

SEP & Habitat

Rédaction :

Mme Laurine Chanel (ergothérapeute) ; Réseau NeuroSEP Auvergne
Mr Guillaume Garde (ergothérapeute) ; Réseau NeuroSEP Auvergne

Ont participé à l'élaboration du livret :

Mme Elise Cabecas (assistante sociale, Réseau NeuroSEP Auvergne),
Mr Gérald Langlet (assistant social, Réseau Rhône-Alpes SEP)
Docteur Marie-Caroline Pouget (médecin rééducateur, Lyon)



Remerciements à l'ensemble de l'équipe du Réseau NeuroSEP pour son soutien dans la réalisation de ce projet.

Mieux connaître
la SEP

Patient





Cette brochure vous est proposée
par **Biogen France SAS**

Sommaire

PAGE 6 SEP & HABITAT

- 7 Introduction
- 8 Législation
- 9 Financements

PAGE 11 GUIDE PRATIQUE « AMÉNAGER MON DOMICILE »

- 12 L'accès extérieur, le garage, le balcon, la terrasse et le jardin
- 13 Dans toutes les pièces de la maison
- 14 Les étages, les escaliers, les niveaux, la fenêtre et les volets
- 15 Dans la cuisine et la salle à manger
- 16 Dans la chambre et le salon
- 17 Spécificité des sanitaires : la salle de bain et les WC
- 18 Plans d'une maison « classique » et d'une maison aménagée
(illustrations en encart central)
- 20 Les démarches préalables à l'aménagement du logement

PAGE 22 COMMENT SE FAIRE AIDER ?

- 23 Les points de vigilance
- 24 Travail de l'ergothérapeute auprès des personnes atteintes de SEP
- 25 Qui solliciter ? Où ? Quelles démarches ?
- 26 L'assistant(e) social(e)
- 27 Les aides techniques

PAGE 28 GLOSSAIRE ET RÉFÉRENCES

SEP & HABITAT



Introduction

La sclérose en plaques (SEP) est une maladie chronique qui se manifeste de différentes façons. Elle est la première cause de handicap non traumatique de l'adulte jeune ⁽¹⁾.

L'évolution de la maladie est également singulière d'une personne à une autre. Elle peut évoluer lentement et/ou encore par poussées provoquant des troubles invalidants transitoires ou laisser des séquelles ⁽¹⁾ rendant le quotidien difficile.

Chaque situation doit donc faire l'objet d'un accompagnement spécifique pour répondre au mieux aux besoins identifiés par la personne concernée et/ou par son entourage.

Quand une situation de handicap survient, de façon transitoire ou définitive, le logement peut alors présenter de nombreuses difficultés. Le moindre obstacle peut rapidement devenir un casse-tête et demander de dépenser une

énergie conséquente pour le dépasser.

Il est fréquent que l'adaptation du logement nous amène à nous interroger à la suite d'une difficulté. L'anticipation des démarches en lien avec des professionnels peut permettre de faciliter le quotidien, de favoriser l'autonomie, d'apporter du bien-être et de limiter les risques pour la personne comme pour son entourage.

Ce guide illustré a pour but de vous donner des éléments pour aménager un logement adapté à vos besoins **actuels et futurs**. Vous y trouverez des conseils en aménagement global de votre domicile, des informations sur les professionnels à solliciter et sur les aides financières possibles pour vos projets.

IMPORTANT

Dans le domaine du handicap, les choses évoluent fréquemment : les lois, les normes, les aides financières mais également les techniques, les outils, les matériaux. Tous ces éléments peuvent influencer vos projets d'aménagement et parfois rendre possible ce qui ne l'était pas auparavant. Des professionnels sont là pour vous accompagner. Par exemple, l'ergothérapeute pour trouver avec vous les aménagements les plus adaptés à votre situation ou encore l'assistant social pour vous conseiller sur les moyens pour les financer.

Législation

Avant d'entreprendre tout projet d'aménagement de votre domicile, il est important de bien déterminer votre situation et celle de votre logement. En effet, les normes et les personnes à contacter varient, selon votre statut (propriétaire, locataire ou encore copropriétaire), et selon le type d'habitation et les travaux que vous envisagez : maison, appartement, local commercial, extension, travaux de démolition, travaux intérieurs ou extérieurs, etc.

• Pour les aménagements intérieurs :

Il faut tenir compte du règlement de copropriété, des obligations légales liées à votre statut (propriétaire ou locataire) mais également des normes techniques du bâtiment (exemples : murs porteurs, conduites d'eau, etc.)

Qui contacter ? Le propriétaire, le syndic de co-propriété, un artisan spécialisé, un architecte.

- **Pour vos démarches d'aménagements extérieurs ou touchant à l'aspect extérieur de votre logement**, les conditions dépendent de votre lieu d'habitation (exemples : zone pavillonnaire, centre-ville, Monuments Historiques de France, etc.).

