CF 63f

Une habitation accessible dès la conception – les salles de bains

LA CONCEPTION UNIVERSELLE

La conception universelle est un concept qui vise à répondre aux besoins fonctionnels de chacun : les enfants, les adultes et les aînés, à mobilité réduite ou non, avec ou sans déficience.

L'un des buts de la conception universelle consiste à maximiser la facilité d'utilisation des milieux intérieurs. Tout le monde apprécie une salle de bains bien conçue, sécuritaire et spacieuse, facile à utiliser et qui invite à la détente.

Avant de concevoir une salle de bains universellement accessible, il faut déterminer qui seront ses utilisateurs potentiels et prévoir les besoins de tous les membres de la famille et des visiteurs qui l'utiliseront.

LA CONCEPTION DE SALLE DE BAINS

L'une des dernières tendances en matière de conception de salle de bains porte sur la création de pièces spacieuses qui intègrent diverses caractéristiques et offrent une flexibilité d'utilisation. Ainsi, les salles de bains sont plus adaptables et confortables pour les personnes et les familles.

L'encadré intitulé « Principes de la conception universelle », à la page 19, résume les éléments clés de la conception universelle.

Dans ce document, les termes en caractères **gras** sont définis dans le « Glossaire » de la page 18.

Photo : Betty Dion

Figure 1 Grande salle de bains accessible

Canada

SCHL CMHC
AU CŒUR DE L'HABITATION

Le principe de la conception universelle, dont l'objectif est de satisfaire les besoins de tous les utilisateurs, est intégré à de nombreux éléments de la salle de bains, notamment les baignoires, les douches, l'éclairage et le revêtement de sol.

En offrant la flexibilité dans le choix des caractéristiques conceptuelles et en intégrant l'adaptabilité à la conception de la salle de bains, on prolonge la vie et l'utilité de cette pièce, ce qui favorise le « **vieillissement sur place** ».

Ce principe est de plus en plus populaire auprès des familles et des personnes qui décident de demeurer dans leur maison et leur quartier à mesure qu'elles grandissent et vieillissent. La planification qui tient compte de l'évolution des besoins et des capacités des personnes permet d'adapter périodiquement la salle de bains en fonction des nouvelles exigences, réduisant ainsi la nécessité de procéder plus tard à de coûteuses rénovations.

Une salle de bains de conception universelle allie confort et sécurité pour tous les membres de la famille. Il faut donc porter attention à tous les éléments de conception associés à la salle de bains :

- dimensions et emplacement de la salle de bains dans la maison;
- configuration de la toilette, de la baignoire et de la douche dans la salle de bains;
- type de baignoire ou de douche préféré;
- revêtements de sol et de murs;
- questions liées à la sécurité, comme la résistance au glissement du plancher, la présence de barres d'appui ou de rails de soutien;
- besoins de rangement;
- types d'éclairage;
- utilisation globale des couleurs et de l'espace.

La planification des besoins futurs est une bonne pratique. Les principes de la conception universelle et du **Bâti-Flex**[MC] favorisent également la flexibilité, l'adaptabilité, la sécurité et l'efficacité.

Posez-vous les questions suivantes :

- Combien de salles de bains avez-vous? Combien de personnes partagent la salle de bains?
- Avez-vous besoin d'un accès facile et rapide à la salle de bains?
- Est-ce que vous et votre famille préférez utiliser la douche ou la baignoire?
- Avez-vous une déficience qui influe sur la façon dont vous utilisez la salle de bains?
- Avez-vous besoin d'aide pour utiliser la baignoire ou la douche?
- Craignez-vous la chute, dans la salle de bains, d'un membre de la famille qui vit avec vous ou qui vous rend souvent visite?

Vos réponses à ces questions importantes vous aideront à déterminer vos exigences pour la conception de votre salle de bains. En fonction de ces exigences, il vous faudra tenir compte des éléments suivants :

- Conception efficace
- Effort minimal
- Adaptabilité
- Facilité de nettoyage
- Espace de manœuvre
- Sécurité

Conception efficace

Commencez par vous poser des questions générales de planification ayant trait notamment à l'emplacement de la salle de bains : Y a-t-il une salle de bains accessible? Y a-t-il une salle de bains à chaque étage? Y a-t-il une seule salle de bains pour un certain nombre de personnes? Y a-t-il une salle de bains pour les visiteurs? Y a-t-il une salle de bains communicante?

Dans le passé, les concepteurs de salles de bains mettaient l'accent sur la configuration des appareils dans un petit espace. Mais de nos jours, les propriétaires-occupants préfèrent de plus en plus les grandes salles de bains, surtout dans les maisons récentes, qui comprennent une douche et un spa ou une baignoire, une toilette, un ou deux meubles-lavabos et parfois même un urinoir ou un bidet.

La conception d'une salle de bains qui maximise la sécurité et la commodité est la pierre angulaire d'une bonne conception.

Photo : Betty Dion

Figure 2 Baignoire avec rebord pour s'asseoir et commandes accessibles

Cette mode des grandes salles de bains favorise la manœuvrabilité des personnes qui, ayant pris de l'âge, peuvent devoir utiliser un dispositif d'aide à la mobilité. Toutefois, les personnes dont la mobilité est très réduite voudront peut-être prévoir des appuis pour leurs déplacements dans une grande salle de bains. Si votre mobilité est réduite ou que vous éprouvez des difficultés d'équilibre, il est important de tenir compte d'éléments de sécurité additionnels, tels que des commandes facilement accessibles (voir la figure 2) et des barres d'appui situées à côté de la toilette et à proximité de la baignoire ou de la douche.

Le concepteur d'une salle de bains sécuritaire doit aussi prévenir les chutes. Les chutes sont fréquentes dans la salle de bains, mais on peut les éviter par une planification soigneuse et un choix judicieux des matériaux. Les salles de bains doivent être munies d'une barre d'appui verticale montée au mur que les personnes peuvent tenir lorsqu'elles entrent dans la baignoire ou la douche et qu'elles en sortent. La surface des baignoires et des douches doit être antidérapante et l'éclairage et la ventilation de la pièce doivent être adéquats.

