



# SÉCURITÉ POUR LES PERSONNES SOUFFRANT DE DÉMENCE

**N'oubliez pas l'environnement de vie !**

# TABLE DES MATIÈRES

---

1. Un peu de théorie
2. Contrastes
3. Identification
4. Gestion des stimulus
5. Forbo Flooring et sols pour personnes souffrant de démence





# 1. UN PEU DE THÉORIE

---

**La démence est une maladie du cerveau. Elle connaît plus de 50 manifestations différentes qui ont toutes en commun la mort des cellules cérébrales et en définitive la détérioration de parties entières du cerveau. La disparition de cellules cérébrales entraîne la perte de fonctions : mémoire, langage, orientation, compréhension et manipulation ne sont que quelques exemples des lésions possibles.**

Le cerveau se compose d'un *cerveau inférieur* (sentiments et émotions) et d'un *cerveau supérieur* (réflexion et raisonnement). Ce cerveau supérieur, appelé néocortex, est le premier touché, entraînant la détérioration rapide de fonctions comme la planification, le respect de soi, la réflexion, le lien cause-conséquence et l'initiative par exemple. Lorsque ce cerveau supérieur est atteint, ce sont les fonctions du cerveau inférieur qui prennent le dessus. Le *sentiment* devient plus important que la *raison*. Le monde n'est plus appréhendé de manière logique mais émotionnelle. En revanche, si le cerveau supérieur continue d'être trop sollicité, cela crée rapidement un sentiment d'insécurité ou de stress.

Le Professeur Tom Kitwood (Angl. 1937-1998) décrit notre comportement comme une conjonction de six facteurs : notre personnalité, notre histoire, notre santé physique et neurologique et notre environnement social et physique. Sur ce dernier point, l'aménagement et la décoration jouent un rôle important. La perception de l'espace n'est pas toujours optimale, contrairement à la sensation. Mais comment adapter un bâtiment, un espace ou une chambre à la démence ?

## 2. CONTRASTES

---

**Bon nombre de personnes souffrant de démence rencontrent des problèmes d'acuité visuelle (vision). Ces problèmes ne peuvent être résolus par l'opticien du fait qu'ils trouvent leur source dans le cerveau. Une lumière et des contrastes suffisants sont donc extrêmement importants.**

La perception de la profondeur représente également un problème. Si la couleur de l'assise de la chaise est trop proche de la couleur du revêtement de sol, le simple fait de s'asseoir peut poser problème. Il n'est pas rare que des malades ne s'assoient qu'à moitié sur la chaise, n'osent pas aller s'asseoir ou aient l'impression que la chaise est plus haute ou plus basse qu'en réalité. Ce type de problème se présente lorsque l'espace est principalement composé de murs blancs : la profondeur n'est pas perçue et l'espace semble froid et grand.

Les contrastes peuvent également poser problème du fait qu'une bande ou zone plus foncée sur un sol clair peut aisément être considérée comme un trou ou un sol bleu clair brillant comme de la glace. Cela peut avoir des conséquences involontaires, comme des déplacements peu assurés voire une chute.

---

### CONCRÈTEMENT,

soyez attentif aux différences de couleurs et contrastes suffisants

- Évitez les zones ou bandes noires ou bleues dans le revêtement de sol
- Veillez à ce que le contraste des couleurs soit net entre le sol et les assises de chaise
- Les plateaux de table et plans de travail doivent contraster avec la couleur du sol
- Les portes qui ne sont pas destinées aux résidents doivent être dans la même couleur que le mur
- À l'inverse, les portes qu'ils doivent utiliser doivent ressortir sur le mur
- Évitez les grands murs blancs ou de couleur pastel : des couleurs ou lambris peuvent aider
- Couleur contrastante derrière la cuvette des toilettes et lunette des toilettes noire (contraste et reconnaissance)
- Bande contrastante sur les marches d'escalier ou petites marches

Jusque dans les moindres détails :

- Service à bord coloré, assiettes blanches arborant un bord de couleur vive (rouge)
- Évitez les assiettes blanches sur une nappe blanche
- Différents types de tasses (le fait d'assortir une tasse et la soucoupe correspondante peut être une activité)
- Évitez le lait blanc dans des bols blancs (utilisez plutôt des verres)
- Couleur contrastante derrière/autour de l'interrupteur
- Couleur contrastante sur le bord du tabouret de douche



« Veillez à ce que le contraste des couleurs soit net entre le sol et les assises de chaise »

### 3. IDENTIFICATION

---

**Un environnement identifiable et familier permet de se sentir en sécurité. Lors de la conception d'un bâtiment, il convient de réfléchir à la manière dont la fonction du bâtiment se traduit dans sa conception. Un bâtiment de bureaux a ainsi un autre aspect qu'une église et une maison une autre forme qu'un hôpital. Pour les personnes souffrant de démence, la capacité à percevoir l'environnement est importante pour se sentir en sécurité et comme chez soi.**