Qui contacter ? Le propriétaire, le syndic de copropriété, la mairie, l'architecte des Bâtiments de France, un artisan spécialisé, un architecte.

• Point sur divers documents administratifs en lien avec les aménagements de domicile ⁽²⁾ :

- Certificat d'urbanisme : c'est un document informatif sur les règles d'urbanisme, les limitations administratives au droit de propriété, la liste des taxes et participations d'urbanisme.
- Déclaration préalable de travaux : elle peut être exigée par votre mairie avant de démarrer les travaux. Elle permet de vérifier que votre projet respecte les règles d'urbanisme en vigueur.
- Permis de construire : il concerne les travaux de construction de grande ampleur (construction d'une maison individuelle et/ou ses annexes). Toutefois, il s'applique également à plusieurs autres cas (certains agrandissements, construction d'un abri de jardin,...).

Liste non exhaustive, plus de renseignements sur www.service-public.fr

IMPORTANT

Pour vous aider à financer vos travaux, diverses aides peuvent être sollicitées. Dans tous les cas, il vous faudra remplir un dossier de financement. N'oubliez pas que vous pouvez vous faire aider par des professionnels (ergothérapeutes, assistant social, etc.). Il est fortement recommandé de demander plusieurs devis et d'attendre l'accord de financement des organismes sollicités avant de débiter les travaux. En effet, il est possible que les aides vous soient refusées si les travaux ont débuté.

Financements (3-5)

Des aides financières peuvent vous être accordées pour aménager votre logement. Elles peuvent dépendre de votre situation personnelle, par exemple de votre âge, de vos revenus, de votre situation de handicap et parfois même de votre situation professionnelle.

Ces aides dépendent également de la situation dans laquelle vous occupez votre logement : locataire, propriétaire, copropriétaire, etc.

➤ À SAVOIR

Selon votre statut, certaines aides peuvent vous être allouées pour vous aider financièrement pour un déménagement.

Focus sur les structures à solliciter :

- **MDPH** : Maison Départementale des Personnes Handicapées
Pour les personnes de moins de 60 ans ou personnes actives
 - Prestation de Compensation du Handicap (PCH)
 - Fond de Compensation
- **Conseil Départemental** :
Pour les personnes de plus de 60 ans ou retraitées
 - APA : Allocation Personnalisée d'Autonomie
- **ANAH** : Agence Nationale de l'Habitat
Pour les propriétaires
- **Caisses de retraites**
- **Centre des finances publiques**
- **Collectivités territoriales**
- **CAF** : Caisses d'Allocations Familiales
- **CPAM** : Caisses Primaires d'Assurance Maladie
- **Associations, comités d'entreprises, etc.**

➤ À SAVOIR

Pour faire le point sur vos droits, n'hésitez pas à vous rapprocher d'une assistante sociale qui pourra vous accompagner dans vos démarches.

« J'ai fait mon deuil de prendre une douche. »

Anne, 70 ans

« Je sors de moins en moins : je me casse la figure à chaque fois ! »

Georges, 45 ans

« L'ergothérapeute a su comprendre mes difficultés pour me faire des propositions d'aménagements adaptés. »

Amandine, 33 ans

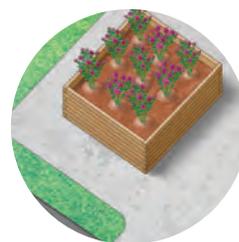
« Sans l'intervention de l'ergothérapeute, nous n'aurions jamais pensé à réaliser tous ces aménagements. Certains nous paraissaient superflus au départ mais aujourd'hui, avec l'évolution de la maladie, ils me permettent de rester autonome. »

Lisa et Christophe, 36 et 42 ans

GUIDE PRATIQUE

« Aménager mon domicile »

L'accès extérieur, le garage, le balcon, la terrasse et le jardin



➤ PENSER À

- **adapter le revêtement de sol** : il peut vous mettre en difficultés en créant des déséquilibres s'il est instable (graviers, terre, sable, etc.) et limiter l'utilisation d'aides techniques tels que déambulateur, fauteuil roulant, etc.
- **installer des rampes de seuils, fixes ou amovibles** : les dévers et seuils, même peu importants, peuvent vous déséquilibrer et être source de chutes.
- **installer des mains courantes** qui peuvent toujours vous servir d'appui.
- **prévoir un espace de sortie du véhicule suffisant** qui peut vous faciliter le transfert dans la voiture, que vous soyez conducteur ou passager, également si vous avez des affaires à sortir du véhicule.
- **prévoir des garde-corps et des bordures chasse-roues** pour les terrasses et les balcons : ils peuvent limiter les risques de chutes pour vous ainsi que pour les enfants.



