🏡 Guide complet

# Aménager le logement d'une personne âgée : le guide pièce par pièce

Mis à jour le 15 novembre 2026

Rester chez soi le plus longtemps possible, c'est le souhait de la plupart des personnes âgées. Pour que ce soit possible en sécurité, le logement doit parfois évoluer : un siège dans la douche, une barre d'appui près des toilettes, une veilleuse dans le couloir. Bonne nouvelle, la plupart de ces aménagements sont simples et peu coûteux.

Ce guide fait le tour de la maison, pièce par pièce. Pour chaque équipement, nous indiquons s'il est essentiel, utile ou à prévoir selon les besoins, avec un conseil pour bien le choisir.

## Par où commencer ?

Commencez par observer la personne dans ses gestes de tous les jours : entrer dans la douche, se relever des toilettes, monter l'escalier, se lever la nuit. Les difficultés que vous remarquez montrent les priorités. Les équipements marqués « Essentiel » sont ceux qui limitent le plus le risque de chute, à mettre en place en premier.

Associez la personne aux choix : un aménagement qu'elle comprend et accepte sera vraiment utilisé. Et si la situation est complexe (chute récente, retour d'hospitalisation, maladie), demandez l'avis du médecin traitant. Il peut orienter vers un ergothérapeute, qui vient au domicile et propose des aménagements adaptés.

Pour chaque équipement, un niveau de priorité : Essentiel Utile Selon les besoins

### 🛁 Salle de bains et toilettes

C'est la pièce où l'on glisse le plus facilement : sol mouillé, rebord de baignoire à enjamber, toilettes basses. C'est donc par là qu'il faut commencer. Quelques achats simples suffisent souvent à la sécuriser, avant d'envisager des travaux comme une douche de plain-pied.

### Tapis antidérapant de douche ou de baignoire

Essentiel

La salle de bains est l'endroit où l'on glisse le plus facilement : c'est le premier achat à faire.

Voir les modèles

### Siège ou tabouret de douche

Essentiel

Se laver assis évite la fatigue et les pertes d'équilibre.

Voir les modèles

### Barres d'appui vissées

Essentiel

Près de la douche et des toilettes, solidement fixées dans le mur.

Voir les modèles

### Rehausseur de WC

Utile

Utile quand se relever des toilettes devient difficile.

Voir les modèles

### Cadre de toilettes avec accoudoirs

Utile

Une alternative aux barres quand on ne peut pas percer.

Voir les modèles

### Planche ou siège de baignoire

Utile

Pour continuer à utiliser la baignoire en restant assis.

Voir les modèles

### Mitigeur thermostatique

Selon les besoins

Garde une température stable et limite le risque de brûlure.

Voir les modèles

**Nos guides : Choisir un siège de douche, Barres d'appui, Rehausseur WC, Planche de bain.**

## 🚶 Se déplacer

Dans le logement, le danger vient surtout des obstacles : tapis qui glissent, fils qui traînent, marches mal éclairées. Dégagez d'abord les passages, puis choisissez une aide à la marche adaptée. Le bon choix entre canne, déambulateur et rollator dépend de l'équilibre de la personne : le médecin ou le kinésithérapeute peut vous guider.

**Canne réglable** — Essentiel

Réglée à la bonne hauteur, avec un embout antidérapant en bon état.

Voir les modèles

**Rollator ou déambulateur** — Utile

À choisir selon l'équilibre et les sorties : voir notre comparatif.

Voir les modèles

**Chaussures fermées et stables** — Essentiel

Des chaussons qui tiennent bien le pied valent mieux que des mules.

Voir les modèles

**Main courante d'escalier** — Utile

Idéalement des deux côtés de l'escalier.

Voir les modèles

**Rampe d'accès portable** — Selon les besoins

Pour une marche à l'entrée ou un seuil de porte-fenêtre.

Voir les modèles

**Fauteuil roulant de transfert** — Selon les besoins

Pour les sorties longues ou les rendez-vous médicaux.