L'extérieur n'est pas le seul élément à entrer en compte : pensez à une entrée identifiable et logique, mais surtout à l'aménagement et à l'intérieur qui jouent un rôle essentiel. La chambre ressemble-t-elle à une salle d'attente de cabinet dentaire ou recrée-t-elle l'atmosphère chaleureuse d'un foyer ? Il est important de savoir ici que la démence

perturbe le fonctionnement de la mémoire, de sorte que ce qui est appréhendé en dernier (lorsque de nouvelles informations sont emmagasinées) est également ce qui est oublié en premier.

Cela aide lorsque l'aménagement ressemble à la mode d'il y a 30 ans environ. Cela ne veut pas dire que l'aménagement doit être vieillot, avec des rideaux épais et des meubles en chêne, mais il doit être identifiable.

Nous savons que si une chaise présente des pieds chromés fins, le fabricant aura fait des tests pour garantir qu'une personne de 120 kg peut s'y asseoir en toute sécurité. Pourtant, ces pieds fins laissent la même impression de fragilité. Il en va de même pour un siège de douche rabattable : est-ce bien raisonnable de s'asseoir sur un siège sans pied ? Un placard dont la porte resterait



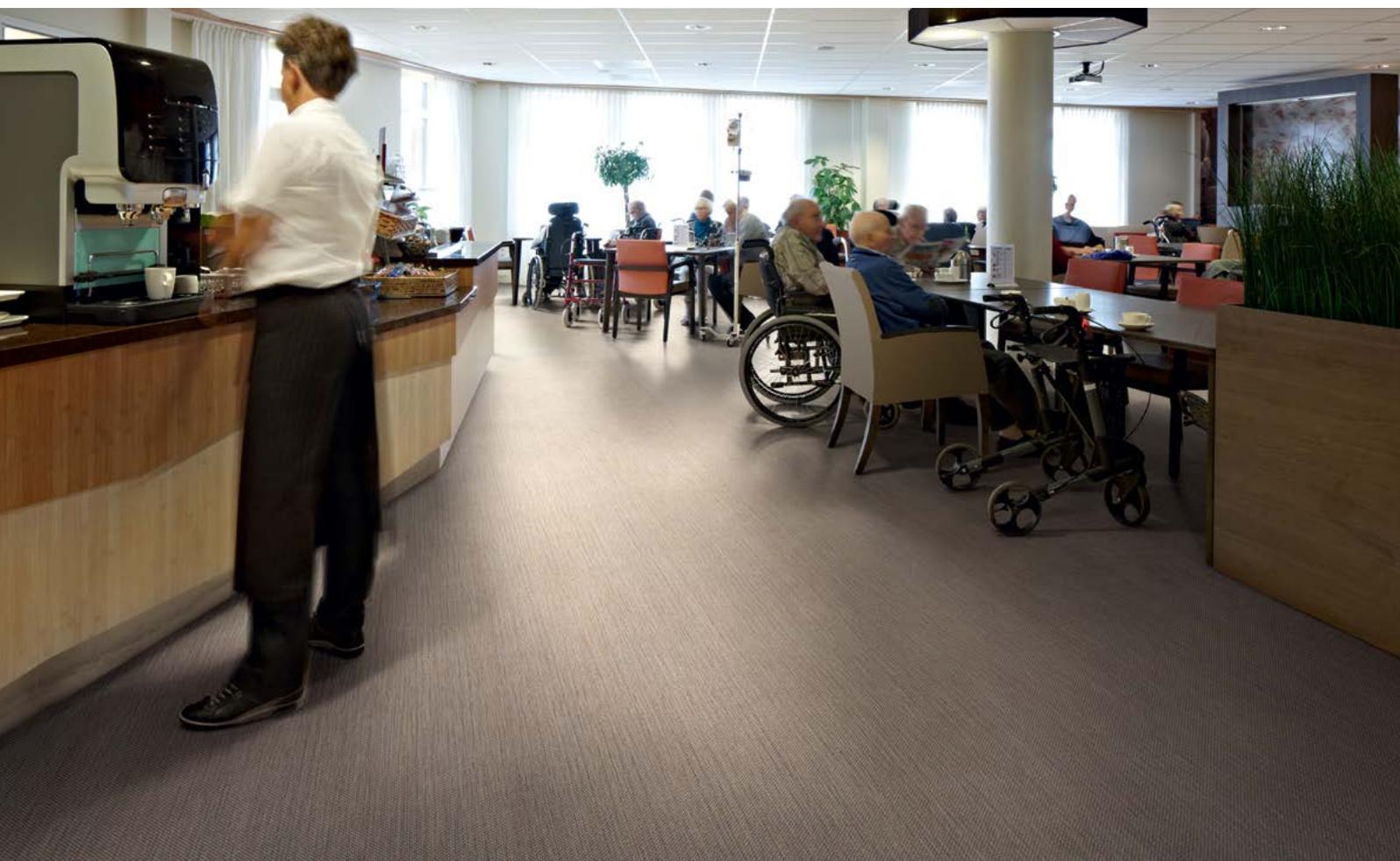
ouverte donne l'impression étrange de sentir un courant d'air tandis que les fenêtres allant jusqu'au sol donnent parfois la sensation d'être assis dehors ou suscitent la peur de tomber.

