, tripode ou canne anglaise, ces aides techniques apportent un point d'appui aux personnes âgées ayant des troubles de l'équilibre.

Cadre de marche
Il s'agit d'une armature légère équipée de 4 pieds dont le but est de sécuriser et faciliter les déplacements. Elle convient aux personnes ayant de grandes difficultés à déambuler.

Se déplacer et se relever

Barres d'appui
De différentes tailles et de formes, elles assurent un maintien lors d'un franchissement d'un obstacle et stabilisent l'équilibre de la personne âgée.

à partir de
15€
T.T.C

Nez de marche photoluminescent
Pour les personnes déficientes visuelles, ce produit permet de signaler le début d'une marche.

à partir de
12€
T.T.C

Bande antidérapante
Pouvant être disposée sur les marches d'escaliers, cette bande assure le déplacement en limitant les risques de chutes par glissade.

à partir de
10€
T.T.C

Coussin releveur
Aide au relever d'une assise (chaise ou canapé). Convient aux personnes ayant des difficultés motrices modérées.

à partir de
175 €
T.T.C

Fauteuil de repos releveur
Il s'agit d'un fauteuil confort doté d'une assise électrique. L'assise se lève pour faciliter le lever et l'assise. Idéal en remplacement d'un canapé trop bas ou trop mou.

à partir de
400 €
T.T.C

Pieds surélévateurs
Installés sous les pieds d'une chaise, d'un canapé ou d'un lit, ils permettent d'augmenter la hauteur de l'assise facilitant les transferts. Différentes formes et hauteurs existent afin de s'adapter aux pieds des meubles et à la taille de la personne.

à partir de
10 €
T.T.C

Se déplacer et se relever

à partir de
55 € T.T.C

Déambulateur
Avec ou sans panier, comprenant 2 roues/2 patins, avec ou sans assise. Il convient aux personnes ayant de grandes difficultés à se déplacer en sécurité.

à partir de
90 € T.T.C

Rollator
3 ou 4 roues, avec ou sans assise. Il convient aux personnes ayant besoin d'appui lors de la marche. Cette aide technique est l'aide à la marche la plus mobile.

à partir de
559 € T.T.C

Fauteuil Roulant Manuel
Peut être préconisé pour les personnes n'ayant plus les capacités à se déplacer debout. La personne doit avoir assez de force et de mobilité au niveau des membres supérieurs et les capacités cognitives nécessaires à la compréhension de l'utilisation de l'aide technique.

Siège Monte Escalier
Destiné aux personnes âgées dont le franchissement des marches devient difficile et dangereux. Le siège doit être relevable avec repose-pied et accoudoirs.

Tarifs sur
devis

Aménagement spécifique pour les déplacements
Afin de faciliter la déambulation il est possible de mettre à niveau deux pièces afin de supprimer la marche existante, de réaliser des pentes douces à l'entrée du domicile pour assurer l'accès en fauteuil roulant ...

Tarifs sur
devis

Rampes d'accès amovibles
Des rampes amovibles peuvent être préconisées pour sortir du logement en fauteuil roulant malgré la présence de marches à l'entrée par exemple. Il s'agit d'une solution moins coûteuse que l'aménagement mais plus contraignante car elle demande une manutention supplémentaire.

à partir de
70 €
T.T.C

Conseils ergo

Brosse à dent électrique, utile pour les personnes ayant des difficultés de préhension et des douleurs aux épaules.

Savon à bouton poussoir ou à déclenchement automatique, utile pour les personnes ayant des difficultés de préhension.

Désencombrer les espaces et fixer les tapis au sol afin de diminuer au maximum les risques de chute.

Se laver

Difficultés identifiées lors de l'évaluation

Dans l'acte de la toilette en lui-même, certaines personnes n'auront plus la capacité à atteindre leur dos et/ou leurs pieds. Diverses aides techniques peuvent pallier cela.

Baignoire

- Difficulté à enjamber la baignoire en toute sécurité et de manière indépendante
- Difficulté à se relever de la baignoire
- Difficulté à atteindre son dos et/ou ses pieds pour la toilette
- Troubles de l'équilibre, risque de chute

Douche

- Difficulté à enjamber le bac de douche (si hauteur du receveur dépasse la norme de 4 cm)
- Difficulté à atteindre son dos et/ou ses pieds pour la toilette
- Troubles de l'équilibre, risque de chute

Lavabo

- Station debout statique difficile
- Difficulté à atteindre son dos et/ou ses pieds pour la toilette

Se laver

Solutions proposées

Marche antidérapante
Amovible et de différentes dimensions, cette marche possède un revêtement antidérapant. Elle permet de réduire la hauteur de la baignoire dans le but de faciliter son franchissement. Cette aide technique convient aux personnes possédant un bon équilibre.