Voir les modèles

**Nos guides : Déambulateur ou rollator, Choisir un rollator, Canne de marche, Meilleurs rollators.**

## 🛡️ Sécurité et chutes

La nuit, le trajet entre la chambre et les toilettes est un moment à risque : on est encore endormi et il fait sombre. Un bon éclairage et un moyen d'appeler à l'aide changent beaucoup de choses, surtout pour une personne qui vit seule.

**Détecteur de fumée** — Essentiel

Obligatoire dans chaque logement : testez-le régulièrement.

Voir les modèles

**Veilleuses à détecteur de mouvement** — Essentiel

Elles éclairent le chemin entre la chambre et les toilettes la nuit.

Voir les modèles

**Bouton d'appel d'urgence** — Utile

Pour pouvoir prévenir un proche même sans atteindre le téléphone.

Voir les modèles

**Bandes antidérapantes pour escalier** — Utile

Un petit achat qui sécurise chaque marche.

Voir les modèles

**Boîte à clés sécurisée** — Utile

Pratique pour les proches, les aides à domicile et les secours.

Voir les modèles

**Montre ou pendentif avec détection de chute** — Selon les besoins

À comparer avec un service de téléassistance.

Voir les modèles

**Nos guides : Détecteur de chute, Veilleuse à détecteur, Prévenir les chutes.**

## ☕ Vie quotidienne

Rester autonome, c'est aussi pouvoir appeler ses proches, prendre ses médicaments sans erreur et continuer ses activités. Ces petits équipements ne coûtent pas cher et évitent bien des difficultés au quotidien.

### Téléphone à grosses touches

Essentiel

Choisissez un modèle compatible 4G : les réseaux 2G et 3G ferment progressivement.

Voir les modèles

### Pilulier

Essentiel

Un pilulier de la semaine aide à ne pas oublier ni doubler une prise.

Voir les modèles

### Pince de préhension

Utile

Pour ramasser un objet sans se pencher.

Voir les modèles

### Couverts et vaisselle adaptés

Selon les besoins

Manches épais et bols antidérapants quand la prise en main devient difficile.

Voir les modèles

### Horloge calendrier

Selon les besoins

Affiche le jour et le moment de la journée en grand.

Voir les modèles

### Loupe éclairante

Selon les besoins

Pour lire le courrier, les notices et les boîtes de médicaments.

Voir les modèles

**Casque TV sans fil** — Selon les besoins

Pour entendre la télévision sans monter le son pour tout le monde.

Voir les modèles

**Nos guides : Téléphone senior, Choisir un pilulier, Téléphone fixe senior, Meilleurs téléphones seniors.**

## 🛏️ Chambre et repos

Se lever du lit ou d'un fauteuil devient parfois difficile avec l'âge. Avant d'acheter du matériel plus important comme un fauteuil releveur ou un lit médicalisé, demandez conseil : certains équipements se louent, et l'avis d'un professionnel évite les mauvais achats.

**Poignée d'aide au lever** — Utile

Elle aide à s'asseoir puis à se lever du lit.

Voir les modèles

**Fauteuil releveur** — Selon les besoins

Utile quand se lever d'un fauteuil devient pénible : essayez-le si possible.

Voir les modèles

**Table de lit** — Selon les besoins

Pour manger, lire ou poser ses affaires sans se relever.

Voir les modèles

**Coussin d'assise** — Selon les besoins

En cas de risque d'escarres, demandez conseil à un professionnel de santé.

Voir les modèles

**Nos guides : Fauteuil releveur.**

## Petits achats ou travaux ?

Les équipements de ce guide s'installent sans gros travaux. Quand ils ne suffisent plus, des travaux peuvent être envisagés : remplacer une baignoire par une douche de plain-pied, élargir une porte, installer un monte-escalier. Avant de vous lancer, renseignez-vous sur les aides possibles auprès des services de votre département, de votre caisse de retraite ou sur les sites officiels comme service-public.fr.

**Un conseil personnalisé ?** Un ergothérapeute peut venir au domicile et proposer les aménagements adaptés à la personne. Parlez-en au médecin traitant.