



LA SALLE DE BAINS

Le particulier

- La salle de bain est une pièce à risques. Le sol est fréquemment en carrelage ou en matière plastique et se trouve souvent mouillé.
- Le **revêtement** doit être non glissant.
- Le **sol ne doit pas être éblouissant**
- Penser à mettre du carrelage ou **matériaux antidérapants** (*classification antidérapant groupe B*).
- Installer des barres d'appui pour parer au déséquilibre de chaque instant.
- Aménager des **espaces de rangement** autour du lavabo, de la baignoire et/ou de la douche.
- Penser à mettre une chaise ou un petit banc dans la salle de bain afin de s'habiller en position assise.
- Si elle est ancienne, faites vérifier la **conformité de votre installation électrique** dans les pièces humides (disjoncteur 30 mA en tête de ligne, liaison équipotentielle, mise à la terre).

Pour la toilette au lavabo

- Vous pouvez prévoir une **chaise semi-assise stable** pourvue d'accoudoirs afin d'éviter la fatigue en position debout.
- Vous pouvez aussi utiliser un siège en plastique de salon de jardin, dans ce cas il sera souhaitable de faire abaisser la hauteur du lavabo (80 cm à 85 cm sur plan de lavage et 70 cm sous plan de lavage). Il existe aussi des sièges spécifiques et ergonomiques.
- Le robinet mélangeur (eau chaude, eau froide) mobilise les deux mains pour son utilisation il sera préférable de mettre en place un **mitigeur thermostatique** manipulable d'une main afin de conserver l'autre main comme appui.
- Réguler la pression de l'eau afin d'éviter les **éclaboussures sur le sol**.
- Placer des porte-serviettes aux formes arrondies à proximité. Éviter les patères qui présentent des risques de saillance et d'accrochage.
- **Adapter un éclairage** au-dessus du lavabo et du miroir pour éviter les zones d'ombre (100 à 150 lux).
- Penser à l'**accessibilité de prise de courant** pour le sèche cheveux, de l'interrupteur d'éclairage (hauteur entre 90 cm et 130 cm).



Le professionnel

- Assurer la **mise en œuvre de revêtements de sol non glissants et non éblouissants**.
- Veiller au respect des normes de classification des sols
 - Norme UPEC (Usure-Poinçonnement-Eau-Chimie) et des coefficients de glissement R
 - Cahier du CSTB 3515 sur les spécifications techniques
 - Norme NF EN 13845 de 12/2005 : « Revêtements de sol résilients, revêtements de sol en chlorure de polyvinyle à résistance accrue au glissement – spécifications »
 - Norme XP P05-010 de 01/2004 : « Revêtements de sol : détermination de la résistance à la glissance au moyen du plan incliné »
- Veiller à la qualité des joints et à la réalisation des plinthes de couleur contrastée.
- Installer des prises de courant en regard des modes et lieux de vie.
- Veiller à l'**accessibilité** des prises de courant et interrupteurs
 - Hauteur entre 0,90 et 1,30 m et de couleur contrastée.
- Respecter la NF C 15-100 : référentiel permettant d'assurer la sécurité, le bon fonctionnement des installations électriques basse tension et les besoins normaux des usagers.
- **Ajuster la hauteur du lavabo** avec un espace libre en dessous de 0,70 m et une hauteur de plan de lavage entre 0,80 et 0,85 m.
- **Ajuster la hauteur du miroir** afin qu'il soit visible en position debout ou assise.
- Installer un mitigeur thermostatique manipulable d'une main ou détecteur infrarouge de commande associé à un indicateur lumineux thermostatique de température.
- Installer un **réducteur de pression** ou un brise jet sur le robinet.
- Installer solidement des porte-serviettes, non saillants et à portée de main du lavabo (exemple : type anneau ou barre latérale de lavabo).
- Mettre en œuvre un éclairage complémentaire (100 à 150 lux) au dessus du miroir du lavabo avec une commande d'allumage à portée de main.
- Veiller à l'**accessibilité des prises de courant et interrupteurs**
 - Hauteur entre 0,90 m et 1,30 m et de couleur contrastée.
- Respecter la **NF C 15-100** : référentiel permettant d'assurer la sécurité, le bon fonctionnement des installations électriques basse tension et les besoins normaux des usagers.