QUELQUES ASTUCES

- **L'automatisation des ouvertures** de votre domicile (porte d'entrée, porte de garage) peut simplifier vos passages entre l'intérieur et l'extérieur du domicile.
- Une **lumière extérieure avec détecteur de mouvement** peut sécuriser et vous apporter un confort visuel pour sécuriser votre déambulation et accéder plus facilement à vos serrures.
- Dans votre jardin, **des bacs à votre hauteur ou des jardinières** peuvent vous permettre de maintenir cette activité (en limitant les risques de chutes et de douleurs dans le dos, par exemple).
- **L'arrosage automatique** peut vous éviter des désagréments liés au poids des arrosoirs et à l'humidité du sol.

Dans toutes les pièces de la maison



➤ PENSER À

- **créer les espaces nécessaires** : à l'intérieur de chaque pièce et en dehors de l'espace d'ouverture des portes, vous devez pouvoir marcher en toute sécurité, avec ou sans aide technique et faire demi-tour, y compris avec un fauteuil roulant.
- **prévoir des espaces accessibles au rez-de-chaussée en cas d'apparition de déficits moteurs, durables ou temporaires (poussées)** : chambre, salle d'eau et WC doivent pouvoir être aménagés rapidement afin de répondre à vos besoins.
- **placer les objets que vous utilisez le plus à votre portée.**
- **adapter la température du chauffage** : la chaleur peut intensifier les symptômes si vous êtes thermosensible (phénomène d'Uhthoff*). En été, une climatisation réversible peut améliorer votre confort.
- **adapter l'éclairage** : lumière et contrastes sont indispensables pour orienter votre regard et votre attention pour des activités plus fonctionnelles.



QUELQUES ASTUCES

- Des **commandes à distance** se développent de plus en plus : elles peuvent faciliter votre quotidien, notamment pour l'ouverture et la fermeture des volets, la luminosité dans votre logement, la gestion de la télévision, de votre téléphone, etc.
- De **nombreux systèmes permettent de varier la hauteur du mobilier** : il pourra s'adapter ainsi à toute la famille, petits ou grands.
- Les **portes coulissantes** permettent de libérer de l'espace dans vos différentes pièces. Faites attention toutefois à choisir une poignée de porte fonctionnelle et adaptée.
- Les **fils électriques peuvent être placés dans des gaines** et écartés du passage pour éviter de vous entraver.

* Survenue transitoire des symptômes liés à la SEP dès que la température du corps augmente.

Les étages, les escaliers, les niveaux, les fenêtres et les volets



➤ PENSER À

- **adapter le revêtement de sol dans l'escalier** : il existe des nez de marche et des revêtements anti-dérapants.
- **faire installer des rampes de seuil amovibles ou fixes** pour franchir les petites et moyennes marches, en faisant attention au revêtement utilisé.
- **placer les poignées de fenêtre en position basse** pour faciliter leur ouverture, même en position assise.
- **faciliter et sécuriser le franchissement des escaliers** : différents systèmes existent et peuvent s'adapter à tous les types d'escaliers intérieur et extérieur (plateforme monte-escalier, siège monte-escalier, etc.).

Il est important de faire évaluer par un ergothérapeute la pertinence de l'aménagement choisi. Notamment dans sa facilité d'utilisation, son adaptation à la situation actuelle et également dans l'anticipation en cas d'évolution temporaire ou non des différents déficits.



QUELQUES ASTUCES

- Mettre une **rampe de chaque côté de votre escalier** facilite son franchissement.
- **Une ou deux barres d'appui** peuvent suffire s'il n'y a qu'une seule marche.
- Des **cheminements lumineux** existent à l'intérieur, avec détection de présence en cas de troubles visuels.
- Les **fenêtres avec système oscillo-battant** permettent de tempérer la pièce en limitant les courants d'air.

Dans la cuisine et la salle à manger



➤ PENSER À

- **ranger les ustensiles les plus utilisés à hauteur favorable** pour vous. En effet, avoir tout à portée de main, évite de vous mettre dans des situations à risques et facilitera votre quotidien (chutes, limitation de la fatigue).
- **prévoir des espaces dégagés sur vos meubles** pour faire glisser les éléments lourds (casserole pleine d'eau chaude, par exemple).
- **prévoir une desserte à roulettes** pour transporter des objets d'une pièce à l'autre : par exemple du plan de travail de votre cuisine à la table de la salle à manger. Cette desserte pourra servir pour d'autres activités comme le rangement du linge.



QUELQUES ASTUCES

- Des solutions de **plans de travail à hauteur variable** existent.
- Des **rangements astucieux avec systèmes de rotations** permettent un accès facilité et d'utiliser les espaces de rangement à leur maximum.
- Les **éléments et les meubles bas peuvent être retirés** pour favoriser votre approche et votre positionnement au plus près des évier, four et plaques de cuisson.
- Des **rehausseurs de meubles** peuvent également faciliter votre positionnement à la table (pour le passage des jambes).