à partir de 80 € T.T.C

Tapis antidérapant
À installer à l'intérieur de la baignoire mais également à la sortie du bain afin d'éviter tout risque de chute par glissade.

à partir de 10 € T.T.C

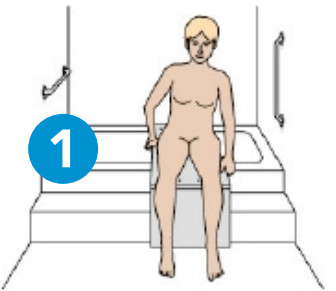
Barres d'appui *(Voir page 16)*

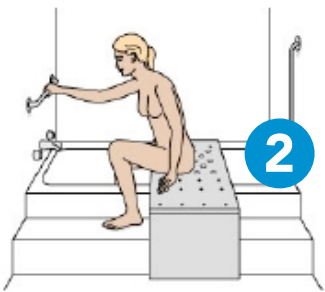
Planche de bain
Elle convient à la plupart des baignoires. Elle permet à la personne d'enjamber la baignoire en toute sécurité en restant constamment en position assise. La poignée incluse sur cette planche doit se trouver côté mur.
ATTENTION, une mauvaise utilisation augmente le risque de chute.

à partir de 30 € T.T.C

Mise en pratique

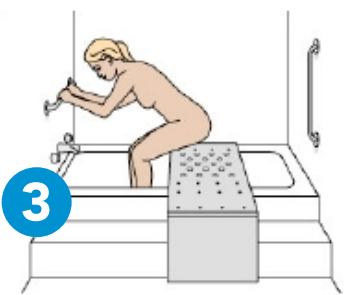
S’asseoir sur la planche





Tout en restant assis, passez une jambe après l’autre dans la baignoire en pivotant sur vous-même. (en tenant la poignée pour plus de stabilité)

Une fois les deux pieds au fond de la baignoire, vous pouvez ajuster votre assise au milieu de la planche si besoin afin de réaliser votre toilette confortablement.



Se laver

Siège de bain pivotant
Celui-ci est équipé d'un dossier et d'accoudoirs (relevables ou non). Il est destiné aux personnes ayant des difficultés à utiliser la planche de bain. Le siège pivote sur lui même demandant moins d'effort. Bien vérifier la compatibilité entre la forme de la baignoire et le siège de bain pivotant.

à partir de
160 € T.T.C

Siège de bain élévateur
Cette aide technique permet à la personne de prendre des bains en s'allongeant au fond de la baignoire. Il lui suffit de s'asseoir sur le système de la même manière qu'une planche de bain. Le système ensuite descend jusqu'au fond afin de profiter pleinement de la baignoire.

à partir de
400 € T.T.C

Douche à siphon de sol
Si toutes les aides techniques ne peuvent pas pallier les difficultés de la personne âgée, il est envisageable de remplacer la baignoire actuelle par une douche à siphon de sol ou à receveur extra-plat (maximum 4 cm de hauteur). Ainsi, aucun ressaut n'est à franchir pour l'utilisateur. Elle peut être couplée d'un siège mural et d'une barre d'appui.

Tarifs sur devis

La douche

Brosse à long manche
Cette aide technique facilite la toilette du dos et des pieds pour les personnes âgées ayant des difficultés à les atteindre. Il en existe de différentes tailles et différentes formes. De plus, il en existe pour l'aide à la coiffure.

à partir de 20€ T.T.C

Marche antidérapante *(voir page 24)*

Revêtement antidérapant
Tapis antidérapant, bandelettes antidérapantes sont des éléments limitant les risques de chute par glissade.

à partir de 10€ T.T.C

Barres d'appui *(voir page 16)*

Chaise et tabouret de douche
Pour toutes personnes ayant des troubles de l'équilibre en position statique. Ces aides techniques peuvent regrouper certaines caractéristiques : avec ou sans accoudoirs, accoudoirs fixes ou relevables. Veillez à bien choisir la hauteur d'assise. Ses avantages résident dans leur coût et la possibilité de les déplacer.

à partir de 100€ T.T.C

Se laver

Fauteuil de douche
Avec roulettes, accoudoirs relevables ou non, repose pieds escamotables ou non. Il est utilisé pour les personnes ayant de grandes difficultés à se déplacer et à tenir la station debout lors de la toilette. Utile pour une utilisation dans une douche à l'italienne.

