

# Info-SEP

Information spécifique de la Société suisse de la sclérose en plaques



## Vivre à domicile

Malgré une mobilité réduite, vivre à domicile le plus longtemps possible est l'un des besoins les plus importants des personnes atteintes de sclérose en plaques (SEP). Le maintien de l'autonomie revêt une grande importance.

Différents facteurs contribuent à ce que l'on se sente «chez soi» dans un logement; par exemple, les pièces familières et leur aménagement, un jardin à soi, les commerces à proximité ou les écoles des enfants. Le réseau relationnel joue également un rôle particulier: la famille, les échanges avec les voisins et les amis ainsi que les contacts avec un médecin de famille de longue date qui vient à domicile, ou encore, la participation à une association.

Lorsqu'un handicap limite les activités, un environnement familial est particulièrement important. Les contacts noués sont une source d'aide et donnent un sentiment de sécurité.

## Repenser le logement

Il est essentiel de réfléchir précocement à la question du logement. Certaines craintes peuvent s'avérer infondées car des adaptations architecturales sont possibles. La réflexion peut aussi révéler que les conditions de logement seront difficiles dès qu'un handicap entravera la mobilité. Il vaut mieux anticiper, car il est alors plus facile de déménager et de s'intégrer à un nouvel environnement.

## Nouvelle organisation ou réorganisation

Pour commencer, il vaut la peine de se demander si des modifications de l'organisation peuvent faciliter le quotidien.

## Adaptations architecturales

Ces adaptations doivent prendre en compte l'intérieur du logement, mais aussi les alentours. A l'intérieur, il faut souvent élargir les portes, supprimer ou combler les marches et seuils et adapter les sanitaires (salle de bains, toilettes). Il faut parfois aussi installer un lift d'escalier.

Il existe toute une série de recommandations, directives et normes qui aident à déceler et surmonter les barrières architecturales.

## Conseil en construction

Le Centre suisse pour la construction adaptée aux personnes en situation de handicap fournit des informations détaillées (également utiles pour les bâtiments neufs) [www.construction-adaptee.ch](http://www.construction-adaptee.ch). Cet organisme spécialisé fournit les adresses des services de consultation cantonaux, lesquels envoient, sur demande, leurs collaborateurs pour procéder à des études sur place.

La FSCMA (Fédération suisse de consultation en moyens auxiliaires pour personnes en situation de handicap et âgées) propose également des conseils en matière d'adaptations architecturales. Ces conseils sont gratuits pour les personnes en âge AI. L'offre de moyens auxiliaires pour surmonter les obstacles architecturaux, conserver son autonomie et faciliter les soins est vaste. Avant d'acheter, demandez conseil auprès d'un professionnel spécialisé et expérimenté ([www.fscma.ch](http://www.fscma.ch)).

## Financement des adaptations architecturales

En règle générale, l'assurance invalidité (AI) prend en charge les adaptations architecturales (simples et appropriées) rendues nécessaires par le handicap pour les personnes en âge AI. Dans le cas de l'AVS, cette obligation de prestation n'existe pas.

## Services d'assistance à domicile

Les soins à domicile offrent des prestations d'aide ménagère en plus des soins de base et de traitement. Dans la plupart des cantons, des services de relèvement proposent également des services ménagers. Pro Infirmis, Pro Senectute et la Croix-Rouge Suisse disposent souvent de services de relèvement. Les repas peuvent être distribués à domicile par des services spécialisés et parfois aussi par des restaurants ou EMS. Dans les localités plus importantes, les organisations d'utilité publique, comme les aides de voisinage, les associations féminines ou ecclésiastiques peuvent proposer des visites et services d'accompagnement. Les organisations privées d'aide et de soins à domicile offrent des prestations d'aide ménagère et de soins complètes dont les coûts doivent être clarifiés au préalable. Si vous bénéficiez d'assurances complémentaires correspondantes de l'assurance-maladie, il vaut la peine d'examiner si un remboursement est possible de leur part.