Dans la chambre et le salon



➤ PENSER À

- **limiter les risques de chute liés aux tapis** : il est possible de les fixer au sol, mais les retirer reste la solution la plus efficace (certains peuvent servir de décoration murale).
- **créer un espace de transfert pour faciliter votre accès et vos déplacements** autour du lit, du canapé et des rangements : cet espace doit être libre de tout obstacle.
- **remplacer votre lit par un lit électrique à hauteur variable ou lit médicalisé** : il permet de moduler la hauteur du sommier et de pouvoir relever la tête de lit jusqu'à la position assise ; cela peut être utile pour vous aider à engager votre transfert.
- **ranger vos affaires** à une hauteur favorable pour vous.
- **la fermeté de vos matelas et canapés** : s'ils sont trop mous, ils peuvent limiter vos capacités à vous relever.



QUELQUES ASTUCES

- Le **lit et le canapé peuvent facilement être surélevés** pour faciliter vos transferts.
- Des **aides techniques existent pour faciliter les transferts** au lit ou depuis un canapé (en savoir plus : page 27 « **Aides techniques** »).
- Un **interrupteur va-et-vient placé près de votre lit** simplifiera vos soirées et limitera vos déplacements.
- Un **détecteur de mouvement** vous évitera de chercher l'interrupteur la nuit.
- Des **commandes à distance** peuvent contrôler divers appareils comme les volets roulants électriques, les lampes et les appliques, la télévision, la radio.

Spécificité des sanitaires : la salle de bain et les WC



➤ PENSER À

- **adapter la baignoire** : il est possible d'y ajouter des aides techniques type planche ou siège pivotant de bain pour la rendre accessible : contactez un ergothérapeute.
- **sécuriser l'entrée et la sortie de douche** : attention aux rebords et aux revêtements de sol qui doivent répondre aux normes en vigueur concernant l'antidérapant sur sol mouillé. Les tapis peuvent être source de chute dans ces pièces également.
- **installer des barres d'appui** : elles permettent de se sentir plus en sécurité et apportent un appui supplémentaire. La hauteur et la disposition des barres peuvent être discutées avec un ergothérapeute.
- **regrouper salle d'eau et WC dans une même pièce** : la création d'une grande salle d'eau permet d'augmenter la place disponible pour circuler et faciliter vos transferts.
- **retirer le meuble sous le lavabo** : cela vous permet de vous installer plus confortablement en position assise, face au lavabo.
- **installer des mitigeurs thermostatiques** : ils vous permettent de choisir plus facilement la température de l'eau. Ils permettent également de limiter les risques de brûlures et de prévenir le phénomène d'Uhthoff*.



QUELQUES ASTUCES

- L'**ajout d'un siège dans la douche** peut vous aider à réaliser votre toilette seul plus longtemps et à économiser votre énergie. Il sera à choisir en fonction de la taille de votre douche et de votre autonomie. Pour anticiper l'évolution probable de la maladie, il est préférable de prévoir un siège avec dossier, accoudoirs et roulettes.
- WC : la **hauteur du WC** peut favoriser ou compliquer vos transferts si elle n'est pas **adaptée** à votre morphologie. Renseignez-vous sur les WC lavants de type WC japonais qui peuvent favoriser votre autonomie.
- L'**utilisation du bidet peut être détournée**, par exemple pour se laver les pieds.
- Lavabo : **certains modèles de lavabos sont ergonomiques** et vous permettent de vous appuyer dessus ou encore de vous aider au transfert.

* Survenue transitoire des symptômes liés à la SEP dès que la température du corps augmente.

PLAN D'UNE MAISON « CLASSIQUE »





WC

- Pour gagner en autonomie, un **WC japonais** lavant peut être installé.
 - Si des barres d'appui fixe ne peuvent être installées, il est possible selon la configuration des WC d'utiliser un **cadre de toilette** réglable en largeur et hauteur.
-

SALLE DE BAIN

- Il est préférable d'utiliser une **chaise de douche mobile, avec ou sans roulettes** pouvant être disposée selon les besoins, hors et dans la douche.
 - Si une douche à siphon de sol ne peut pas être installée, il est possible de faire installer un **bac de douche extra-plat** avec une **pompe de relevage des eaux**.
-

SALON

- L'utilisation de **commande vocale** peut faciliter la gestion de certains éléments de la maison. Par exemple l'ouverture/fermeture des volets ou encore l'allumage/extinction des lumières.
 - Installer des **interrupteurs va-et-vient** pour éviter des déplacements.
-

PORTE D'ENTRÉE

- Des **portes avec ouverture automatique** (ouverture électrique) peuvent être installées pour faciliter le cheminement.