Bon nombre d'entre nous pratiquent la pensée visuelle, c'est-à-dire qu'à l'évocation du mot WC, nous imaginons dans notre tête un espace mesurant 1,20 mètre de long et 90 cm de large avec la cuvette des toilettes au milieu, un petit lavabo avec une serviette rouge et un calendrier où sont notés les anniversaires. Mais comment reconnaître les toilettes dans un établissement de soins, dans un espace de 3 x 3 mètres rempli d'objets blancs ?

### CONCRÈTEMENT :

soyez attentif à l'aspect du bâtiment et de l'espace par rapport à sa fonction.

- Les meubles en bois sont mieux identifiables que les meubles en acier
- Évitez les espaces sanitaires entièrement blancs avec une cuvette et une lunette de toilettes blanches
- Évitez les parois vitrées qui vont jusqu'au sol
- Les lits doivent permettre une disposition flexible (entrée et sortie à gauche ou à droite)
- Prévoyez un espace pour créer une ambiance propre au résident et lui permettre de mettre ses affaires dans son appartement
- Prévoyez un espace servant de point de reconnaissance à côté de la porte de l'appartement, à hauteur ou sous la hauteur des yeux (beaucoup de personnes âgées ont le regard dirigé vers le bas)
- Prévoyez une signalétique sous la hauteur des yeux ou au sol (voir également Contrastes)





## 4. GESTION DES STIMULUS

---

**Notre cerveau reçoit des milliers de stimulus par seconde, qui font appel à tous les sens. Fort heureusement, nous possédons un filtre très efficace qui repousse ou bloque près de 99 % de ces stimulus avant même que nous en prenions conscience.**

Certains stimulus pénètrent plus rapidement dans notre conscience que d'autres, les plus tenaces étant le mouvement et le son, que nous appelons les stimulus dynamiques. Tout ce qui bouge et fait du bruit est capté plus rapidement par notre conscience. Mais nous sommes également capables de les repousser. Pensez par exemple à quelqu'un qui habite le long de la voie ferrée et qui n'entend plus les trains passer.

Chez vous, vous connaissez tous les bruits et vous n'entendez plus le réfrigérateur qui se met en marche alors que dans une résidence de vacances, cela peut même vous réveiller.

Les personnes souffrant de démence ne parviennent souvent plus à filtrer les stimulus, de sorte que tous les bruits et les mouvements sont appréhendés au même niveau. À l'inverse, certains cerveaux ont réellement besoin de ces stimulus. Si les stimulus sont trop rares, ces personnes se mettent à leur recherche (on les appelle les « marcheurs ») sauf si cela leur est impossible. Parallèlement, il existe également des personnes souffrant de démence qui reçoivent rapidement trop de stimulus et sont désignées par le terme de « zen ». Le cerveau de ces personnes ferme souvent les yeux afin de diminuer le nombre de stimulus (à ne pas confondre avec le fait de dormir assis).



Toujours est-il que, pour nous les humains comme pour de nombreux animaux, les stimulus qui proviennent de derrière sont ressentis comme les plus dangereux. Nous avons souvent tendance à nous asseoir de manière à avoir un mur derrière nous ou à embrasser l'espace du regard. Un cerveau sain est en mesure de désigner et de comprendre un stimulus provenant de derrière : vous identifiez ce bruit derrière vous comme une porte qui claque. En revanche, les personnes souffrant de démence ne peuvent généralement plus identifier les stimulus provenant de derrière elles, ce qui les angoisse, sans même que nous nous en rendions compte.

---

### **CONCRÈTEMENT :**

soyez attentif aux stimulus de mouvement et sonores ainsi qu'aux stimulus provenant de l'arrière.