FACTEURS DE CONCEPTION

Effort minimal

La conception en fonction d'un effort minimal est un principe important de la conception universelle. Pour planifier une salle de bains efficace, il faut tenir compte de son emplacement et de la relation entre tous les éléments qui s'y trouvent. Par conséquent, les éléments connexes seront regroupés au même endroit. Il est logique de situer le rangement des produits de maquillage et des médicaments près du meuble-lavabo. De même, on placera les serviettes et autres articles de toilette près de la baignoire ou de la douche pour que l'utilisateur marche le moins possible dans la pièce lorsqu'il est mouillé.

Pour assurer une flexibilité et une efficacité de l'effort, il faut prévoir du rangement à des hauteurs variées, une diversité d'options d'éclairage, un endroit adéquat pour s'asseoir devant le lavabo et un comptoir sur lequel on peut placer divers objets faciles à voir et à saisir. Certaines personnes qui utilisent des fauteuils roulants de douche auront peut-être besoin de plus d'espace de rangement.

Si la salle de bains est suffisamment grande pour qu'on y installe une laveuse et une sécheuse, veuillez consulter la publication intitulée *Une habitation accessible dès la conception – les appareils* de la collection générale « Votre maison » de la SCHL. Vous y trouverez d'autres suggestions de conception.

Adaptabilité

La pomme de douche sur support coulissant vertical réglable à des hauteurs variées, le siège de toilette surélevé, les barres d'appui qui se rabattent, les tiroirs de rangement et les régulateurs de température programmables pour la douche sont tous des éléments qui assurent l'adaptabilité.

Si vous n'avez pas souvent besoin d'un dégagement pour les jambes sous le lavabo (dans une salle de bains visitable, par exemple), vous pouvez utiliser l'espace pour y placer un meuble de rangement mobile (voir la figure 3).

Prévoyez un espace de manœuvre adéquat et un fond de clouage ou renforcement pour lève-personne en cas de besoin actuel ou futur.

Figure 3 Rangement mobile sous le lavabo

Pour obtenir de plus amples renseignements, consultez le feuillet documentaire de la collection « Votre maison » de la SCHL intitulé : *Une habitation accessible dès la conception – les lève-personnes résidentiels.*

Facilité de nettoyage

Lorsque vous choisissez les baignoires, revêtements de sol, toilettes et douches, n'oubliez pas de prendre en compte les revêtements de finition des surfaces. Par exemple, les revêtements des murs et du plancher de la douche doivent être conçus pour se drainer entièrement afin de prévenir la prolifération des moisissures. Il est extrêmement important de bien ventiler la salle de bains pour éliminer l'air humide et réduire le risque d'apparition de moisissure.

Les revêtements de sol doivent être antidérapants tout en étant faciles à nettoyer et à entretenir.

Le nettoyage de la salle de bains ne doit demander qu'un effort minimal. Prévoyez éliminer les zones difficiles à atteindre et choisissez des matériaux qui ne demandent pas de produits de nettoyage spécialisés (voir la figure 4).

Les produits de nettoyage pour la salle de bains doivent être rangés dans des endroits faciles à atteindre, préférablement dans des tiroirs ou des paniers coulissants qui permettent de voir et de saisir facilement les produits. Si la famille comprend des enfants, des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer, des personnes dont la mémoire est déficiente ou d'autres qui ont une déficience développementale, portez une attention particulière au rangement sécuritaire de ces produits.

Sécurité

Dans une salle de bains, il importe de mettre la sécurité au premier plan. La salle de bains est le lieu de multiples chutes et accidents. Il est vraiment important que le revêtement de sol soit antidérapant, surtout pour les personnes qui sortent de la baignoire ou de la douche.

Photo : Norbert Koeck

Figure 4 Facilité de nettoyage

Il est conseillé d'éviter les tapis de salles de bains, parce qu'ils peuvent faire trébucher et qu'ils constituent un obstacle pour de nombreuses personnes à mobilité réduite. Par contre, c'est une excellente idée de placer un tapis antidérapant dans la baignoire pour prévenir un glissement ou une chute.

Les brûlures sont un autre danger de la salle de bains, surtout pour les enfants et les personnes qui ont une sensibilité réduite ou qui ne perçoivent pas bien les changements de température. On peut installer des vannes de mélange qui empêchent la température de l'eau d'excéder 49 °C (120 °F). Pour éviter la croissance de la bactérie *Legionella*, il n'est toutefois pas recommandé de régler le réservoir à eau chaude à une température inférieure à 60 °C (140 °F).

Évitez les arêtes vives sur les surfaces de la salle de bains, pour prévenir les blessures en cas de chute, et envisagez diverses options d'éclairage. Enfin, il est grandement conseillé d'installer des barres d'appui.

Les porte-serviettes ne sont pas conçus pour servir d'appui dans la salle de bains. Ils peuvent, par contre, être remplacés par des barres d'appui qui remplissent les deux fonctions.

Les barres d'appui doivent être installées en fonction des besoins particuliers des utilisateurs. Il existe une grande variété de barres d'appui; certaines se rabattent et d'autres sont installées en permanence (voir la section portant sur les barres d'appui à la page 11).

> Lorsque vous réaménagez ou rénovez votre salle de bains, c'est le moment idéal de penser à prévenir les chutes et d'intégrer à vos plans des barres d'appui, des surfaces antidérapantes et un éclairage et une ventilation adéquats.

Espace de manœuvre

Le concepteur d'une salle de bains destinée à l'utilisateur d'un ambulateur (« marchette ») ou d'un fauteuil roulant doit prévoir un espace de manœuvre suffisant de 750 x 1 200 mm (30 x 47 po) devant ou à côté de tous les appareils, y compris la baignoire, la douche et les espaces de rangement. Il est particulièrement important de ménager un espace de manœuvre devant toutes les commandes, de sorte qu'il ne sera pas nécessaire de se pencher pour les atteindre, ce qui pourrait entraîner une chute. N'oubliez pas de prévoir suffisamment d'espace de manœuvre devant toutes les fenêtres et leurs dispositifs d'ouverture (voir les figures 5 et 6).

Il faut prévoir un espace de manœuvre minimal de 1 500 x 1 500 mm (59 x 59 po) dans la salle de bains pour tourner et s'approcher de ses éléments. Les utilisateurs de fauteuils roulants motorisés ou de cyclomoteurs ont besoin d'un plus grand rayon de braquage et d'un espace de manœuvre minimal de 1 800 x 1 800 mm (71 x 71 po), selon les dimensions de leur dispositif d'aide à la mobilité. Par ailleurs, il faut aussi prévoir de l'espace pour la personne qui fournit de l'aide ou des soins dans la salle de bains (voir les figures 7 et 8).

