

Solutions

Autonomie: quelles options avant l'EMS?

Marianne Grosjean

Vous êtes à la retraite et vous coulez des jours heureux? Grand bien vous fasse. Cependant, même si pour le moment vous pratiquez la marche, le vélo ou la course à pied sans problème, votre mobilité et votre autonomie ne seront pas toujours aussi aisées. En prévision de ce jour, il est utile de connaître les options existantes, autres que l'EMS, qui représente la dernière alternative envisagée pour sa fin de vie, mais qui n'est pas adaptée aux personnes autonomes ou semi-autonomes. Comme il est plus agréable de se renseigner avant de devoir faire les démarches en toute hâte depuis l'hôpital suite à un accident, voici un résumé des possibilités, inspiré de la séance d'information récente de la Ville de Vernier sur le sujet.

Adapter son propre logement

C'est le changement le moins contraignant, puisque vous restez à domicile. Si votre logement est récent, il y a des chances pour qu'il soit adapté aux personnes handicapées, les travaux seront donc minimes. Mais si votre immeuble est ancien, un check-up s'impose. Votre appartement est-il compatible avec un fauteuil roulant ou un déambulateur? Qu'en est-il de l'accessibilité de l'immeuble en général? Et les portes? Toute personne qui peine à accomplir des activités de la vie courante suite à une maladie, un accident ou des problèmes liés à l'âge peut faire appel à un ergothérapeute de l'Institution genevoise de maintien à domicile (Imad), qui fera des propositions d'aménagement de l'environnement pour contourner les obstacles et compenser les difficultés. «Marches, tapis, objets encombrants ou éclairage inadapté constituent autant d'éléments problématiques pouvant provoquer des chutes», explique Catherine Bernier, ergothérapeute et responsable d'équipe à l'Imad. Cette prestation est prise en charge par la LAMal, sur prescription médicale. «Le client doit faire les démarches auprès de sa régie pour l'informer des modifications requises, en



Pour rester à domicile, conserver son autonomie, des prestations et des aides sont proposées aux aînés. Il existe aussi une alternative à l'EMS. GETTY IMAGES

Le problème

Pour éviter une arrivée précipitée à l'EMS, dernier lieu de vie, suite à un accident, mieux vaut étudier ses options en amont, comme l'adaptation du logement ou l'IEPA. Quelques adresses utiles: **Imad** www.imad-ge.ch **FAAG** www.faaag-ge.ch **Fonds Hélios** www.ge.ch/document/reglement-fonctionnement-du-fonds-helios

veillant à joindre le rapport de l'ergothérapeute au courrier», détaille Catherine Bernier. Pourtant, c'est au bon vouloir de la régie d'aménager ou non un logement ou l'immeuble. Le fonds Hélios, soit une aide financière conjointe entre l'État et la Fondation Hans Wilsdorf, permet de financer jusqu'à deux tiers du coût des travaux, pour les personnes dans le besoin. À titre d'exemple, la transformation d'une baignoire en douche italienne coûte environ 30 000 francs.

Il existe dans le canton 26 immeubles avec encadrement pour personnes âgées

(IEPA), à mi-chemin entre le logement personnel et l'EMS, mais bien moins chers que ce dernier. «Actuellement, 53 logements sont disponibles à l'IEPA Les Marbriers, à Lancy», indique Frédéric Budan, directeur des IEPA à l'Imad. Il s'agit d'appartements individuels adaptés au handicap, avec des salles communes où l'on peut rejoindre - si l'on veut - ses voisins pour des repas et des animations.

Des appartements équipés

«Chaque appartement possède un système de sécurité composé d'une télé-

alarme, avec la possibilité d'appeler à l'aide en cas de besoin, ainsi qu'un contacteur de porte envoyant une alarme si la porte d'entrée de l'appartement n'a pas été ouverte depuis vingt-quatre heures», précise Frédéric Budan. L'Imad assure notamment un encadrement de proximité par le biais d'un accompagnement social, d'un soutien administratif, de l'intendance, des premiers niveaux de secours et d'un appui pour les soins à domicile. Par ailleurs, un veilleur assure la tranquillité et la sécurité de l'immeuble toutes les nuits.

Le dessin par Herrmann

GE: 96 PROJETS POUR FAVORISER PIÉTONS ET CYCLISTES



Encre Bleue

Sous les ailes, les trottoirs

Le ballet étourdissant des étourneaux dans le ciel de ce lundi, à l'heure où le soleil déclinait doucement, avait tout pour alimenter le billet de ce jour, tant le spectacle, extraordinaire, bruissait soudain de vie sur le cimetière des Rois. Et devant mes fenêtres grandes ouvertes, qui plus est...

Sauf que le sujet est déjà traité par un mien collègue en page locale de ce journal. Bien vu! Je m'incline donc devant sa prose et devant l'image du photographe, qui traduisent toutes deux si bien ce moment de grâce.

À défaut de pouvoir prendre l'air sur les ailes des étourneaux, revenons à des préoccupations plus terre à terre. Plus douloureuses parfois aussi.

Un monsieur marchait ainsi paisiblement sur un trottoir de la ville, en toute sécurité, par un beau jour d'octobre. Arrivent alors de face sur le même accotement et droit sur lui deux adolescents en trottinette.

Sans prêter garde au promeneur solitaire, l'un des garçons le bouscule au passage. Et vlan, le passant tombe lourdement et sa tête vient cogner le sol. Ça fait mal, et ça irrite.

D'autant que l'accident ne semble pas trop émuvoier les deux trottineurs, à qui le blessé demande, sans trop y croire, leurs pièces d'identité.

Les jeunes ont juste le temps de répondre qu'ils n'en ont pas, et ils filent à toute allure sur leur léger bolide, en laissant derrière eux un homme secoué et en plein doute.

C'est vrai, au fond. Comment se sentir encore en confiance sur un trottoir si tous les engins à roulettes ou à roues peuvent surgir n'importe quand et où, à plus grande vitesse que celle d'un piéton, risquant ainsi de le renverser.

Pourquoi ne pas instaurer un permis de circulation pour les trottinettes et les vélos, se demande l'homme à terre. Et même. Cela ne rendrait pas certains usagers de la route plus prévoyants pour autant.

Julie

Retrouvez les chroniques de Julie sur www.encrebleue.tdg.ch ou écrivez à Julie@tdg.ch