

# LE SAVIEZ-VOUS?

- Environ 30 % des personnes âgées de 65 ans et plus font au moins une chute chaque année.
- Entre 25 et 75 % des chutes chez les personnes âgées impliquent une composante environnementale.

## CHAMBRE À COUCHER

	OUI	NON
Le lit est proportionnel à la taille de la personne (ni trop haut, ni trop grand).		
Le matelas est ferme et orthopédique.		
La table de chevet se trouve à la tête du lit.		
L'espace de rangement est accessible et la personne n'a pas à grimper ou s'étirer pour y avoir accès.		
Il y a un bon espace de chaque côté du lit ainsi que pour se déplacer facilement dans la pièce.		
Le trajet entre la chambre à coucher et la salle de bain est dégagé et éclairé par une veilleuse.		

**!** La présence d'une table de chevet à la tête du lit permet d'avoir un téléphone, une lampe et un réveil-matin à portée de main.

## ESCALIERS

	OUI	NON
Ils sont dégagés de la neige ou de la glace.		
Le tapis (si présent) est bien fixé à chacune des marches.		
Les marches, rampes et balcons sont en bon état.		
Il y a présence d'un bon éclairage.		
La boîte aux lettres est installée hors de l'escalier, à une hauteur facile d'accès et près de la porte.		
Les portes situées aux extrémités des escaliers s'ouvrent vers l'intérieur des pièces.		
Il y a des interrupteurs en haut et en bas des escaliers.		



- Effectuer lentement les déplacements dans les escaliers et utiliser la rampe lors de la montée et de la descente.
- Pour le transport d'objets, utiliser un sac avec anses ou demander de l'aide.

## NOTES

---



---



---



---

DÉPLIANT CONÇU PAR: Mhaude Lavoie, Sonia Prévost, Olivier Sainte-Marie et Julie Veillette

SOUS LA SUPERVISION DE: Manon Pilon, pht MSc

Septembre 2011

# SÉCURISER L'ENVIRONNEMENT

## GRILLE D'ÉVALUATION DU DOMICILE

Centre de santé et de services sociaux de Bordeaux-Cartierville-Saint-Laurent

Centre affilié universitaire

# LISTE DE VÉRIFICATION PAR PIÈCE

## TOUTES LES PIÈCES

	OUI	NON
Le seuil de la porte est adouci entre les pièces.		
Le sol est égal et son revêtement est bien fixé.		
Il n'y a aucune carpeite au sol.		
Les fils électriques et téléphoniques sont fixés au mur.		
Le téléphone est accessible et sans fil.		
Les aires de déplacement sont dégagées (meubles éloignés et aucun objet au sol).		
L'éclairage est adéquat.		
L'interrupteur est accessible à l'entrée de la pièce.		
Il y a présence de veilleuses dans le bas des murs et des corridors.		

## SALLE DE BAIN

La baignoire est standard: hauteur: 40 cm (15 ¾ po), longueur: 152 cm (60 po), largeur: 65 cm (25,5 po).

Un ruban de couleur est collé à l'intérieur de la baignoire pour mieux distinguer les bords et le fond.

Les barres d'appui près du bain sont solides et antidérapantes.

Les tapis antidérapants sont munis de ventouses qui couvrent entièrement le fond de la baignoire ou de la douche.

Il y a un tapis antidérapant à la sortie du bain ou de la douche.

Le bouchon de la baignoire est facile à mettre et à enlever.

Le lavabo et la toilette sont facilement accessibles.

Le siège de la toilette permet de s'asseoir et de se lever facilement.

Le papier hygiénique est accessible depuis la toilette.

L'espace de rangement est accessible.

Il y a une veilleuse dans la salle de bain

OUI NON

## CUISINE

Les articles fréquemment utilisés sont placés de façon à être accessibles.

Une surface de travail dégagée est présente.

Il y a une courte distance entre le réfrigérateur, la cuisinière, l'évier et la table.

Les prises de courant électrique sont accessibles.

La table et les chaises sont solides.

## SALON

Le fauteuil le plus utilisé est sécuritaire (ferme, stable, peu profond, muni d'appuis-bras) et d'une hauteur siège-sol de 45 à 55 cm (18 à 22 po).

Le fauteuil le plus utilisé permet de s'asseoir et de se lever facilement.

L'espace est adéquat pour se déplacer entre les meubles.

Les journaux doivent être rangés.

OUI NON

OUI NON



- Essuyer immédiatement tout liquide renversé au sol.
- Mettre un collier coloré ou une clochette aux animaux domestiques.



- Ne pas s'appuyer sur les porte-serviettes, les porte-savons, les barres supportants les rideaux de douche et les robinets.



- Ne pas utiliser un escabeau.
- Glisser les objets lourds sur le comptoir.
- Les objets utilisés à chaque repas peuvent être laissés sur la table.
- Une petite table près du fauteuil peut remplacer la table au centre du salon.