LA SALLE DE BAINS

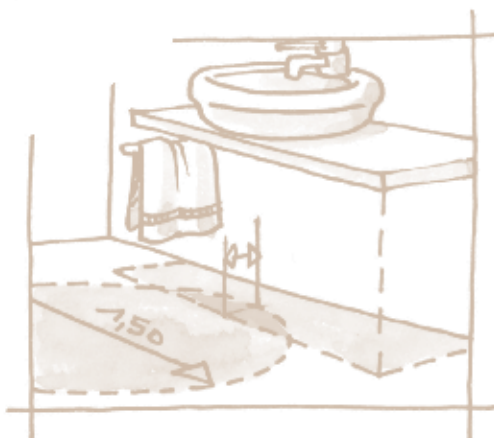
Le particulier

La baignoire

- La baignoire non aménagée est fortement déconseillée, à cause des risques de déséquilibre au moment de l'entrée, ou du risque de rester coincé.
 - Si vous désirez continuer à prendre des bains, le meilleur conseil reste encore de ne pas s'asseoir au fond de la baignoire et d'utiliser un siège spécifique.
 - Installer un **tapis antidérapant** dans le fond de la baignoire, peu épais en sortie de bain.
 - Vous pouvez **prévoir une zone de transfert** (60 cm x 60 cm) en tête de baignoire, afin de s'asseoir lors du passage des jambes. Il existe aussi des planches de bain, de préférence avec poignées intégrées, elles peuvent servir aussi pour prendre une douche dans la baignoire.
 - **Installer des barres de maintien** horizontales le cas échéant avec un coude de 135° (à hauteur 70 à 80 cm) pour assurer vos transferts, et dont la couleur contraste avec celle du mur (vigilance fixation).
 - Dans le cas où vous désirez vous tenir debout dans la baignoire (afin de faciliter la toilette intime par exemple), vous pouvez installer une barre de maintien verticale. Cette barre peut être fixée en point haut à la hauteur du coude replié.
-
- Le robinet mélangeur mobilise les deux mains pour son utilisation il est préférable de mettre en place un **mitigeur thermostatique** manipulable d'une main afin de conserver l'autre main comme appui.

La douche

- Les recommandations sur les tapis antidérapants, les barres de maintien, le mitigeur sont identiques à ceux de la baignoire.
- Dans le cadre du bac à douche il sera souhaitable de choisir un modèle extra plat (plain pied ou à l'italienne) avec siphon de sol.
- Un siège à douche peut être envisagé, il sécurise et libère les mains. Il peut être fixe ou relevable de type strapontin.



Le professionnel

- Installer un siège de baignoire avec des poignées de maintien
 - Vérifier la largeur de rebord de la baignoire (supérieure à 4 cm) pour assurer une bonne stabilité du siège sur la baignoire sinon privilégier un siège en fond de baignoire.
-
- Assurer la fixation ou l'adhérence des tapis.
-
- À la tête de baignoire vous pouvez réaliser une plate forme (zone de transfert) d'une dimension de 60 cm x 60 cm avec une barre de maintien.
 - Installer des **barres de maintien horizontales** le cas échéant avec un coude de 135° (à hauteur 70 à 80 cm) pour assurer vos transferts, dont la couleur contraste avec celle du mur.
 - Vous pouvez installer une **barre de maintien verticale**. Cette barre peut être fixée en point haut à la hauteur du coude replié.
 - Le diamètre des barres étant de 31 à 35 mm pour assurer une bonne préhension.
-
- Une **fixation solide dans les règles de l'art**, en cas de chutes ou de malaises on se retient à la main courante, le poids de l'effort à la traction est très important (il y a engagement de la responsabilité du poseur).
 - Vérifier la conformité et l'état des supports recevant des barres d'appui ou autres équipements.
-
- Installer un mitigeur manipulable d'une main avec thermostat intégré afin d'éviter les risques de brûlures.
-
- Idem baignoire.
-
- Retirer le bac surélevé et le remplacer par un de type à l'italienne de plain pied ou avec seuil incliné inférieur à 2 cm.
 - Installer dans la douche un siège avec fixation au mur et avec des pieds rabattables ou un siège ischiatique pour un appui debout.
 - Une **fixation solide dans les règles de l'art** ; en cas de chutes ou de malaises on se retient à la main courante, le poids de l'effort à la traction est très important (il y a engagement de la responsabilité du poseur).
 - Vérifier la conformité et l'état des supports recevant le siège ou autres équipements.