à partir de
400 €
T.T.C

Siège à accroche murale
Pour toutes personnes ayant des troubles de l'équilibre en position statique. Avec ou sans pieds pour assurer plus de stabilité. Avec ou sans accoudoirs. Le siège peut être fixe ou rabattable afin de ne pas encombrer la douche pour les autres utilisateurs. Cependant il nécessite l'intervention d'un installateur. La hauteur de l'assise sera à définir avec la personne âgée au moment de la pose.

à partir de
100 €
T.T.C

Douche à siphon de sol *(voir page 24)*

Le lavabo

Barre de tour de lavabo
Pour toutes personnes ayant des troubles de l'équilibre en position statique. Cette aide technique permet de proposer un point d'appui stable à la personne âgée.

à partir de
350 €
T.T.C

Revêtement antidérapant
Tapis antidérapant, bandelettes antidérapantes sont des éléments limitant les risques de chute par glissade.

à partir de
10 €
T.T.C

Lavabo autoporteur
Il s'agit d'un lavabo dont le siphon est déjeté à l'arrière et calorifugé. Utile pour les personnes qui réalisent leur toilette assises. De ce fait, la personne peut passer ses jambes sous la vasque sans difficulté, facilitant la toilette. **Attention :** la vasque ne doit pas être installée trop haute car son utilisation s'effectue en position assise.

Tarifs sur
devis

Chaise et tabouret de douche *(voir page 25)*

Conseils ergo

Enfiler ou enlever son pantalon/ses chaussettes sur une assise afin d'éviter tout risque de chute.

Le chausse-pied, objet usuel du grand commerce, peut faciliter le chaussage et le déchaussage.

S'habiller

Difficultés identifiées lors de l'évaluation

La personne âgée présente des difficultés à enfiler ou enlever des vêtements. Ces gênes sont souvent dues à un déficit de préhension, un déficit au niveau des amplitudes articulaires et/ou un déficit de force musculaire.

Solutions proposées

Enfile-bouton
Facilitant l'action de boutonner et déboutonner un vêtement, cette aide technique convient aux personnes dont la préhension fine est déficitaire.

Enfile-bas
Utile pour les personnes ayant des difficultés à atteindre leurs pieds (causées par un manque de mobilité) ou à enfiler des bas de contention plus difficiles à mettre.

S'habiller

à partir de
30 €
T.T.C

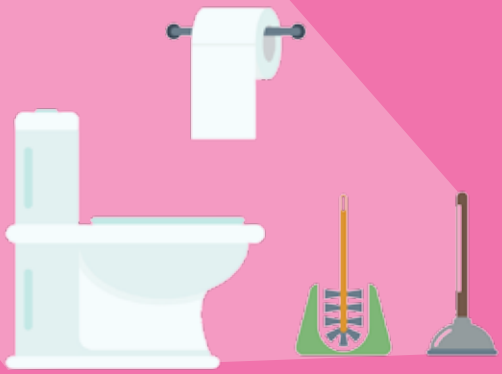
Enfile-chaussette
Permettant d'enfiler ses chaussettes sans effort, il convient aux personnes ayant des difficultés à atteindre leurs pieds.

à partir de
25 €
T.T.C

Enfile-soutien gorge
Aide pour attacher le soutien gorge, il convient aux personnes n'ayant pas la capacité de mettre leurs mains au milieu du dos.

à partir de
75 €
T.T.C

Chaussures à pieds sensibles
Pour les personnes présentant des déformations et autres inconvénients aux pieds, les chaussures adaptées facilitent le chaussage et augmentent le confort de la marche.



Conseils ergo

Ne jamais utiliser les battants de porte ou autre meuble pour se relever. Ces points d'appui ne sont pas faits pour aider à se relever de la cuvette et peuvent provoquer des chutes.

Le simple fait de surélever l'assise des toilettes améliore grandement les transferts.

Attention à bien fixer le réhausseur. Il s'installe directement sur la cuvette des toilettes et non sur l'abattant..

Aller aux WC

Difficultés identifiées lors de l'évaluation

La personne âgée présente des difficultés à s'asseoir ou à se relever de la cuvette.

Solutions proposées

Barres d'appui
Elles ajoutent un maintien supplémentaire afin de faciliter l'assise et la levée des toilettes. De dimensions et formes différentes, la hauteur de la fixation doit être définie avec son utilisateur au moment de la pose et en condition réelle. Il existe des barres d'appui relevables permettant un gain de place une fois rabattues.