Le concept de la salle de bains montrée à la figure 8 se caractérise par la présence d'une douche et d'une baignoire double. Elle offre suffisamment d'espace de manœuvre pour une approche latérale ou oblique vers la toilette et facilite l'accès à la baignoire, à la douche et au meuble-lavabo. À noter l'espace de rangement et l'emplacement des commandes de la douche et de la baignoire qui sont faciles à atteindre.

Voici d'autres composantes de l'aménagement d'une salle de bains qui en améliorent la commodité :

- poignées en « D » aux tiroirs de rangement;
- tiroirs qui s'ouvrent complètement et des armoires avec tablettes coulissantes;
- robinets mains libres;
- murs renforcés pour prévoir l'installation de barres d'appui dans des positions adaptées;
- **revêtement de sol souple** (plutôt qu'une surface dure);
- détecteurs de mouvement qui commandent l'éclairage;
- pomme de douche ajustable à des hauteurs variées.

Une douche conçue comme un grand espace ouvert aux murs et planchers en carrelage, munie d'un avaloir de sol, peut accueillir plus d'une personne et laisse suffisamment d'espace à l'utilisateur d'un banc ou d'un fauteuil roulant de douche qui a besoin d'aide pour faire sa toilette.

Exemples d'aménagement de salles de bains accessibles

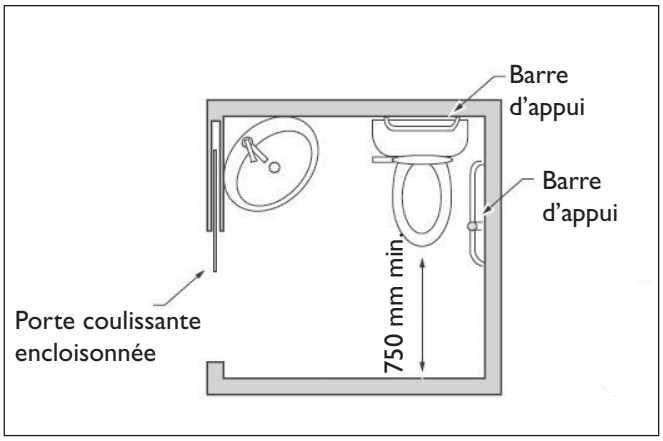

Diagramme : DesignAble Environments Inc.

Figure 5 Salle de toilette pouvant servir de salle de bains visitable

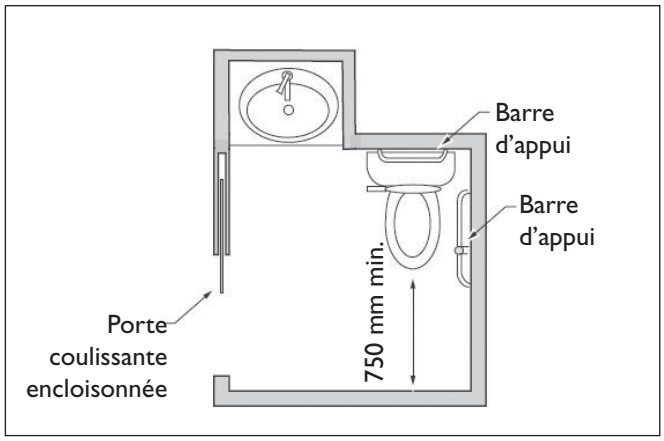

Diagramme : DesignAble Environments Inc.

Figure 6 Salle de toilette pouvant servir de salle de bains visitable

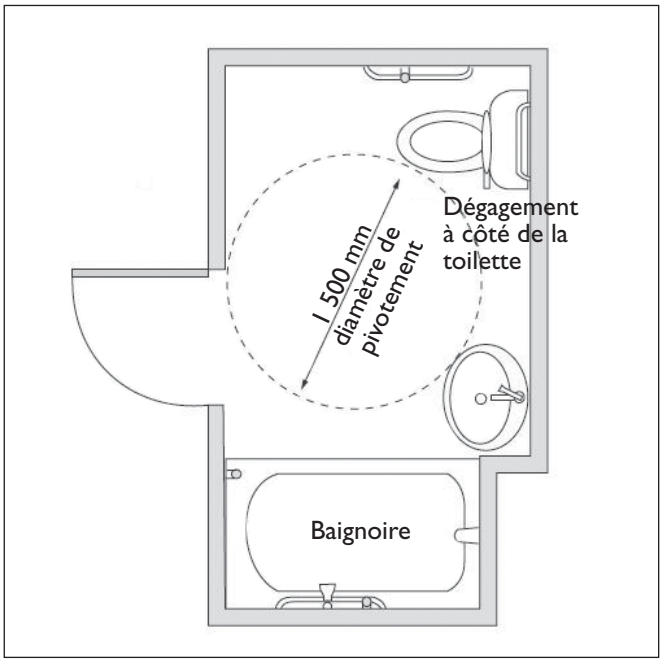

Diagramme : DesignAble Environments Inc.

Figure 7 Petite salle de bains visitable

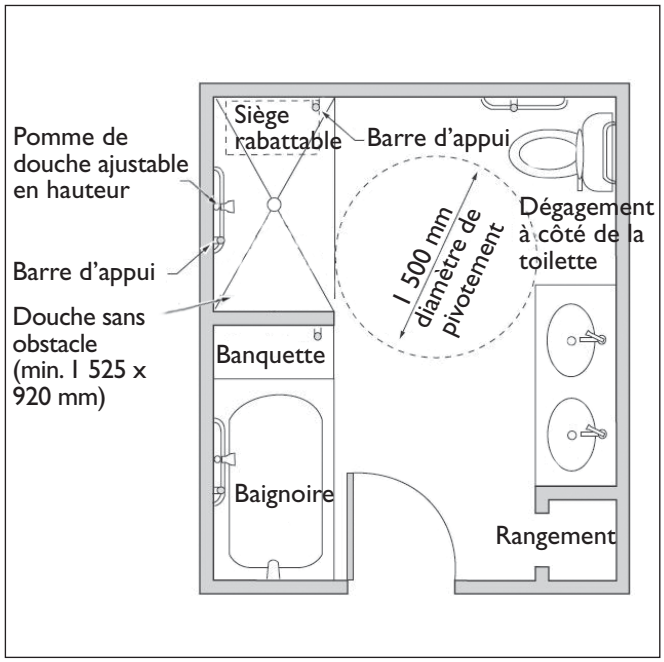

Diagramme : DesignAble Environments Inc.