Le particulier

- Le sol doit être **non glissant, non éblouissant**.
- Penser au **sens d'ouverture de la porte**, de préférence vers le couloir.
- Éviter de se fermer à clef dans les toilettes.
- Vérifier l'**orientation de l'éclairage** pour éviter les zones d'ombre, faciliter la visualisation des poignées de porte, des interrupteurs, des cheminements.
- Éviter les tapis ou carpettes.
- Si vous avez des difficultés pour vous asseoir ou pour vous relever, vous pouvez mettre en place un rehausseur de cuvette.
- Placer des **barres d'appui** pour faciliter vos mouvements, de préférence une barre horizontale avec un **coude de 135°**.

Le professionnel

- Assurer la mise en œuvre de revêtements de sol **non glissants et non éblouissants**.
- Veiller au respect des normes de classification des sols
 - Norme UPEC (Usure-Poinçonnement-Eau-Chimie) et des coefficients de glissement R.
 - Cahier du CSTB 3515 sur les spécifications techniques
 - Norme NF EN 13845 de 12/2005 : « Revêtements de sol résilients, revêtements de sol en chlorure de polyvinyle à résistance accrue au glissement – spécifications »
 - Norme XP P05-010 de 01/2004 : « Revêtements de sol : détermination de la résistance à la glissance au moyen du plan incliné ».
- Veiller à la qualité des joints et à la réalisation des plinthes de couleur contrastée.
- Réaliser le sens d'**ouverture vers l'extérieur**, avec un système de fermeture double sens et ouvrable de l'extérieur.
- Veiller à l'**accessibilité des prises de courant et interrupteurs**
 - Hauteur entre 0,90 et 1,30 m et de couleur contrastée.
- Respecter la NF C 15-100 : référentiel permettant d'assurer la sécurité, le bon fonctionnement des installations électriques basse tension et les besoins normaux des usagers.
- Assurer la **fixation** ou adhérence **des tapis** ou carpettes.
- Privilégier les toilettes suspendues à réservoir intégré dans la contre-cloison dans la mesure du possible.
- Veiller au renforcement du montant pour recevoir la platine adaptée sur laquelle se fixe la cuvette. Voir soit avec le fournisseur de l'appareil sanitaire soit avec le fabricant de la feuille de plâtre.
- **Valider la hauteur de la cuvette** (0,45 à 0,50 m) avec la personne utilisatrice.
- Favoriser une distance de 0,35 ou 0,40m du centre de la cuvette au mur latéral. Veiller à faire des scellements solides adaptés à la nature du support.
- Proposer lors de l'installation des toilettes intégrées, en accord avec la personne utilisatrice la mise en place du mécanisme de chasse d'eau en latéral par rapport à la cuvette à une hauteur de 0,90 à 1,30 m.
- Placer des barres d'appui pour faciliter vos mouvements, de préférence une barre horizontale avec un coude de 135° à une hauteur entre 0,70 et 0,80 m.
- Le diamètre des barres étant de 31 à 35 mm pour assurer une bonne préhension.
- Assurer une **fixation solide des barres dans les règles de l'art** ; en cas de chutes ou de malaises on se retient à la main courante, le poids de l'effort à la traction est très important (il y a engagement de la responsabilité du poseur).
- Vérifier la conformité et l'état des supports recevant des barres d'appui ou autres équipements.
- Veiller au contraste de couleurs entre le sol et le mur facilitant le repérage pour les personnes malvoyantes.
- **Veiller à la position de l'interrupteur qui doit être de préférence contrasté** en couleur et à une **hauteur entre 0,90 et 1,30 m**.



LE GARAGE

Le particulier

- Le sol doit être **non glissant et non éblouissant**.
- Organiser vos rangements par famille, pensez à l'**identification des rangements** afin de faciliter les recherches et limiter les déplacements.
- Vérifier que la grille d'entrée de récupération des eaux pluviales ne présente pas de **trous ou fentes supérieurs à 2 cm**.
- Adapter un éclairage sur les postes de travail en évitant les zones d'ombre (100 à 150 lux au sol).