- Évitez les parois vitrées derrière lesquelles il y a beaucoup de mouvements
- Optez pour des matériaux souples qui atténuent le bruit. Il est toujours possible d'augmenter le son
- Évitez les stimulus provenant de l'arrière (position de la porte, allées, cuisine et télévision)
- Optez pour une lumière (du jour) abondante et des lampes à variateur
- Créez des zones calmes (cachées) pour les « zen » (personnes dont le cerveau ne supporte plus beaucoup de stimulus). Elles aiment par exemple s'asseoir dans des fauteuils à oreilles
- Créez des zones riches en stimulus pour les « marcheurs » (personnes dont le cerveau a besoin de stimulus), même dans le couloir par exemple

## 5. FORBO FLOORING ET SOLS POUR PERSONNES SOUFFRANT DE DÉMENCE

---

**Depuis de nombreuses années, Forbo fournit des sols pour les établissements de santé et de soins aux personnes âgées. Les sols jouent également un rôle dans la conception des espaces dans lesquels les personnes souffrant de démence vivent ou passent du temps.**

Pour des directives spécifiques à la conception intégrant nos sols, Forbo est partenaire au Royaume-Uni du Dementia Services Development Centre (DSDC), un centre international qui mène des recherches et expériences partout dans le monde depuis 25 ans afin d'évaluer quels produits et services de notre gamme peuvent contribuer à améliorer la qualité de vie des personnes souffrant de démence.

En collaboration avec le DSDC, Forbo a spécialement sélectionné certains produits et motifs de la marque, tout en étant conscient du fait que le sol ne représente qu'un élément de l'aménagement complet. Ces sols permettent de créer des espaces dans lesquels les résidents se sentent en sécurité et à l'aise.

Le site Web de Forbo propose un outil en ligne, l'[aide au choix](#). Il permet d'effectuer une recherche parmi les différents types de sols, couleurs et motifs. Cet outil peut également inclure un filtre pour n'afficher que les produits vérifiés par le DSDC.

Les produits sont répartis en 3 classes.

*Les classes d'utilisation du DSDC*

**1a :** Les sols de cette catégorie sont unis et peuvent être utilisés tels quels. Pensez à créer un contraste entre le sol et les murs, les plinthes, les portes, les sanitaires et le mobilier. Le contraste est ici le mot-clé. Forbo recommande un contraste minimal de 30 unités LRV (valeur de réflexion lumineuse) entre les surfaces critiques susmentionnées.

**1b :** Les sols de cette catégorie sont semi-unis et arborent une texture ou un motif minimal. Il peut s'agir d'un motif de bois subtil sans dessin ni nœuds marqués. Les motifs naturels, comme le bois et la pierre, peuvent être utilisés dans la plupart des zones mais avec une certaine prudence. Pensez à créer un contraste minimal de 30 unités LRV (valeur de réflexion lumineuse) entre les surfaces critiques susmentionnées.

**2 :** Les sols de cette catégorie arborent un motif et doivent être utilisés avec les précautions qui s'imposent. Les motifs naturels, comme le bois et la pierre dans cette catégorie, sont plus figuratifs/patinés et, bien que dignes de confiance, doivent être utilisés avec encore plus de prudence que la catégorie précédente. Pensez également ici à créer un contraste minimal de 30 unités LRV (valeur de réflexion lumineuse) entre les surfaces critiques susmentionnées.



### **Acoustique**

L'acoustique peut considérablement influencer sur le confort et la concentration d'une personne. La minimisation du bruit de fond, de l'écho et de la résonance est très importante. Ainsi, les surfaces souples et le mobilier peuvent absorber les sons afin d'éviter l'écho et d'atténuer le bruit. Les plafonds bas qui absorbent le bruit permettent également de réduire le temps de résonance du son, de sorte que la parole est plus compréhensible. Il faut également tenir compte de l'aménagement d'espaces calmes dans le bâtiment. Forbo propose divers sols acoustiques pour réduire le bruit de contact et la résonance.

### **Sécurité**

De nombreux facteurs peuvent mettre en péril la sécurité des résidents. Il est donc important d'identifier les dangers éventuels.

Pensez par exemple au risque de glissade ou de faux-pas. Cela peut être dû au type de revêtement de sol, à une zone de propreté ou des transitions peu visibles entre différents revêtements de sol ou tapis. Le risque d'incendie joue également un rôle important dans le choix du revêtement de sol le mieux adapté à la situation.

### **Assistance**

L'aménagement adapté aux personnes souffrant de démence suscite plus de questions que de réponses. Forbo met à votre disposition des collaborateurs ayant suivi une formation spécifique. Ils seront ravis de vous aider dans le processus de choix et d'aménagement.

**Forbo Flooring nv**  
't Hofveld 4B 001  
1702 Groot-Bijgaarden  
België  
+32 2 464 10 10  
info.belgium@forbo.com  
www.forbo-flooring.be

Suivez-nous sur