PLAN D'UNE MAISON « AMÉNAGÉE »





CHAMBRE

- Des **barres d'appuis de lit** peuvent être facilement installées sur le lit d'origine pour faciliter et sécuriser les transferts.
 - Un **lit avec des fonctions électriques** (de type lit médicalisé), notamment la fonction électrique pour varier la hauteur du sommier, facilite et sécurise les transferts.
-

CUISINE

- Des **meubles à hauteurs variables** peuvent être installés pour faciliter leurs accès.
 - L'utilisation d'un **siège assis-debout** peut faciliter certaines activités quotidiennes en limitant les efforts pour les réaliser.
-

EXTÉRIEUR

- Les **plateformes monte-escalier** peuvent également être installés dans la maison.
- Des **rampes de seuils** (fixes ou mobiles) peuvent être installés pour faciliter le franchissement de certains obstacles.
- L'installation d'**éclairages automatiques** sécurisent les déplacements. Ils peuvent être installés tant à l'intérieur qu'à l'extérieur de la maison.

Démarches préalables à l'aménagement du logement

| | JE SUIS... | | | |
|--|--|---|--|--|
| | Propriétaire | | | |
| | Occupant | Bailleur | | Copropriétaire |
| Démarches préalables à un aménagement de mon logement (informations sur service-public.fr) | Création d'une extension : s'adresser en mairie | Je souhaite l'occuper en résidence principale : « Congé pour habiter » | Je souhaite aménager mon logement pour un(e) locataire atteint(e) de SEP | Travaux des communs ou de l'extérieur du logement : accord à demander à l'Assemblée Générale de la copropriété |
| | Travaux à l'intérieur du logement : contraintes techniques à évaluer | « Le bailleur peut donner congé à son locataire à l'échéance du bail » | | Travaux à l'intérieur du logement : contraintes techniques à évaluer |
| JE PEUX M'ADRESSER À... | CRITÈRES SPÉCIFIQUES | | | |
| MDPH : PCH logement | J'ai ≤ 60 ans# ou si je travaille | | Selon dossier du locataire | J'ai ≤ 60 ans# ou si je travaille |
| Fond de compensation | € | € | | € |
| Conseil Département : APA | J'ai ≥ 60 ans# ou si je suis retraité | J'ai ≥ 60 ans# ou si je suis retraité | | J'ai ≥ 60 ans# ou si je suis retraité |
| ANAH | € Conditions d'âge du logement | € Conditions d'âge du logement | € Conditions d'âge du logement | € Conditions d'âge du logement |
| Caisse de retraite | € | € | | € |
| Centre des finances publiques (informations sur impots.gouv.fr) | Crédit d'impôt possible l'année suivante | Crédit d'impôt possible l'année suivante sur la résidence principale uniquement | Selon dossier du locataire | Crédit d'impôt possible l'année suivante |
| CAF (informations sur caf.fr) | € | € | € | € |
| Collectivités | Informations en ADIL ou sur www.anil.org | | | |

€ : dépend des ressources financières

: âge à la date de la première demande d'aide

Pour faire le point sur vos droits, n'hésitez pas à vous rapprocher d'une assistante

JE SUIS...

Locataire

Bailleur privé

Bailleur social

Demande écrite d'aménagement du logement à envoyer au bailleur

Demande écrite d'aménagement du logement à envoyer au bailleur

J'envisage un déménagement

L'absence de réponse vaut pour accord (délai légal sur service-public.fr)