Figure 8 Salle de bains avec douche et baignoire, deux lavabos, une toilette et un espace de rangement

ÉLÉMENTS DE CONCEPTION

Voici les éléments de conception d'une salle de bains universelle :

- Éclairage
- Revêtements de sols
- Interrupteurs et commandes
- Portes
- Meubles-lavabos, tiroirs et rangement
- Barres d'appui
- Toilettes
- Douches
- Baignoires

Éclairage

Les concepteurs ont souvent recours à différents niveaux d'éclairage pour créer une atmosphère de détente, dans la salle de bains, qui s'apparente à celle des spas. C'est aussi une approche de conception universelle. Il est d'ailleurs judicieux de fournir de l'éclairage de nuit dans la salle de bains.

Il est aussi possible d'installer un dispositif qui ajuste graduellement le niveau d'éclairage. Si vous vous réveillez au milieu de la nuit, un détecteur de mouvement ouvre la lumière qui éclaire progressivement les lieux, sans vous éblouir.

L'**éclairage spécifique** ou l'éclairage dirigé vous permet aussi d'éclairer certaines zones de la salle de bains, comme le meuble-lavabo ou la douche.

Il faut fournir un **éclairage ambiant** pour maintenir un niveau d'éclairage égal dans toute la salle de bains. (Un éclairage fluorescent offre le plus de lumière diffuse et réduit l'éblouissement.) Les personnes ayant une déficience visuelle auront peut-être besoin de plus de luminance pour mieux voir.

Dans la mesure du possible, tirez profit des possibilités de maximiser la lumière naturelle, tout en évitant l'éblouissement. La plupart des personnes, surtout celles qui ont une déficience visuelle ou sont atteintes de démence, préfèrent les traitements de surface antiéblouissement et une peinture au fini mat puisque ces finis réduisent l'éblouissement et renforcent les niveaux d'éclairage, ce qui crée une atmosphère de détente.

Revêtements de sol

La durabilité, la facilité de nettoyage, le confort et une surface antidérapante sans danger sont les principaux éléments à considérer au moment de choisir un revêtement de sol. La résistance au glissement des revêtements de sol doit être évaluée non seulement lorsqu'ils sont secs, mais également lorsqu'ils sont mouillés.

Il existe une grande variété de revêtements de sol. Évitez les sols en marbre, puisqu'ils sont très glissants, surtout lorsqu'ils sont mouillés. Le revêtement de vinyle est offert sous forme de feuilles ou de carrelages et exige peu d'entretien, mais il doit être installé sur une surface en contreplaqué. Par conséquent, il y aura des émissions provenant de la colle, du vinyle et du contreplaqué. Les carreaux de céramique présentent une surface imperméable, facile à nettoyer et sur laquelle il est facile de rouler.

Quel que soit le type de revêtement de sol choisi, assurez-vous qu'il est installé à égalité avec le revêtement adjacent afin de ne pas créer une dénivellation. La pose

d'un plancher chauffant pourrait être envisagée pour un plus grand confort.

Interrupteurs et commandes

Les interrupteurs et les commandes doivent tous être situés à un endroit facile à atteindre et doivent être simples à utiliser.

Il doit y avoir une prise de courant à un endroit stratégique, à portée de la main d'une personne debout ou assise, près du lavabo ou du meuble-lavabo. Les autres commandes et interrupteurs, y compris l'interrupteur du ventilateur, doivent se trouver à une hauteur maximale de 1 200 mm (47 po) du sol.

Portes

Il est judicieux de penser à l'espace de manœuvre nécessaire pour la porte. Il faut prévoir un espace suffisant pour pouvoir ouvrir et fermer la porte de l'intérieur de la salle de bains. Vous devez également disposer d'un espace suffisant pour pouvoir sortir facilement. Voir les figures 5 à 8.

Toutes les portes doivent avoir une largeur libre minimale de 810 mm (32 po) et être conçues de façon à maximiser l'espace de manœuvre. Les portes coulissantes encloisonnées peuvent être utilisées, surtout pour les plus petites salles de bains, mais elles n'offrent peut-être pas une protection adéquate contre le bruit. De plus, la quincaillerie de ces types de portes est parfois difficile à utiliser pour certaines personnes dont la dextérité est réduite.

Meubles-lavabos, tiroirs et rangement

Bon nombre de salles de bains ont deux lavabos. Une approche de conception universelle pourrait être de les installer à différentes hauteurs. Lorsqu'un lavabo sera utilisé à partir d'une position assise, on recommande la pose d'un lavabo peu profond dont la tuyauterie est décalée vers l'arrière. Cela offre un dégagement suffisant pour les genoux et garde les tuyaux à distance pour éliminer le risque de brûlure aux jambes. Les tuyaux peuvent aussi être isolés plutôt que décalés.

Les meubles-lavabos installés à 860 mm (34 po) de hauteur sont plus commodes pour les enfants, les personnes de petite taille et celles en fauteuil roulant. Si l'utilisateur est de plus grande taille, il préférera peut-être que le meuble-lavabo soit installé à une hauteur de 910 mm (36 po).

L'adaptabilité peut également être obtenue par l'installation d'un meuble-lavabo motorisé avec **comptoir réglable en hauteur**, comme en offrent certains concepteurs de salles de bains novateurs. Il faut prévoir un espace pour les genoux sous le meuble-lavabo, pour les personnes qui utilisent un fauteuil roulant, un cyclomoteur ou une chaise.

L'espace pour les genoux doit avoir des dimensions minimales de 800 mm de largeur x 600 mm de profondeur (31 x 24 po), à

Figure 9 Une conception Bâti-Flex[MC] avec armoire munie de portes rétractables

une hauteur de 730 à 860 mm (29 à 34 po), avec une aire dégagée minimale de 750 x 1 200 mm (30 x 47 po) sur le devant.

Pour respecter les principes du **Bâti-Flex**MC, il faudrait installer des portes d'armoire qui s'ouvrent et rentrent sous le meuble-lavabo (voir la figure 9).

Un robinet à levier unique ou à détecteur de mouvement offre le plus de commodité. Il procure souplesse et facilité d'utilisation à tous les membres de la famille. Il convient d'éviter les robinets de type col de cygne puisqu'ils tendent à éclabousser de façon excessive.