Le professionnel

- Assurer la mise en œuvre de **revêtements de sol non glissants et non éblouissants**. Veiller au respect des normes de classification des sols.
 - ↳ Norme UPEC (Usure-Poinçonnement-Eau-Chimie) et des coefficients de glissement R.
 - ↳ Cahier du CSTB 3515 sur les spécifications techniques
 - ↳ Norme NF EN 13845 de 12/2005 : « Revêtements de sol résilients, revêtements de sol en chlorure de polyvinyle à résistance accrue au glissement – spécifications »
 - ↳ Norme XP P05-010 de 01/2004 : « Revêtements de sol : détermination de la résistance à la glissance au moyen du plan incliné ».
- Veiller à la qualité des joints et à la réalisation des plinthes de couleur contrastée.
- Installer des étagères ou armoires à une hauteur entre
 - ↳ position debout 0,40 du sol à 1,60 m
 - ↳ position assise 0,40 du sol 1,30 m
- Pour les armoires privilégier les portes coulissantes.
- Vous pouvez mettre en place un éclairage complémentaire dans l'armoire.
- Mettre en place une grille d'entrée de récupération des eaux pluviales qui ne présente pas de trous ou fentes supérieurs à 2 cm.
- Veiller à l'accessibilité des prises de courant et interrupteurs
 - ↳ Hauteur entre 0,90 et 1,30 m et de couleur contrastée.
- Respecter la NF C 15-100 : référentiel permettant d'assurer la sécurité, le bon fonctionnement des installations électriques basse tension et les besoins normaux des usagers.
- **Installer un va et vient pour l'éclairage** accessible entre la porte d'entrée du véhicule et la porte d'accès piéton vers la maison.
- Installer des éclairages automatiques par détecteur de présence sur les cheminements.

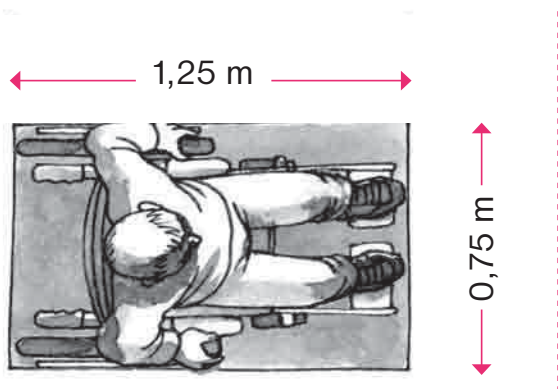


QUELQUES RÈGLES STANDARD EN REGARD DE LA POPULATION

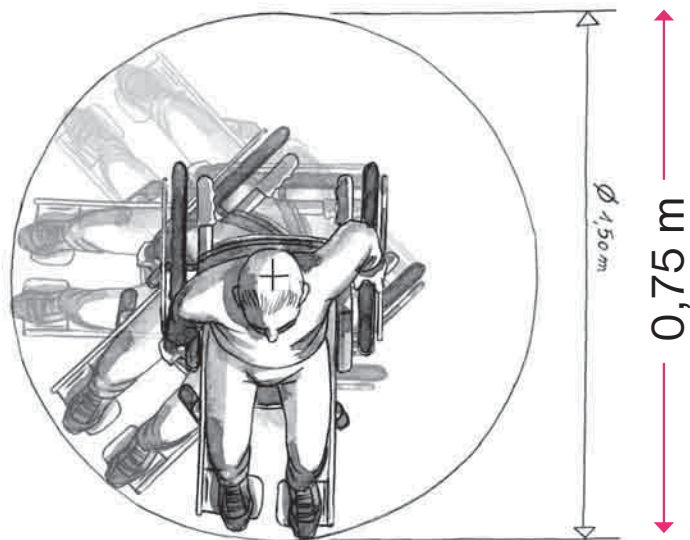
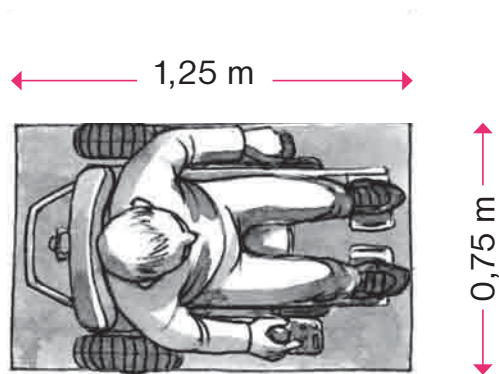
Les dimensions ci-dessous sont données à titre d'information, il est toujours préférable d'installer en fonction du type de handicap de la personne et avec son avis, en pensant à son évolution dans le temps.