à partir de
20 €
T.T.C

Rehausseur de toilettes
À disposer sur le rebord de la cuvette, le rehausseur augmente la hauteur d'assise facilitant la levée mais également l'assise. Il peut être équipé ou non d'accoudoirs.

à partir de
40 €
T.T.C

Aller aux WC

Cadre de toilettes

À disposer sur les toilettes, il dispose de 4 pieds. Ce produit permet d'ajouter des points d'appui sans avoir le besoin de percer dans le mur pour fixer une barre d'appui. Il dispose de deux accoudoirs facilitant l'assise et la levée.

à partir de
40 €
T.T.C

Chaise percée

À disposer dans une pièce de la maison, il s'agit d'une chaise munie d'accoudoirs et dont l'assise comporte un trou sous lequel est positionné un seau. Elle permet de pallier certaines incapacités de la personne :

- L'inaccessibilité des toilettes
- Des troubles de l'équilibre
- L'incontinence

à partir de
90 €
T.T.C

Chaise de douche/toilette percée

À disposer au-dessus des toilettes, il s'agit d'une assise munie d'une évacuation. Elle permet de rehausser l'assise sans demander d'aménagement particulier. Cependant, elle peut être encombrante dans une petite pièce telle que les toilettes.

- Avec seau : remboursée
- Sans seau : non remboursée

à partir de
400 €
T.T.C

Tarifs sur
devis

Toilettes réhaussées
Une assise plus haute facilite les transferts. De ce fait, il est possible de remplacer les toilettes actuelles par des toilettes dites réhaussées. Couplées à des barres d'appui, les toilettes réhaussées sont des aménagements primordiaux pour conserver son autonomie.

à partir de
40 €
T.T.C

Essuie-fesses/pince pour papier-toilette
Utile pour les personnes ayant une mobilité des membres supérieurs restreinte, il s'agit d'un long manche afin de s'essuyer sur les toilettes.

Tarifs sur
devis

Lunette de WC électrique
De hauteur variable, elle permet de faciliter le lever avec sa lunette relevable. Elle accompagne et aide au lever.

Conseils ergo

Essoreuse à salade avec bouton poussoir pour les personnes ayant du mal à effectuer cette action à l'aide des 2 mains (disponible dans le grand commerce).

Desserte, utile pour transporter les objets d'un point A à un point B sans risquer de les faire tomber et de perdre l'équilibre.

Éponge distributrice de savon pouvant contenir du liquide vaisselle facilitant cette tâche.

D'autres dispositifs facilitent l'accessibilité de la cuisine de type plan de travail à hauteur variable électrique, sur conseil d'un ergothérapeute.

Préparer ses repas

Difficultés identifiées lors de l'évaluation

La personne âgée présente des difficultés à :

- couper, éplucher des aliments
- ouvrir des récipients
- préparer des repas
- faire la vaisselle

Solutions proposées

à partir de
10€
T.T.C

Revêtement antidérapant
Ce revêtement peut être disposé sur n'importe quel plan de travail ou sur la table afin d'éviter tout glissement de l'assiette. Utile pour les personnes ayant des troubles de motricité des membres supérieurs.

à partir de
10€
T.T.C

Économe
À gros manche ou à prise palmaire, l'économe facilite l'épluchage des aliments pour les personnes ayant des troubles de la préhension.

Étagère de cuisine escamotable
Ce système permet de descendre les étagères hautes à un niveau accessible par l'utilisateur et facilite la préhension des objets. Il évite donc aux personnes de monter sur un escabeau et diminue le risque de chute.

Tarifs sur devis

Ouvre boite électrique / ouvre-bouteille
Pour les personnes ayant des difficultés à ouvrir des boites de conserve, des pots sous vide ou des bouteilles, ce produit en permet l'ouverture d'un seul doigt.

à partir de 30 € T.T.C

Planche de préparation culinaire
Pour les personnes ayant des faiblesses d'un des deux membres supérieurs, cette planche facilite la confection du repas d'une seule main grâce à un étau qui permet d'installer récipients, pains, nourriture et de piques pour fixer une tartine par exemple.

à partir de
100 €
T.T.C

Balance vocale
Pour les personnes déficientes visuelles, ce produit vocalise le poids enregistré.

à partir de
55 €
T.T.C

Conseils ergo

Gobelet à bec verseur pour les personnes atteintes de tremblements, ce produit évite toute éclaboussure et facilite l'action de boire.