## Financement des services d'assistance

Assurance complémentaire de l'assurance-maladie, allocation pour impotent de l'AI/AVS, contribution d'assistance de l'AI et prestations complémentaires.

### Sur Internet:

- [www.construction-adaptee.ch](http://www.construction-adaptee.ch)
- [www.fscma.ch](http://www.fscma.ch)
- [www.procap.ch](http://www.procap.ch)

### Informations complémentaires:

- Info-SEP Moyens auxiliaires
- Info-SEP Contribution d'assistance de l'AI

## Recherche de logement

Si les adaptations des pièces d'habitation et de l'extérieur ainsi que l'aide au quotidien ne suffisent pas, nous recommandons de chercher un appartement adapté. Procap est la plus grande organisation d'entraide de Suisse pour les personnes atteintes de handicaps. Le site [www.procap.ch](http://www.procap.ch) aborde les thèmes suivants: informations sur la recherche de logements, directives et notices d'information.

Si vous avez trouvé sur le marché immobilier traditionnel un logement qui n'est pas tout à fait adapté, nous vous recommandons de contacter un centre de consultation en moyens auxiliaires de la FSCMA avant la signature du contrat. Leurs collaboratrices et collaborateurs étudieront si le problème peut se résoudre par une adaptation architecturale ou l'utilisation d'un moyen auxiliaire.

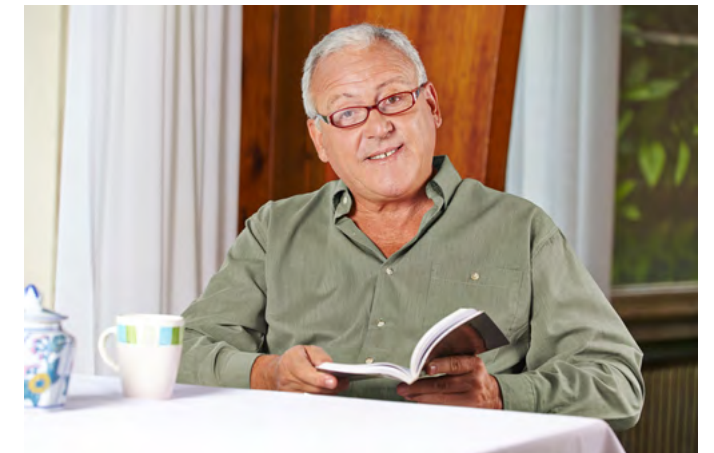
Pour plus d'informations, demandez conseil à la Société suisse de la sclérose en plaques:

Infoline-SEP, 0844 737 463  
Du lundi au vendredi de 09h à 13h

## Prestations de la Société SEP

Afin que que les personnes atteintes de SEP puissent vivre chez elles aussi longtemps que possible de manière autonome et indépendante, nous les soutenons ainsi que leurs proches en:

- informant sur les droits par rapport aux assurances sociales,
- assistant les demandes de prestations,
- donnant des conseils pour les questions de procédures,
- cherchant des offres de relèvement,
- apportant des contributions financières dans les situations difficiles,
- organisant des séjours en groupes pour les personnes atteintes afin de soulager leurs familles.



### Le Registre suisse de la SEP

Le Registre suisse de la SEP permet de documenter la répartition de la maladie en Suisse. Il vise à améliorer la compréhension de la maladie et son traitement en démontrant l'impact sur les personnes atteintes et leurs familles afin d'améliorer leur qualité de vie. Pour plus d'informations et pour vous inscrire [www.registre-sep.ch](http://www.registre-sep.ch).

## Société suisse de la sclérose en plaques

Rue du Simplon 3 / 1006 Lausanne

Information: [www.sclerose-en-plaques.ch](http://www.sclerose-en-plaques.ch) / 021 614 80 80  
[info@sclerose-en-plaques.ch](mailto:info@sclerose-en-plaques.ch)