ENCOMBREMENT DES FAUTEUILS ROULANTS

fauteuil roulant manuel



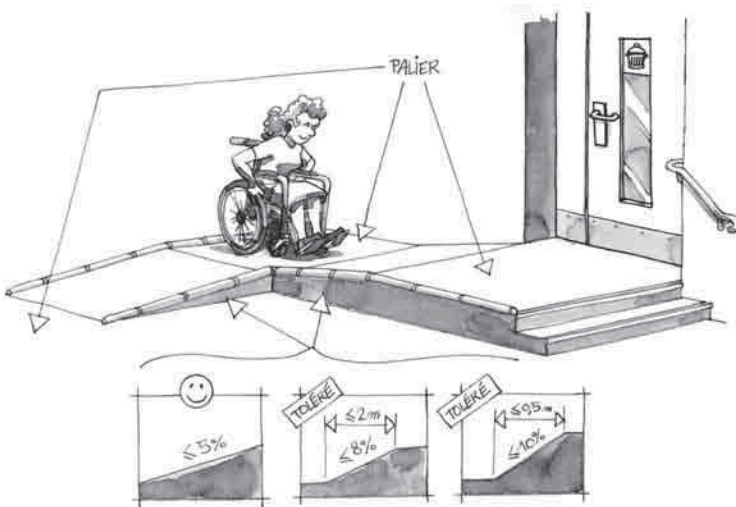
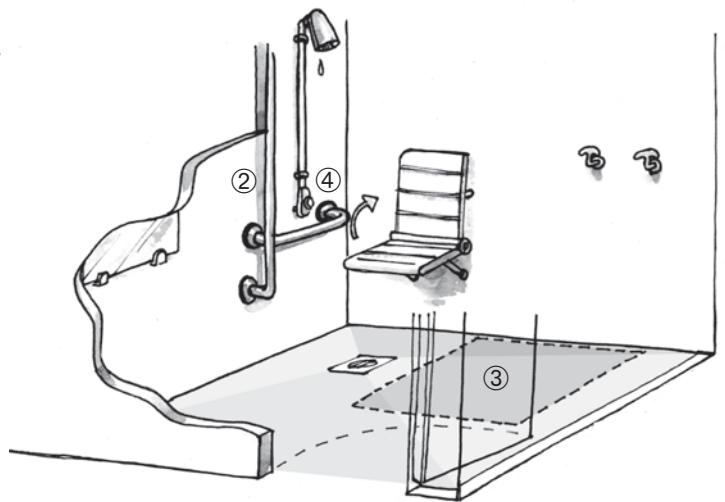
fauteuil roulant électrique





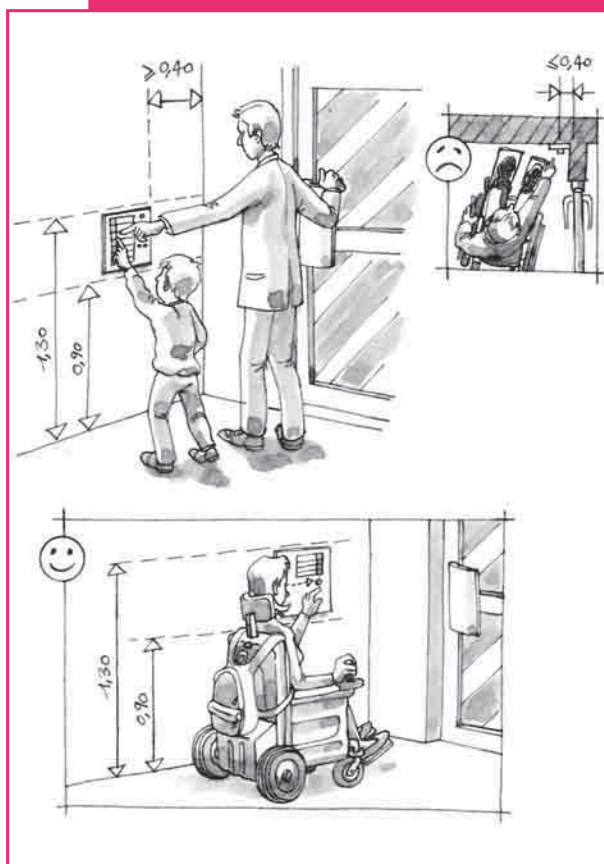
ACCÈS DOUCHE

- ① Prévoir une douche accessible (hauteur de seuil ≤ 2 cm)
- ② Installer des barres d'appui
- ③ Nécessité d'un espace d'usage (0,80 x 1,30 m)
- ④ Prévoir un robinet adapté