Prendre ses repas

Difficultés identifiées lors de l'évaluation

La personne âgée présente des difficultés à :

- manipuler ses couverts
- couper des aliments
- porter ses aliments à la bouche
- boire

Solutions proposées

Assiette à rebord
En adjonction à une assiette normale ou directement à une assiette adaptée, le rebord facilite la prise de la nourriture.

Revêtement antidérapant
Ce revêtement peut être disposé sur la table afin d'éviter tout glissement de l'assiette, des couverts ou du verre. Utile pour les personnes ayant des troubles de motricité des membres supérieurs.

à partir de
10€
T.T.C

Couverts adaptés
De formes différentes (manches grossis, courbés …), de poids différents, de textures différentes, les couverts adaptés permettent de faciliter la prise du repas afin de combler des déficits tels que des troubles de la préhension, des tremblements … Il existe également des couteaux-fourchettes combinés pour les personnes ayant un membre supérieur atteint.

à partir de
15€
T.T.C

à partir de
15€
T.T.C

Gobelet avec anses
Avec 1 ou 2 anses, ce type de gobelet aide les personnes dont la préhension est difficile avec un verre basique.

à partir de
200€
T.T.C

Repose-bras
Électrique ou manuel, le repose-bras allège le poids du bras de son utilisateur. Il convient aux personnes ayant des douleurs aux épaules ou un déficit musculaire aux membres supérieurs.

Conseils ergo

Un lit rehaussé est un lit plus accessible. Il est tout à fait possible de surélever un lit basique à l'aide de pieds sur-élévateurs.

Les descentes de lit sont à éviter. Elles augmentent les risques de chute surtout si elles ne sont pas fixées au sol.

Se coucher

Difficultés identifiées lors de l'évaluation

La personne âgée présente des difficultés à s'allonger dans le lit, de manière sécurisée et indépendante.

Solutions proposées

à partir de
150 €
T.T.C

Potence de lit
Sur pied, la potence apporte un point de maintien pour la personne. Afin de bien se placer et de se rehausser dans le lit si besoin. Utile pour les personnes ayant des difficultés à se mouvoir dans le lit.

Barrière de lit

Courte ou longue, fixée au lit ou amovible, la barrière de lit permet un maintien supplémentaire facilitant les transferts. Elle convient aux personnes ayant des difficultés à se coucher ou à se relever du lit.

à partir de
200 €
T.T.C

Lit médicalisé

Ce type de lit présente une hauteur ajustable, un relève-buste et/ou un relève-jambes. De une ou deux places, il peut disposer de barrière et de potence de lit, il convient aux personnes plus dépendantes.

à partir de
1000 €
T.T.C

Pieds surélévateurs

Installés sous les pieds d'une chaise, d'un canapé ou d'un lit, ils permettent d'augmenter la hauteur de l'assise facilitant les transferts. Différentes formes et hauteurs existent afin de s'adapter aux pieds des meubles et à la taille de la personne.

à partir de
10 €
T.T.C

Coussin de positionnement

Ce type de coussin est moulé en mousse viscoélastique à mémoire de forme imperméabilisé. Il permet de favoriser une bonne position au lit.

à partir de
200 €
T.T.C

Conseils ergo

Afin d'éviter ou de sortir de l'isolement, des associations de bénévoles regroupant différentes activités peuvent être bénéfiques pour la personne âgée.

Se divertir

Difficultés identifiées lors de l'évaluation

La personne âgée présente quelques difficultés dans la réalisation de ses loisirs dues à une incapacité fonctionnelle, un isolement ...

Solutions proposées

Support de cartes
Pour les joueurs de cartes ayant des difficultés de manipulation, le support de carte permettra à son utilisateur de jouer sans effort.

à partir de
7 €
T.T.C

Télé-agrandisseur

Pour les personnes âgées ayant une vision déficitaire de près, ces aides techniques sont des appareils munis d'une caméra, qui permettent de visualiser n'importe quel document sur un écran (fourni ou non, selon les modèles). De multiples fonctionnalités peuvent être disponibles, certaines proposent même les fonctions OCR et synthèse vocale qui permettent la lecture automatique du document présenté.

à partir de
1700€
T.T.C

Loupe et loupe électronique :

Ces aides techniques permettent de pallier une baisse de l'acuité pour les activités telle que la lecture.

Loupe électronique : 500-1000€

à partir de
60€
T.T.C

Jeu de cartes géantes
Pour les joueurs de cartes ayant des difficultés de manipulation et/ou des troubles de la vision.