CRITÈRES SPÉCIFIQUES

J'ai ≤ 60 ans#
ou si je travaille

J'ai ≤ 60 ans#
ou si je travaille

x

€

€

J'ai ≥ 60 ans#
ou si je suis retraité

J'ai ≥ 60 ans#
ou si je suis retraité

Crédit d'impôt possible l'année suivante

Avantage fiscal possible pour le bailleur

€

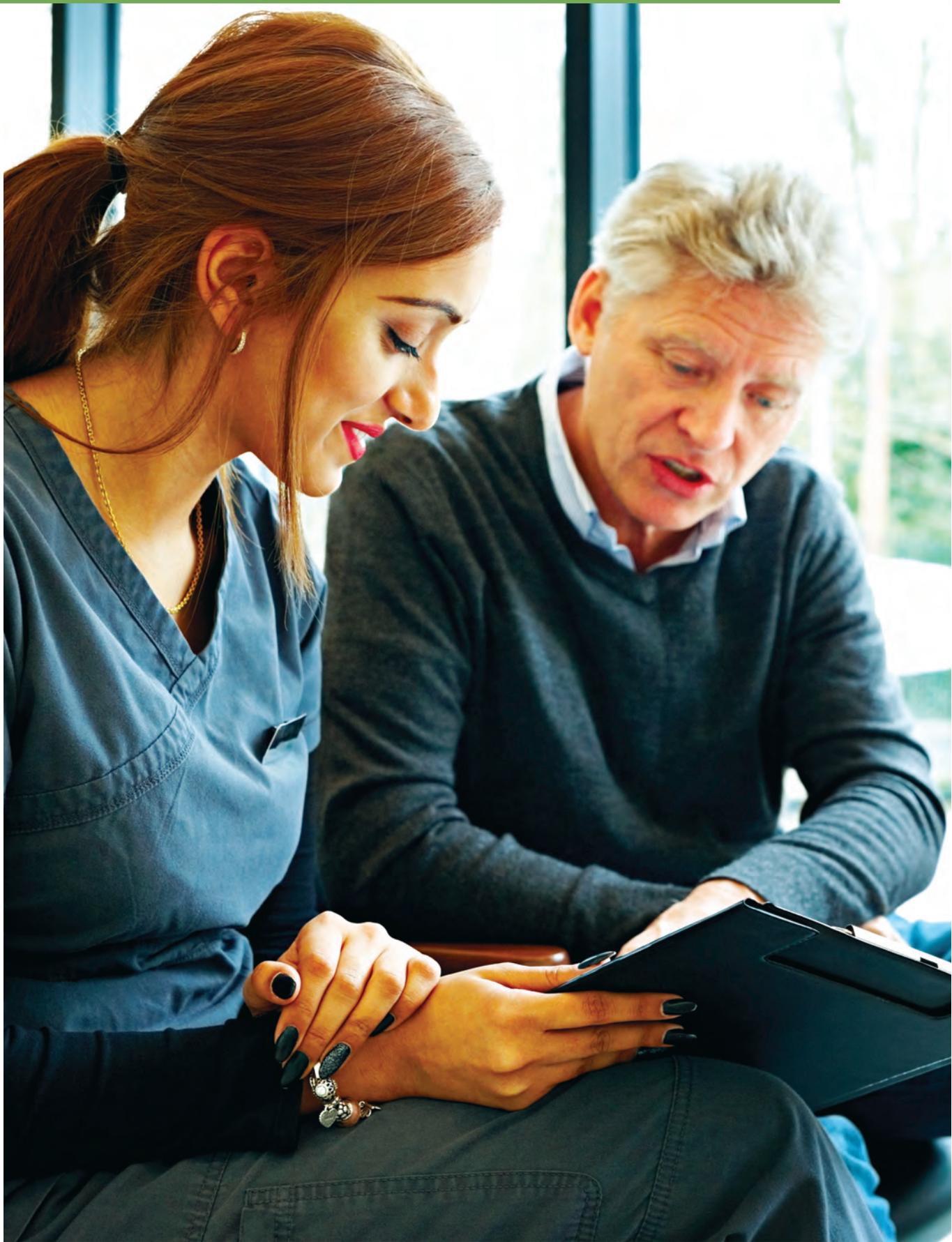
€

x

Informations en ADIL ou sur www.anil.org

te sociale qui pourra vous accompagner dans vos démarches.

COMMENT SE FAIRE AIDER ?



Les points de vigilance



Les « normes »

Des normes d'accessibilité liées au handicap ont été réalisées pour les établissements recevant du public et sont basées sur l'ergonomie de la population générale. En matière d'aménagements au sein du domicile, il faut privilégier la singularité de chaque personne, de sa situation et de son environnement.

L'ergothérapeute peut vous aider à déterminer les aménagements nécessaires : en termes de dimensions utiles à prévoir, selon votre situation et celle de votre entourage.

Assurances et Garanties

Il existe des obligations d'assurance pour la réalisation de travaux. Ces obligations concernent à la fois le client (maître d'ouvrage) et le professionnel du bâtiment, maître d'œuvre ou entreprise.

Assurez-vous que le professionnel du bâtiment que vous choisissez est bien assuré en **garantie décennale** pour l'année de réalisation des travaux.

Du sol au plafond : points de vigilance sur mon logement

Le **revêtement de sol** est important : une surface antidérapante permet de favoriser les déplacements avec ou sans aide technique. Des normes existent concernant l'antidérapant et doivent être connues de votre artisan.

À l'extérieur, les terrains instables (gravillons, sable, etc.) peuvent vous mettre en difficulté tout comme la présence de pentes, dévers et marches.

Toute marche de plus de **2 cm** de hauteur peut présenter une difficulté de franchissement et limiter l'utilisation d'aide technique (par exemple : rollator, siège de douche ou desserte à roulettes, etc.). Elle peut être également une source de risque de chute (par exemple : pas trainant, fatigue excessive, etc.). Les tapis peuvent causer les mêmes difficultés et les mêmes risques.