Les robinets du lavabo devraient être à levier et indiquer clairement les commandes d'eau chaude et d'eau froide. Ce type de robinet est particulièrement utile pour les personnes qui ont des restrictions cognitives. Il existe même des robinets qui changent la couleur de l'eau selon sa température.

Il est important d'offrir du rangement adéquat aux personnes assises devant le meuble-lavabo. Une série de tiroirs à côté du lavabo s'avère particulièrement utile.

Le rangement des objets semblables dans un même tiroir ou une même armoire où ils sont faciles à trouver est apprécié de tous, mais tout particulièrement par les personnes à mobilité réduite ou ayant une déficience visuelle. Certaines personnes qui utilisent des articles hygiéniques pour incontinence doivent avoir accès à du rangement près de la toilette et du lavabo.

L'installation de tiroirs pouvant être tirés au grand complet est une excellente approche puisqu'elle permet de voir et d'accéder au contenu facilement. Les armoires et les tiroirs doivent être dotés de poignées en « D » pour en faciliter l'utilisation par les personnes ayant une agilité ou une mobilité réduite. Les tiroirs qui s'opèrent d'un simple toucher sont accessibles à tous, y compris aux personnes à dextérité manuelle limitée. Les personnes ayant une déficience visuelle peuvent préférer des poignées d'une couleur contrastante. Une couleur contrastante à l'intérieur des tiroirs et des armoires peut également avoir pour effet d'augmenter la visibilité pour les personnes dont la vision est limitée.

L'armoire à médicaments ou le lieu de rangement des produits pharmaceutiques doit être installé avec les étagères à une hauteur maximale de 1 400 mm (55 po), si une personne utilisant un fauteuil roulant doit y avoir accès. Elle ne doit pas être située au-delà de la capacité d'atteinte (environ 500 mm ou 20 po) et une personne à la dextérité réduite doit être capable de l'ouvrir. S'il y a des enfants dans la maison ou des personnes qui ne doivent pas avoir accès à l'armoire, il est recommandé d'y installer un dispositif de verrouillage.

Un miroir pleine longueur est idéal. S'il y a un miroir au-dessus du meuble-lavabo, il doit être installé de façon à ce que sa partie inférieure soit à une hauteur maximale de 1 000 mm (39 po).

Les personnes qui ont une vision réduite doivent éviter les salles de bains dont les motifs sont trop chargés; bien des gens préfèrent des couleurs unies qui offrent un certain contraste. Certaines personnes choisissent une bordure de couleur contrastante ou un rebord d'évier pour mieux percevoir les bordures.

Barres d'appui

Les barres d'appui doivent avoir une surface antidérapante et un diamètre variant de 30 à 40 mm (1 ¼ à 1 ½ po). Elles doivent être installées sur un mur qui offre un appui suffisant pour supporter votre poids (dans des montants ou des murs renforcés). Il est recommandé de laisser un espace de 35 à 45 mm (1 ⅜ à 1 ⅝ po) entre la barre d'appui et le mur et un dégagement suffisant au-dessus de la barre pour pouvoir la saisir.

La **norme CSA B651** exige que les barres d'appui soient installées de manière à soutenir un poids minimal de 133 kg (environ 290 livres). Il est sage de prévoir dès la construction le renforcement des murs entourant les baignoires et les toilettes en vue de l'installation éventuelle de barres d'appui. Vous éviterez ainsi de devoir ultérieurement enlever le carrelage et les murs à cette fin. Cette approche permet aussi de placer les barres d'appui à l'endroit qui convient à l'utilisateur. Renforcez les surfaces arrière et latérales de la toilette à l'aide de contreplaqué de 16 mm (½ po) à partir d'une hauteur de 450 mm (18 po). Renforcez les trois murs entourant la baignoire ou la cabine de douche jusqu'à une hauteur de 1 200 mm (47 po).

Barres d'appui à proximité de la toilette

Il importe d'installer des barres d'appui à côté de la toilette. Les barres d'appui rabattables sont particulièrement utiles lorsqu'il n'y a pas de mur à côté de la toilette (voir la figure 10). Elles ont également l'avantage de pouvoir se replier pour ne pas nuire aux autres membres de la famille.

La plupart des gens préfèrent une barre d'appui horizontale sur les murs latéraux et arrière, bien que certains préfèrent une barre d'appui rabattable par manque d'espace.

Les barres d'appui situées à côté d'une toilette doivent être posées à une hauteur variant de 750 à 850 mm (30 à 33 po), selon le choix personnel. Elles doivent se prolonger au moins jusqu'à 450 mm (18 po) devant le siège de toilette pour permettre de s'y appuyer pendant le transfert du fauteuil roulant.

La barre d'appui horizontale derrière la toilette doit également avoir une longueur minimale de 600 mm (24 po).

Photo : Lisa Blanchard

Figure 10 Barres d'appui rabattables permettant la liberté de mouvements

Barres d'appui dans la douche

Il convient d'installer une barre d'appui verticale à l'entrée de la douche, à une distance minimale de 80 à 120 mm (3 à 5 po) de l'extrémité extérieure de l'enceinte et à une hauteur de 600 à 650 mm (24 à 26 po) du sol. Elle doit avoir une longueur minimale de 1 000 mm (39 po) pour que tout le monde puisse la saisir facilement. Pour assurer l'accessibilité universelle, les commandes de la douche doivent être faciles à comprendre, à utiliser et à atteindre.

Photo : Betty Dion

Figure 11 Baignoire munie de barres d'appui, d'une pomme de douche à hauteur réglable et d'un banc

Photo : Betty Dion

Figure 12 Toilette avec dossier et espace de manœuvre suffisant

Barres d'appui à proximité de la baignoire

Il est parfois difficile, surtout pour les personnes âgées et celles qui ont des difficultés d'équilibre, d'entrer dans la baignoire et d'en sortir. Les baignoires sont l'un des endroits où se produit le plus grand nombre de chutes dans une maison. Il est fortement recommandé pour quiconque d'installer une barre d'appui verticale sur le mur à côté de la baignoire. Cette barre doit avoir une longueur minimale de 1 200 mm (47 po) et être installée à l'intérieur immédiat de l'enceinte de la baignoire.