à partir de
10€
T.T.C

Tablette adaptée
Des tablettes, dont l'utilisation et l'affichage ont été simplifiés, sont destinées aux personnes âgées afin de se divertir et de rester en contact avec leur entourage.

à partir de
500€
T.T.C

Casque amplificateur de son
Pour les personnes présentant des troubles auditifs, des casques reliés à la télévision permettent d'amplifier le son. Cela évite de mettre le son de la télévision au maximum pouvant gêner le voisinage.

à partir de
110€
T.T.C

Conseils ergo

N'hésitez pas à conseiller aux personnes âgées de tester une fois par mois la télé alarme afin de s'assurer de l'efficacité du système.

Communiquer

Difficultés identifiées lors de l'évaluation

La personne âgée présente des difficultés à communiquer, causées par une pathologie ou par une situation complexe telle qu'une chute.

Solutions proposées

Tarifs sur
devis

Télé alarme
Sous forme de bracelet ou collier, la télé alarme permet d'appeler les secours si besoin ou en risque de chute. Certaines sont dotées d'un détecteur de chute. Admissible par forfait annuel à la personne. Tarifs sur abonnement

Amplificateur (sonore et/ou visuel) de sonnette et téléphone

Cette aide technique convient aux personnes ayant des troubles de l'audition. Pour les personnes présentant une surdité, des retours lumineux permettent de prévenir visuellement que quelqu'un sonne à la porte ou que le téléphone sonne.

à partir de
40 €
T.T.C

POUR BIEN VIEILLIR

Téléphone à grosses touches

Pour les personnes âgées, les téléphones à grosses touches sont utiles au quotidien afin de pallier les déficiences visuelles et le manque de dextérité. Certains disposent de flash lumineux indiquant un appel afin de prévenir les personnes présentant une surdité.

à partir de
100 €
T.T.C

POUR BIEN VIEILLIR

à partir de
100 €
T.T.C

Téléphone portable adapté
Certains modèles sont adaptés aux personnes âgées avec un affichage en grandes lettres, des grosses touches et une utilisation simplifiée.

à partir de
500 €
T.T.C

Tablette adaptée
Des tablettes, dont l'utilisation et l'affichage ont été simplifiés, sont destinées aux personnes âgées afin de se divertir et de rester en contact avec leur entourage.

Conseils ergo

Une connexion internet (wifi) n'est pas toujours nécessaire, des connexions radio et/ou infrarouge sont possibles.

Domotique

Difficultés identifiées lors de l'évaluation

La domotique regroupe les techniques permettant de contrôler, d'automatiser et de programmer différents systèmes du logement.

Solutions proposées

Ouverture des volets
Pour les personnes ayant des difficultés à manipuler des volets roulants à ouverture manuelle via une sangle ou une manivelle. Il est possible de motoriser les volets et de les actionner par un interrupteur ou un contrôle d'environnement.

Tarifs sur
devis

Tarifs sur
devis

Ouverture de portes automatiques
Destinée surtout aux personnes utilisant une aide technique à la déambulation (rollator, fauteuil roulant...), l'ouverture de porte automatique facilite le quotidien.

à partir de
40 €
T.T.C

Détecteur automatique de présence (lumière)
Des lumières à détection automatique de mouvement peuvent être utiles pour les personnes se levant souvent la nuit.

Tarifs sur
devis

Visiophone/interphone à distance avec ouverture de porte automatique
Très pratique pour les personnes ayant des troubles de l'équilibre. Limite les risques de chute en évitant à la personne de se lever afin de voir qui sonne à la porte d'entrée.

à partir de
100 €
T.T.C

Enceinte à reconnaissance vocale
Nouvelle approche de la domotique, ces enceintes à reconnaissance vocale exécutent vos directives : traductions, calculs, informations, demandez ce qu'il vous plait.

Conseils ergo

Pour les personnes âgées possédant un smartphone et/ou une tablette, des applications de rappels sont disponibles dans le but de faciliter leur quotidien.

Se souvenir

Difficultés identifiées lors de l'évaluation

La personne âgée présente des troubles de la mémoire.

Solutions proposées

Pilulier
L'utilisation de ce type de produit permet de respecter l'observance du traitement.

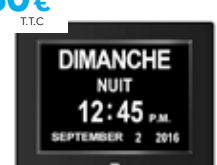
à partir de
10€
T.T.C

Calendrier
De différents types (journalier, mensuel, sur chevalet, à accroche murale...), le calendrier facilite le quotidien des personnes âgées présentant une désorientation temporelle.