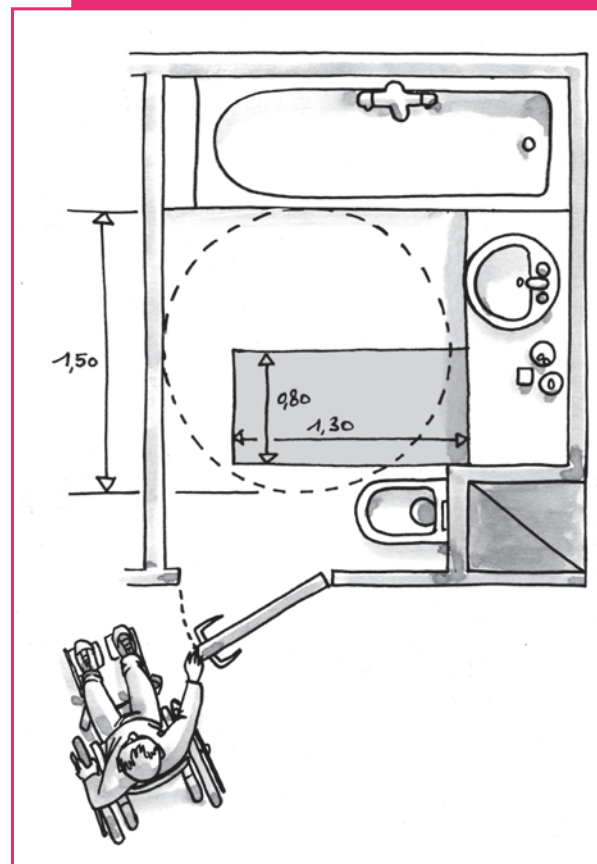


Éviter d'encombrer les espaces de manœuvres.