Les barres d'appui doivent être installées selon les goûts et les besoins de leurs utilisateurs. La plupart des personnes préfèrent une barre d'appui horizontale le long des murs latéraux, alors que d'autres préfèrent deux barres d'appui, l'une horizontale et l'autre verticale, pour les aider à sortir de la baignoire, comme le montre la figure 11. Pour en savoir plus, consultez la publication de la collection « Le Point en recherche » de la SCHL intitulée *Évaluation de la position optimale d'une barre d'appui dans la baignoire pour les personnes âgées.*

Pour répondre à vos besoins, la barre d'appui horizontale doit être posée à une hauteur de 180 à 280 mm (7 à 11 po) au-dessus du bord de la baignoire. Il est aussi courant d'installer une barre d'appui verticale à un endroit facile à atteindre pour la personne assise dans la baignoire.

Toilettes

On trouve une grande variété de toilettes sur le marché. Il est donc important d'en choisir une qui répond à vos besoins. La toilette à faible débit ou à double chasse d'eau est un excellent choix sur le plan environnemental.

La toilette munie d'un dossier offrira une plus grande stabilité et aidera les personnes qui

ont des difficultés d'équilibre. Certaines toilettes sont munies d'un dispositif de chasse automatique. Certaines personnes en fauteuil roulant préfèrent que la toilette soit suspendue à un mur, car elles ont ainsi un plus grand espace de manœuvre sous la toilette.

Il faut porter une grande attention au dégagement devant la toilette. Si un occupant de la maison a besoin d'assistance ou risque d'en avoir besoin ultérieurement, il est important de fournir l'espace adéquat pour le soignant, que ce soit devant ou à côté de la toilette. De plus, si vous vous dirigez vers la toilette en fauteuil roulant, vous pouvez arriver par le côté, l'avant ou l'oblique. Tenez compte de votre préférence personnelle et des besoins d'espace (voir la figure 12).

La **norme CSA B651** spécifie diverses hauteurs pour les sièges de toilette, allant de 400 à 460 mm (16 à 18 po). Les enfants et certaines personnes qui se déplacent en fauteuil roulant et exécutent elles-mêmes le transfert préfèrent une toilette basse qui est plus facile à utiliser. À l'inverse, plusieurs personnes âgées préfèrent une toilette un peu plus haute, car il est plus facile pour elles de s'y asseoir et de s'en relever. Il faut s'assurer que les pieds de la personne touchent au sol lorsqu'elle est assise sur le siège de toilette, car un siège trop haut peut nuire à la capacité d'équilibre.

La ligne centrale de la toilette doit être espacée de 460 à 480 mm (18 à 19 po) du mur. Ainsi, les barres d'appui pourront être utilisées lors du transfert.

Le dispositif de commande de chasse doit être facilement accessible, sur le côté de la toilette où s'effectue le transfert. L'emplacement du porte-papier hygiénique doit aussi être choisi avec soin pour être facile à trouver et ne pas nuire à l'utilisation de la barre d'appui. Il faut aussi que le papier hygiénique soit facile à atteindre, sans qu'une personne n'ait à trop se pencher ou se tourner. La toilette avec bidet intégré et séchoir est un choix très judicieux pour les personnes qui n'ont pas la pleine mobilité de leurs mains (voir la figure 13).

Dans certaines salles de bains carrelées munies d'un avaloir de sol, il y a un tuyau de

Photo : Betty Dion

Figure 13 Toilette avec bidet intégré et séchoir

douche flexible situé à côté de la toilette pour faciliter le nettoyage.

Certains propriétaires ont décidé d'installer un urinoir dans leur salle de bains pour mieux répondre à leurs besoins. L'installation de barres d'appui fixées aux murs en facilitera l'emploi.

Douches

On voit de plus en plus de douches universelles dans les grandes salles d'eau de type « spa » des maisons canadiennes. Elles consistent en de grands espaces carrelés comportant une ou plusieurs pommes de douche et un drainage adéquat. Ces douches peuvent accueillir plus d'une personne, des

Photo : Betty Dion

Figure 14 Douche accessible avec banc rabattable, commandes faciles à atteindre et pomme de douche à hauteur réglable

enfants, des personnes qui utilisent un appareil d'aide à la mobilité et même le chien de la famille.

Le plancher doit permettre un drainage positif et l'eau doit s'écouler vers l'avaloir par gravité. L'avaloir doit être situé du côté où les personnes ne se tiendront pas debout ou ne rouleront pas.

Les commandes de la douche doivent être situées de façon à ce qu'elles soient faciles à atteindre, à une hauteur maximale de 1 200 mm (47 po). Un tuyau de douche flexible à main est plus facile à utiliser. S'il doit être manipulé par une personne assise sur un banc ou un siège de douche, sa longueur doit être de 1 500 mm (59 po) ou plus (voir la figure 14).

Les constructeurs installent de plus en plus des pommes de douche à différentes hauteurs et différentes positions.

Les commandes de la douche doivent être faciles à utiliser et à comprendre pour tout le monde. La température de l'eau peut être réglée avant que l'eau atteigne la douche ou la baignoire et ne doit pas être réglée à plus de 49 °C (120 °F). On peut renforcer l'information transmise par les commandes par la couleur et la texture.

Les personnes qui prennent leur douche en position assise, sur un fauteuil roulant ou un siège, préfèrent les douches accessibles en fauteuil roulant. Les soignants apprécient également ces douches qui offrent plus d'espace. Ces douches doivent mesurer au moins 750 x 1 500 mm (30 x 59 po) et être munies de barres d'appui verticales et horizontales. Il faut aussi prévoir un espace de dégagement suffisant de 900 x 1 200 mm (35 x 47 po) à l'extérieur de la zone de douche.

Certaines personnes utilisent un siège de douche portable; d'autres préfèrent un banc rabattable qui doit être ancré solidement. Le siège doit permettre un accès facile aux commandes. Sa surface doit être antidérapante, ce qui est particulièrement important dans un endroit où on utilise du savon et du shampoing.

Certains enfants et adultes ayant des déficiences préfèrent avoir une table sur laquelle s'étendre pendant qu'ils s'habillent ou qu'on les aide à s'habiller. Cette table doit avoir les dimensions minimales de 1 500 mm (59 po) de longueur sur 800 mm (31 po) de largeur et doit être fixée assez solidement pour supporter le poids de l'utilisateur.