à partir de
10€
T.T.C

Horloge murale
Certains produits indiquent le jour, l'heure, la date et le moment de la journée. Cette aide technique est destinée aux personnes ayant des difficultés à s'orienter dans le temps.

à partir de
30€
T.T.C



Laisser le choix à la personne âgée

Lors de l'évaluation de la personne âgée, il est primordial que la préconisation de l'aide technique se fasse dans un contexte rassurant. Il serait judicieux de lui expliquer les apports bénéfiques de l'utilisation de ce matériel dans sa vie quotidienne et lui laisser le choix de l'acquisition. Une explication sur le mode d'emploi du matériel suivi d'un essai en condition réelle facilitera l'acceptation de la personne âgée.

S'informer

Pour préconiser une aide technique, il faut avoir une idée du matériel existant sur le marché français.

Vous pouvez vous informer :

- via les bases de données existantes en France comme **www.handicat.com** où sont référencées plus de 8000 aides techniques. Vous avez la possibilité de laisser un message si vous ne trouvez pas le matériel recherché et une réponse vous sera apportée dans les 48 heures. Rendez-vous également sur Facebook ou Twitter.

- via la base de données aides techniques : **www.cerahtec.invalides.fr**

- via le site d'information en aides techniques : **www.hacavie.com** où sont repris les essais de matériels effectués par un ergothérapeute, les innovations techniques, les visites de salon, l'actualité sur le handicap et la dépendance.

- via le spécialisé dans la nouvelle technologie : **www.c-rnt.apf.asso.fr**

- auprès d'un ergothérapeute qui connaît le matériel (certaines équipes évaluatrices disposent d'un(e) ergothérapeute dans leurs équipes).

6 Achat du matériel

Bonnes pratiques

Essayer

Il est essentiel d'essayer une aide technique **en présence d'un tiers** si l'aide technique requiert l'aide d'une tierce personne afin de :

- s'assurer que l'aide technique convienne bien aux possibilités motrices ou sensorielles de la personne âgée,
- s'assurer que la personne âgée sache utiliser l'aide technique conseillée,
- d'éviter tout achat inutile.

L'essai peut se faire au domicile de la personne âgée (dans le cadre d'un PAP ou d'un HCV).

> Le recours à un ergothérapeute est conseillé dans le cadre d'une prescription d'un forfait aides techniques Carsat Nord-Picardie et/ou d'un dossier aménagement de logement Habitat et Cadre de Vie.

Acheter

- Sur prescription médicale par le médecin traitant avec prise en charge LPP
- Sur préconisation d'un forfait aides techniques pris en charge par l'Assurance Retraite
- Dans le cadre d'un dossier Habitat et Cadre de Vie en cas d'aménagement de logement pris en charge parallèlement par l'Assurance Retraite

7 Pour aller plus loin

Modalités de prise en charge

> Les aides techniques peuvent faire l'objet d'une prise en charge financière, nous vous détaillons ci-dessous les modes de financement possibles

Prise en charge par la Sécurité sociale

Il s'agit de la liste des produits et prestations remboursables par l'Assurance Maladie (LPP). Voici les aides techniques prises en charge partiellement ou totalement que l'on trouve couramment au domicile des personnes âgées :

- **Les dispositifs médicaux pour traitements et matériels d'aide à la vie**
  - Lits et matériels pour le lit

- **Les dispositifs d'aide à la prévention des escarres**
  - Coussins d'aide à la prévention des escarres
  - Matelas ou surmatelas d'aide à la prévention des escarres

- **Les dispositifs médicaux d'aide à la vie**
  - Appareils modulaires de verticalisation
  - Cannes et béquilles
  - Coussins de série de positionnement des hanches et des genoux
  - Déambulateurs
  - Fauteuils roulants
  - Appareils destinés au soulèvement du malade

- **Appareils divers d'aide à la vie**
  - Chaises percées avec accoudoirs et seau hygiénique
  - Couteau, couteau-fourchette, pliants avec étui

Si vous souhaitez connaître le montant exact de la prise en charge par l'Assurance Maladie, il vous suffit de vous connecter sur *www.ameli.fr* vous pouvez alors effectuer une recherche par code LPP ou par chapitre.