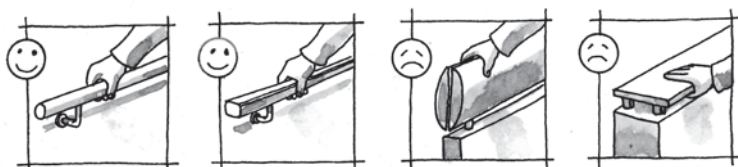
ACCÈS AUX ÉQUIPEMENTS



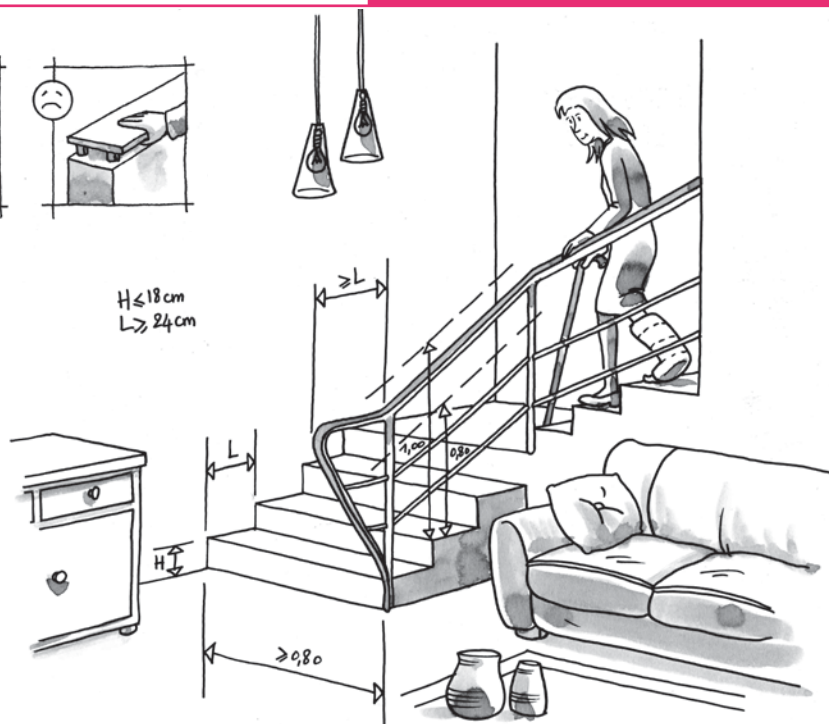
ACCÈS WC / SALLE DE BAIN



RAMPES, ACCÈS ET PALIERS



- Largeur minimale de l'escalier : 0,80 m
- Hauteur des marches : 17 cm recommandé
- Largeur du giron : 28 cm recommandé
- Penser au contraste des couleurs
- En cas de présence d'un escalier à claire-voie, prévoir une contremarche à la première et dernière marche.



→ Quelques références juridiques :

Loi n° 2005-102 du 11 février 2005 : Égalité des droits et des chances, la participation et la citoyenneté des personnes handicapées.

Décret n° 2006-555 du 17 mai 2006 relatif à l'accessibilité des établissements recevant du public, des installations ouvertes au public et des bâtiments d'habitation et modifiant le code de la construction et de l'habitation.

Décret n° 2007-1327 du 11 septembre 2007 relatif à la sécurité et à l'accessibilité des établissements recevant du public et des immeubles de grande hauteur, modifiant le code de la construction et de l'habitation et portant diverses dispositions relatives au code de l'urbanisme (dérogations en cas d'impossibilité technique ou conservation du patrimoine architectural).

Arrêté du 21 mars 2007 fixant les dispositions prises pour l'application des articles R. 111-19-8 et R. 111-19-11 du code de la construction et de l'habitation, relatifs à l'accessibilité pour les personnes handicapées des établissements existants recevant du public et des installations existantes ouvertes au public.

Arrêté du 1^{er} août 2006 fixant les dispositions prises pour l'application des articles R. 111-19 à R111-19-3 du code de la construction et de l'habitation relatifs à l'accessibilité aux personnes handicapées des établissements recevant du public et des installations ouvertes au public lors de leur construction ou de leur création.

Circulaire interministérielle n° DGUHC 2007-53 du 30 novembre 2007 relative à l'accessibilité des établissements recevant du public, des installations ouvertes au public et des bâtiments d'habitation.

Annexes 1 à 5 : Procédures d'autorisation de construire, aménager ou modifier un ERP.

Annexe 6 : Bâtiments d'habitation collectifs neufs.

Annexe 7 : Maisons individuelles neuves.

Annexe 8 : Établissements recevant du public et installations ouvertes au public construits ou créés.

→ Sources

(Rapport « vieillissement et activités des territoires – M. Godet (CNAM), Rapport « L'adaptation de l'habitat à l'évolution démographique : un chantier d'avenir » - M. Boulmier (Source 2006 PACT Paris et INSEE)

→ Ont contribué à la rédaction technique :



Centre hospitalier universitaire Dupuytren

Service de pharmacologie et toxicologie
pharmacovigilance

2, avenue Martin Luther King

87042 LIMOGES cedex

Tél. 05 55 05 55 55

<http://www.chu-limoges.fr/>

→ Sites internet :

www.gouv.fr

www.protec.chute.fr

www.inpes.santé.fr

→ Illustrateur :

Pierre-Antoine THIERRY

www.titwane.fr



**Chambres de Métiers
et de l'Artisanat**

Région Limousin



**Label national : Pôle d'innovation de l'artisanat
et des petites entreprises**

**Service de la Chambre Régionale de Métiers et
de l'Artisanat du Limousin**

14 rue de Belfort

CS 71300 87060 LIMOGES cedex

Tél. : 05 55 79 45 02 • Fax : 05 55 79 30 29

Courriel : contact@cnisam.fr

Site internet : www.cnisam.fr

**Publication du Centre National d'Innovation
Santé, Autonomie et Métiers (CNISAM)
service de la Chambre Régionale de Métiers
et de l'Artisanat du Limousin**



*La présente opération est cofinancée par l'Union
Européenne et par la Région Limousin.*

*L'Europe s'engage en Limousin avec le Fonds
Européen de Développement Régional FEDER.*