On installe souvent de plus petites enceintes de douche munies d'un siège fixe dans les petites salles de bains. Il faut porter une attention spéciale aux portes coulissantes, bordures et seuils qui ne doivent pas risquer de faire trébucher les utilisateurs. Bon nombre de ces douches sont préfabriquées, l'enceinte étant moulée et munie de poignées d'appui intégrées. Il faudra les

vérifier soigneusement pour s'assurer qu'elles supporteront le poids d'une personne. Envisagez d'ajouter une barre d'appui verticale sur l'extérieur de l'enceinte de la douche pour offrir un appui stable au moment d'y pénétrer.

Baignoires

Beaucoup de personnes aiment prendre un bain chaud; surtout pour se détendre ou soulager des douleurs musculaires. Il existe une grande variété de baignoires sur le marché : certaines sont très grandes, d'autres sont à jets d'eau, certaines ont des poignées d'appui intégrées, d'autres ont des parois souples et certaines ont même une porte d'entrée latérale.

Avant de choisir une baignoire, vous devez d'abord évaluer vos besoins et vos goûts. Pour des raisons de sécurité, il est important que la baignoire ait une surface antidérapante et des barres d'appui. Il faut aussi qu'elle ait un fond plat, pour assurer la stabilité.

Les barres ou poignées d'appui intégrées aux enceintes de baignoires préfabriquées doivent être vérifiées soigneusement afin de s'assurer qu'elles sont suffisamment renforcées pour supporter le poids d'une personne.

Il existe divers mécanismes ou lève-personnes qui peuvent vous déposer dans l'eau et vous en sortir. Plusieurs d'entre eux sont conçus avec un siège de bain qui pivote pour en faciliter l'utilisation. Consultez votre ergothérapeute ou votre vendeur de fournitures médicales pour avoir plus d'information à ce sujet.

Vous pouvez également utiliser des sièges de bain imperméables. Ils sont d'autant plus utiles qu'ils sont portables. Beaucoup d'hôtels et de motels en mettent à la disposition de leurs clients. Ils doivent être placés dans la baignoire à portée des commandes, être antidérapants et ne présenter aucun danger.

Baignoires à porte

Une autre option à examiner est celle de la baignoire à porte qui facilite l'entrée dans la baignoire. Ce type de baignoire est populaire auprès des personnes qui ont des difficultés d'équilibre et d'agilité, des personnes âgées et des personnes qui préfèrent le bain à la douche.

La baignoire est munie d'une porte équipée d'un système de verrouillage à commande à levier qui assure une étanchéité sécuritaire et empêche toute fuite d'eau.

Ces baignoires sont offertes en divers formats, de 1 070 à 1 320 mm (42 à 52 po) de longueur sur 660 à 760 mm (26 à 30 po) de largeur.

Il y a même certains modèles qui peuvent convertir une baignoire ordinaire en baignoire à porte.

MAISONS VISITABLES

L'habitation visitable est le résultat d'une nouvelle méthode de conception qui favorise l'intégration d'un niveau d'accessibilité de base à toutes les habitations, et qui permet à n'importe qui d'entrer dans la maison et d'en sortir et d'utiliser la salle de bains.

Une habitation ainsi conçue conviendra aux visiteurs âgés ou handicapés, mais aussi à ses occupants, qui en apprécieront les avantages à mesure qu'ils vieilliront et verront leurs capacités diminuer (voir la figure 15).

Une maison visitable intègre trois caractéristiques essentielles :

1. l'entrée est de plain-pied;
2. toutes les portes intérieures du rez-de-chaussée (y compris celle de la salle de bains) ont un dégagement de 810 mm (32 po);
3. il y a au moins une **salle de toilette** au rez-de-chaussée, mais, de préférence, une **salle de bains complète**.

Pour que la salle de bains soit utilisable, elle doit offrir un espace de dégagement d'au moins 750 x 1 200 mm (30 x 47 po) qui ne doit pas être entravé par les arcs d'ouverture de la porte.

Bon nombre de collectivités envisagent l'intégration de caractéristiques visitables dans leurs nouveaux projets d'ensembles résidentiels.

Photo : Betty Dion

Figure 15 Entrée d'une maison visitable

RESSOURCES ADDITIONNELLES

Livres

Barrier Free Environments Inc. (1991). *The Accessible Housing Design File*. New York : John Wiley & Sons.

Behar, S., et Leibrock, C. (1993). *Beautiful Barrier-Free: A Visual Guide to Accessibility*. New York : Van Nostrand Reinhold.

Boyle Hillstrom, S. (2005). *Design Ideas for Bathrooms*. Upper Saddle River, NJ : Creative Homeowner.

Dobkin, I. L., et Peterson, M. J. (1999). *Gracious Spaces: Universal Interiors by Design*. New York : McGraw-Hill

Frechette, L. A. (1996). *Accessible Housing*. New York : McGraw-Hill.

Goldsmith, S. (2000). *Universal Design: A Manual of Practical Guidance for Architects*. Oxford, Angleterre : Architectural Press

Host-Jablonski, L., et Nickels, K. (1991). *The Accessible Bathroom: Practical, Affordable Design for a Barrier-free Bathroom*. Madison, WI : Design Coalition.

Jacobs, J. C. (2002). A*ccessible Bathroom Design: Tearing Down the Barriers*. Suisun City, CA : JIREH Publishing Company.

Leibrock, C., et Terry, J. E. (1999). *Beautiful Universal Design: A Visual Guide*. New York : John Wiley & Sons.

Mace, R. (1996). *Residential Remodeling and Universal Design: Making Homes more Comfortable and Accessible*. Darby, PA : Diane Publishing Co.

Peterson, M. J. (1996). *Universal Bathroom Planning: Design that Adapts to People*. Hackettstown, NJ : National Kitchen & Bath Association.

SCHL (1992). *Choix de logements au Canada pour les personnes handicapées*. Ottawa (Ontario), Canada : SCHL.

Taunton Press (2003). *Renovating a Bathroom*. Newtown. CT : Taunton Press.

Wormer, A. (2001). *The Bathroom Idea Book*. Newtown, CT : Taunton Press.

Sites Web

AARP—Home Improvement (juin 2010) – en anglais seulement
http://www.aarp.org/home-garden/home-improvement/

Tapez « bathroom » dans le champ de recherche.

Bob Vila (juin 2010) – en anglais seulement
www.bobvila.com

Tapez « accessible solutions » dans le champ de recherche.