Dans chaque pièce, vous avez besoin d'**espace** : il doit être suffisant pour réaliser des demi-tours, transferts, voire permettre à une tierce personne de vous accompagner dans vos déplacements. Ainsi, les espaces d'ouverture des portes « ne comptent pas » comme des espaces libres.

Le travail de l'ergothérapeute auprès des personnes atteintes de SEP

Qui est-il ?

- C'est un professionnel de santé soumis à la réglementation du code de la Santé Publique ⁽⁶⁾.
- Il est titulaire d'un diplôme d'état (Bac +3) ou d'une équivalence ⁽⁶⁾.
- Il est soumis au secret professionnel ⁽⁶⁾.

Son rôle est « *de maintenir, de restaurer et de permettre les activités humaines de manière sécurisée, autonome et efficace* » ⁽⁶⁾.

Pour cela « *il prévient, réduit ou supprime les situations de handicap en tenant compte des habitudes de vie des personnes et de leur environnement* » ⁽⁶⁾.

Que fait-il pour le logement ?

- Il effectue une **visite à domicile** pour évaluer avec le patient et ses proches les éléments problématiques que peut présenter le logement. Il prend en compte les difficultés déjà présentes mais également celles susceptibles d'apparaître si la situation de handicap venait à évoluer.
- Il donne des **conseils**, qui peuvent être rédigés sous la forme d'un compte rendu ergothérapique, reprenant le projet du patient et les solutions à mettre en œuvre pour sécuriser, faciliter et permettre les accès et les activités dans le lieu de vie. Ces conseils peuvent être de plusieurs niveaux : de la mise en place de matériel adapté au réaménagement de certaines pièces du logement.
- Enfin, il peut accompagner le patient dans la recherche des artisans, dans la réalisation des dossiers de financement, mais également dans la réadaptation du patient dans son nouveau lieu de vie.
- Il n'est ni architecte, ni maître d'œuvre, ni artisan mais il peut **collaborer** et **accompagner** ces professionnels pour améliorer votre habitat. Il peut apporter à ces professionnels des précisions sur vos difficultés et ainsi mieux les faire comprendre.

Qui solliciter ? Où ? Quelles démarches ? ⁽⁷⁾

Où trouver un(e) ergothérapeute pour l'évaluation du domicile ?

- Maison Départementale de la Personne Handicapée (MDPH)
- Hôpital de jour
- Centre de Rééducation et de Réadaptation Fonctionnelles (CRRF)
- Clinique
- Établissement d'Hébergement pour Personnes Âgées Dépendantes (EHPAD)
- Centre d'Information et de Conseils en Aides Techniques (CICAT)
- Association de personnes handicapées
- Service d'Éducation et de Soins Spécialisés à Domicile (SESSAD)
- Foyer d'Accueil Médicalisé (FAM)
- Maison d'Accueil Spécialisé (MAS)
- Collectivité locale (CCAS)
- Cabinet d'ergothérapie libéral
- Établissement et Service d'Aide par le Travail (ESAT)
- Assurances
- Centre Local d'Informations et de Coordination (CLIC)
- Centre Médico-Psychologique (CMP)
- Entreprise commerciale
- Établissement Spécialisé pour une Vie Autonome à Domicile (ESVAD)
- Institut Médico-Educatif (IME)
- Site pour la Vie Autonome (SVA)
- Service de Soins Infirmiers À Domicile (SSIAD)
- Service d'Accompagnement Médico-Social pour Adultes Handicapés (SAMSAH)
- Unité d'Évaluation, de Réentraînement et d'Orientation Sociale et/ou professionnelle (UEROS)
- Unité Mobile d'Évaluation
- Unité de Soins Longue Durée (USLD)
- Réseaux de santé et d'appui à la coordination

➤ LIEU DE RENCONTRE

L'ergothérapeute doit idéalement vous rencontrer dans votre lieu de vie. Si ce n'est pas possible, il peut vous recevoir dans des espaces dédiés mais également vous conseiller sur plans, photographies ou encore par visioconférence.

L'assistant(e) social(e)

Dans toutes les situations, vous pouvez vous adresser à un(e) assistant(e) de service social qui pourra vous aider dans le choix et la réalisation des dossiers de demandes de subventions.

Qu'est-ce qu'un assistant de service social ?

L'assistant(e) social(e) a pour mission d'évaluer votre situation afin de vous **informer sur vos droits**. Il/Elle peut vous accompagner dans l'**ouverture de ces droits**.

Il/Elle est soumis(e) au secret professionnel et a également pour mission la **protection des personnes** ⁽⁷⁾.