7 Pour aller plus loin

Modalités de prise en charge

Forfait aides techniques

La Carsat Nord-Picardie peut délivrer une participation financière lorsqu'une ou des aides techniques sont préconisées par les chargés d'évaluation et de prévention. Concrètement, il peut s'agir, de façon non exhaustive, de petits équipements amovibles pouvant être posés seuls ou en complément de travaux, tels que : rehausse WC, planche de bains, siège pivotant de baignoire, tabouret de douche, tapis antidérapant, barre d'appui, rehausse lit, rehausse fauteuil, kit lumineux ou main courante etc. La participation financière se traduit par une subvention permettant à la personne retraitée d'acquérir et de faire installer, les aides techniques, dont elle a besoin. En fonction des préconisations de la structure évaluatrice et si les conditions nécessaires sont remplies, la Carsat Nord-Picardie adresse une notification d'accord à la personne retraitée.

Modalités de financement de l'aide
La subvention est versée directement à la personne retraitée. Le bénéficiaire s'engage à installer ou faire installer le matériel préconisé et à conserver les pièces justificatives (factures) pendant trois ans.

Le forfait aides techniques n'est pas restrictif. Une aide technique ne figurant pas dans ce guide peut faire l'objet d'une participation financière après étude du dossier.

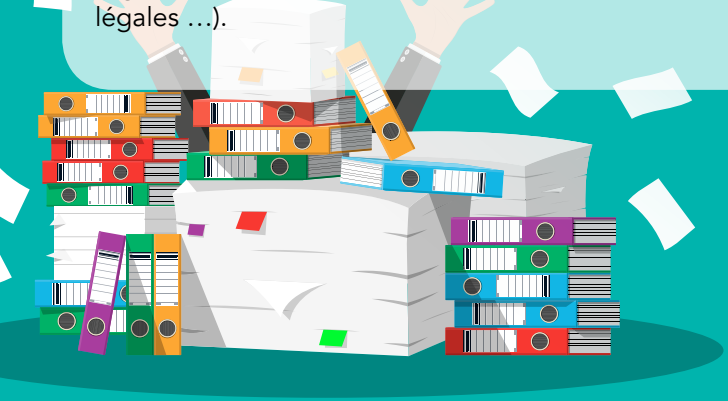
Les autres aides financières possibles

Sous formes de prestations extra-légales, elles peuvent émaner :

- des Caisses Primaires d'Assurance Maladie,
- des Mutuelles,
- des Caisses de Retraite Complémentaire,
- des Centres Communaux d'Action Sociale,
- de l'Agence Nationale de l'Amélioration de l'Habitat.

Le recours à un ergothérapeute s'avérera souvent nécessaire afin de conseiller le matériel le mieux adapté et aider dans l'élaboration des devis à fournir.

Ces aides peuvent être complétées par d'autres financements (Agence Nationale de l'Amélioration de l'Habitat, aides extra-légales …).



Habitat et Cadre de Vie

Si lors de l'évaluation du PAP (Plan d'Actions Personnalisé), une adaptation de domicile est envisagée, le chargé d'évaluation et de prévention le signale aussitôt auprès de l'Assurance Retraite. Une intervention à domicile de professionnels de l'habitat est alors diligentée. Un compte-rendu de la visite à domicile avec propositions techniques, schéma de l'aménagement à réaliser est envoyé à la personne.

La Carsat Nord-Picardie est conventionnée avec des prestataires habitat en charge de l'évaluation et de l'accompagnement en ingénierie technique, sociale et financière.

Le montant des aides financières accordées dans ce cadre dépend :

- des ressources de la personne retraitée et de celles de son conjoint,
- il est déterminé à partir d'un barème défini par la Caisse Nationale d'Assurance Vieillesse (CNAV) et dans la limite du budget disponible.

8 Remerciements | YVON BERTEL-VENEZIA

Président Hacavie

La construction de ce guide est le fruit d'une collaboration constructive avec la Carsat Nord-Picardie. Notre Association est heureuse d'avoir pu contribuer à l'action persévérante de la Sécurité sociale dans sa branche « retraités ».

Hacavie collabore depuis de longues années aux travaux de l'action sociale, confortée par des directions successives fortement convaincues, comme nous, de l'intérêt d'informer le plus précisément possible les personnes, nécessitant l'équipement par une aide technique, de la nécessité d'être informé et de faire les choix les plus judicieux pour bénéficier de conditions de vie plus aisées.

L'objet de ce guide à la fois simple et complet est donc d'être à la portée des usagers et ainsi de connaître d'une manière simple le moyen de recevoir toute l'aide dont ils peuvent avoir besoin.

Nous espérons avoir rempli cette ambition.

Tous droits réservés à l'Association Hacavie | Handicaps et cadre de vie

Carsat Retraite & Santé au travail Nord-Picardie

Hacovie Handicaps et cadre de vie