Glossaire

Bâti-Flex^{MC} : une méthode pratique de concevoir et de construire des habitations permettant aux résidents de convertir l'espace pour qu'il suive l'évolution de leurs besoins. (SCHL)

Comptoirs réglables en hauteur : comptoirs, éviers, meubles-lavabos, tables de cuisson et armoires qui peuvent être montés ou descendus au toucher d'un bouton, les rendant accessibles aux personnes assises ou aux personnes de petite ou de grande taille.

Éclairage ambiant : l'éclairage global d'un milieu intérieur par l'utilisation de lampes, de plafonniers, du soleil ou de toute autre source de lumière existante.

Éclairage spécifique : ce type d'éclairage que l'on peut faire converger est généralement employé pour augmenter l'éclairage au-dessus des niveaux ambiants.

Norme CSA B651 : norme CSA B651 de l'Association canadienne de normalisation – Conception accessible pour l'environnement bâti.

Revêtement de sol souple : revêtement de sol qui a une surface relativement ferme, mais qui reprend son profil original après avoir été comprimé.

Salle de toilette/salle de bains complète : une salle de toilette ne comporte qu'une toilette et un lavabo et une salle de bains complète comprend une toilette, un lavabo et une baignoire ou une douche.

Vieillissement sur place : la capacité de demeurer dans sa maison en toute sécurité, de façon autonome et confortable, quels que soient l'âge, le revenu et les habiletés de la personne tout au long de sa vie.

Principes de la conception universelle

Par conception universelle, on entend :

« La conception de produits et d'environnements qui peuvent être utilisés par toutes les personnes, dans la plus grande mesure possible, sans devoir recourir à des adaptations ou à des conceptions spécialisées. »

Ce concept est une philosophie en constante évolution.

Principe 1 – Utilisation équitable

Le principe consiste à donner un accès équitable à tous, d'une manière digne et intégrée. Il implique une conception qui plaît à chacun et qui procure un même niveau de sécurité à tous les utilisateurs.

Principe 2 – Flexibilité de l'utilisation

Ce principe suppose que le concepteur de l'habitation ou du produit a tenu compte d'une vaste gamme de préférences et d'habiletés individuelles pour la totalité du cycle de vie des occupants.

Principe 3 – Simplicité et intuitivité

L'aménagement et la conception de l'habitation et des appareils doivent être faciles à comprendre, peu importe l'expérience ou la capacité cognitive de l'utilisateur. Ce principe nécessite donc que les éléments de conception soient simples et qu'ils fonctionnent de manière intuitive.

Principe 4 – Perceptibilité de l'information

La diffusion d'information au moyen d'une combinaison de modes différents, qu'ils soient visuels, auditifs ou tactiles, permettra à chaque personne d'utiliser les éléments de l'habitation de manière efficace et en toute sécurité. Ainsi, ce principe encourage la transmission d'information faisant appel à tous les sens, tels que la vue, l'ouïe et le toucher, au moment d'interagir avec le milieu.

Principe 5 – Tolérance à l'erreur

Ce principe comprend une certaine tolérance à l'erreur qui minimise la possibilité d'obtenir des résultats indésirables. Il faut donc que le concepteur prévoie des caractéristiques à sécurité intégrée tenant compte des différentes façons dont toutes les personnes peuvent se servir de l'espace ou du produit en toute sécurité.

Principe 6 – Effort physique faible

Ce principe consiste à limiter la force, la résistance et la dextérité requises pour accéder aux espaces ou utiliser les commandes et les produits.

Principe 7 – Dimensions et espaces pour l'approche et l'utilisation

Ce principe vise l'espace nécessaire pour accéder aux lieux, à l'équipement et aux commandes. Les dimensions et les espaces calculés par le concepteur doivent donc permettre à tous les membres de la famille et aux visiteurs d'atteindre, de voir et de faire fonctionner tous les éléments de l'habitation, et ce, en toute sécurité.

Pour en savoir davantage sur les feuillets « Votre maison » et sur notre vaste gamme de produits d'information, visitez notre site Web à l'adresse www.schl.ca ou communiquez avec nous par téléphone au 1-800-668-2642 ou par télécopieur au 1-800-245-9274.

Publications payantes

Bâti-Flex^MC : le guide du professionnel	*N° de commande 61845*
Bâti-Flex^MC : un chez-soi adaptable	*N° de commande 61142*
Rénovation de la Maison saine^MC	*N° de commande 61151*

Publications gratuites

Solutions applicables à la conception de logements accessibles et adaptables	*N° de commande 63910*
Feuillets « **Le Point en recherche** »	
Dans quelle mesure les barres d'appui pour les baignoires sont-elles efficaces pour prévenir une chute lors d'une perte d'équilibre?	*N° de commande 65671*
Évaluation de l'exigence physique à monter des rampes d'accès en fauteuil roulant manuel	*N° de commande 63917*
Évaluation de la position optimale d'une barre d'appui dans la baignoire pour les personnes âgées	*N° de commande 63246*
Feuillets « **Votre maison** »	
Comment prévenir les chutes dans les escaliers	*N° de commande 63638*
Série « Une habitation accessible dès la conception »	
Les appareils	*N° de commande 65081*
Les cuisines	*N° de commande 65589*
Domotique	*N° de commande 65890*
Élévateurs et ascenseurs résidentiels	*N° de commande 65543*
Les espaces de vie	*N° de commande 66096*
Les lève-personnes résidentiels	*N° de commande 65545*
Les rampes d'accès	*N° de commande 65024*
La sécurité-incendie à la maison	*N° de commande 66092*
Types d'habitations et plans d'étages	*N° de commande 66094*

©2007, Société canadienne d'hypothèques et de logement
Imprimé au Canada
Réalisation : SCHL 05-07-10
Révision : 2010

Bien que ce produit d'information se fonde sur les connaissances actuelles des experts en habitation, il n'a pour but que d'offrir des renseignements d'ordre général. Les lecteurs assument la responsabilité des mesures ou décisions prises sur la foi des renseignements contenus dans le présent ouvrage. Il revient aux lecteurs de consulter les ressources documentaires pertinentes et les spécialistes du domaine concerné afin de déterminer si, dans leur cas, les renseignements, les matériaux et les techniques sont sécuritaires et conviennent à leurs besoins. La Société canadienne d'hypothèques et de logement se dégage de toute responsabilité relativement aux conséquences résultant de l'utilisation des renseignements, des matériaux et des techniques contenus dans le présent ouvrage.

65687