Ses objectifs sont ⁽⁷⁾ :

- d'améliorer les conditions de vie des personnes sur le plan social, sanitaire, familial, économique, culturel et professionnel,
- de développer les capacités propres à chacun pour maintenir ou restaurer son

autonomie et faciliter sa place dans la société,

- de mener avec les personnes toute action susceptible de prévenir ou de surmonter leurs difficultés,
- d'informer les intéressés sur leurs droits en matière de prestations sociales, médicales, d'accès à la formation, au logement ⁽⁹⁾.

➤ LIEU DE RENCONTRE

À la mairie, à la maison sociale de votre département, dans le centre hospitalier qui vous suit, dans votre entreprise (privée comme publique), dans les institutions publiques (CAF, CPAM, MSA, Caisse de retraite, etc.) ⁽⁷⁾.

IMPORTANT

En fonction de votre situation, une orientation vers d'autres professionnels sociaux plus spécialisés pourra vous être proposée.

Les aides techniques ^(10, 11)

Une aide technique, c'est :

« Tout produit, instrument, équipement ou système technique utilisé par une personne handicapée, fabriqué spécialement ou existant sur le marché, destiné à prévenir, compenser, soulager ou neutraliser la déficience, l'incapacité ou le handicap. »

(CNSA, 2017)

- Les aides techniques peuvent compléter l'aménagement de votre logement. Elles peuvent vous venir en aide dans une multitude d'activités de votre vie quotidienne : par exemple les déplacements, la toilette, le repas, les loisirs, etc.

Par exemple : barres d'appui, sièges de bain, desserte à roulette, couverts adaptés, pince à long manche, antidérapant, etc.

- Un ergothérapeute peut vous aider à choisir et trouver l'aide technique qui correspond le mieux à vos besoins, vos difficultés, votre situation et l'évolution possible de votre maladie. Pour se faire, il peut vous accompagner dans la

réalisation d'essais en situation réelle (chez vous ou dans un lieu dédié). L'ergothérapeute peut également demander le soutien d'un prestataire de matériel médical (de votre choix) ou d'un professionnel spécialisé selon le matériel demandé.

- Des matériels sont disponibles sur le marché « grand public » et ne nécessitent pas toujours de prescription. Attention toutefois à être certain(e) qu'ils soient bien adaptés à vos capacités et à vos besoins.

→ Faites appel à un ergothérapeute.

- Le financement des aides techniques dépend à la fois du produit concerné et de la situation de chacun.

Différents financeurs peuvent contribuer à l'acquisition d'une aide technique : Sécurité Sociale, Mutuelle, MDPH, APA, Caisse de retraite, etc.

→ Adressez-vous à une assistante sociale.

IMPORTANT

Vous êtes libre d'acheter votre matériel où vous le souhaitez. Il est recommandé de demander à essayer le matériel afin de vous assurer qu'il convient à vos besoins, à votre environnement et à vos capacités. Le droit de rétractation est légalement encadré, plus d'informations sur [legifrance.gouv.fr](https://www.legifrance.gouv.fr)

Glossaire des sigles

ANAH : Agence Nationale de l'Habitat

ANIL/ADIL : Agence Nationale/ Départementale pour l'Information sur le Logement

APA : Allocation Personnalisée d'Autonomie

CAF : Caisse d'Allocations Familiales

CNSA : Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie

CPAM : Caisse Primaire d'Assurance Maladie

MDPH : Maison Départementale de la Personne Handicapée

PCH : Prestation de Compensation du Handicap

SEP : Sclérose En Plaques

Références

(1) www.INSERM.fr/informations-en-sante/dossiers-information/sclerose-en-plaque-sep

(2) www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/N319

(3) www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F14202

(4) www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1616

(5) www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1328

(6) <https://www.anfe.fr/l-ergotherapie/6-la-profession>

(7) <https://www.anfe.fr/lieux-d-exercice>
<https://www.anfe.fr/l-ergotherapie/la-profession>

(8) https://www.anas.fr/DEFINITION-DE-LA-PROFESSION-ET-DU-CONTEXTE-DE-L-INTERVENTION_a201.html

(9) <https://www.cidj.com/metiers/assistante-sociale-assistant-social>

(10) Guide des droits et devoirs des consommateurs en aides techniques (APF, 2007).

(11) Accès aux aides techniques : élément 2 de la prestation de compensation du Handicap - dossier technique (CNSA, 2017).



Découvrez CLEO, l'application personnalisée pour mieux vivre avec la sclérose en plaques.



Disponible sur iPhone et Android
www.cleo-app.fr

Contactez-nous



www.biogen.fr



 **N° Vert 0 800 84 16 64**

APPEL GRATUIT DEPUIS UN POSTE FIXE



Biogen France SAS
Tour CBX
1, Passerelle des Reflets
92913 Paris La Défense Cedex - France

SAS au capital de 40 000 euros - RCS Nanterre 398410126