

# AMÉNAGEMENT INTÉRIEUR

JANVIER 2021

## Témoignage de Simone Dozon

### Aménagement d'un appartement - Idées pour un meilleur confort, particulièrement en cas de difficultés visuelles.

Je suis très malvoyante (rétinite pigmentaire) et nous avons 71 ans.

Le projet a été de trouver et aménager un lieu de vie où vivre le plus longtemps possible, confortablement, et éviter autant que possible de futurs réaménagements.

Nous avons eu la chance de trouver un espace-bureau à aménager presque entièrement.

Rez-de-chaussée sans aucune marche, même à la porte d'entrée sur la rue.

Dans notre recherche d'un appartement mon mari et moi avons déterminé deux critères impératifs. Centre ville à proximité, à pied, des commerces et lieux culturels, accessibilité en fauteuil roulant, au cas où l'un de nous ou un visiteur y serait soumis.

### *Aménagement intérieur*

Il a fallu insister auprès des artisans pour que les petits dénivelés à l'intérieur soient compensés par de légères pentes où le pied ne s'accroche pas.



Le sens du calepinage des carrelages (et des nuances de teintes) guide le regard vers la lumière extérieure et différencie les espaces (entrée et salon).



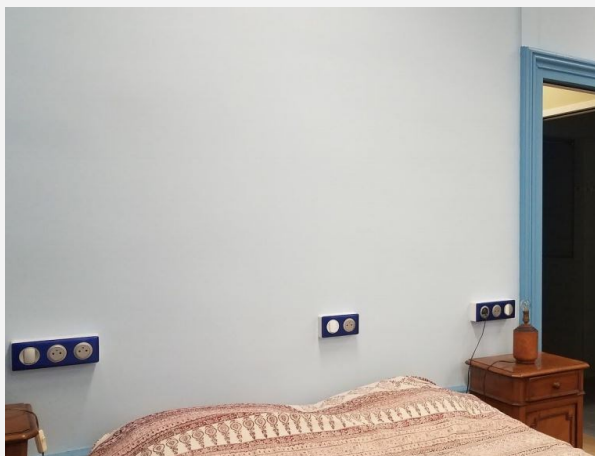
Une longue marche devant la baie vitrée du patio peinte en rouge la rend bien visible.

Toutes les portes de la partie réaménagée sont à galandage (coulissantes dans la cloison) ce qui gagne de l'espace, permet une meilleure circulation (notamment en fauteuil roulant) et m'évite de me cogner dans une porte à demi ouverte.

Il faut prévoir des poignées de portes saillantes pour les tenir et faire glisser plus facilement. Les systèmes qui nous ont été d'abord proposés n'étaient pas pratiques. Mais il faut tenir compte de la réduction de l'espace d'ouverture pour la dimension de la porte qui ne peut plus se rétracter totalement.



Les prises électriques installées à bonne hauteur, pour ne pas avoir à se baisser.



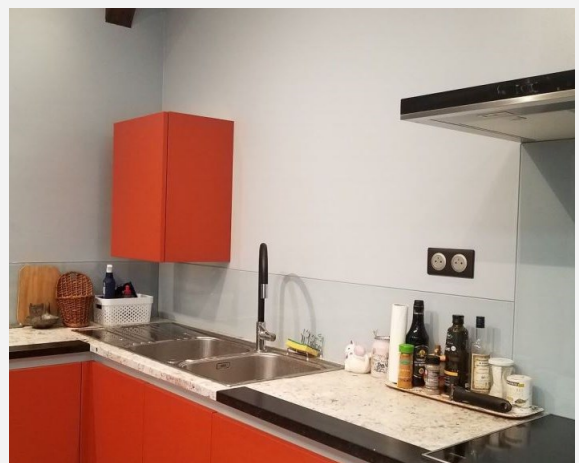
La machine à laver à hublot est posée sur un socle de 30 cm, pour ne pas avoir à trop se baisser pour sortir le linge. En cas de difficulté, un petit tabouret pour s'asseoir devant la machine pourrait soulager le dos...

Dans la cuisine, pas de placard en hauteur, en vieillissant on finit par ne plus y accéder, et a-t-on vraiment besoin de tant d'objets ? Une exception, le « scola piatti » italien, petit placard-égouttoir sans dessous qui permet de mettre à sécher la vaisselle usuelle, pour le prochain repas...



Selon le système d'ouverture des portes des placards, veillez à ce qu'il soit visuellement ou en tactile, facilement identifiable.

Pour palier mes difficultés visuelles, la hotte et la plaque de cuisson à induction ont des boutons. Le plan de travail en granit clair a un rebord de 10 cm de large en granit noir mat. Je sais que rien ne doit être posé sur cette zone foncée.



Dans la salle d'eau accessible en fauteuil roulant, la douche à l'italienne se ferme par un rideau, préféré à une cloison fixe (obstacle de plus pour moi), un banc au mur pour s'asseoir dans la douche et le rebord en continuité (pour les produits de beauté) recouvrent en réalité des tuyaux non encastrables.



Pour bien séparer l'espace au sol de la douche du reste de la salle d'eau, des petits carreaux antidérapants et contrastés ont été choisis pour la douche.

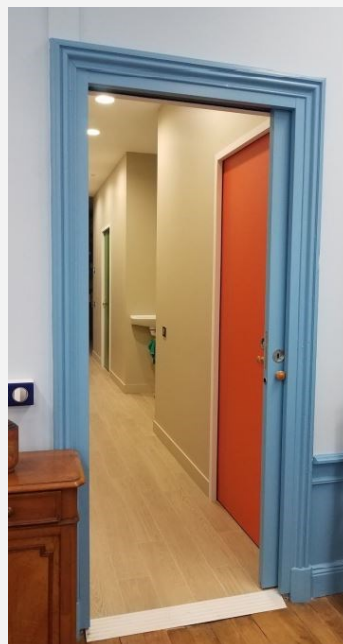
La longueur du mur le permettant, nous avons choisi un sèche-serviette horizontal pour mettre plus de serviettes les unes à côté des autres sans les superposer comme dans la version verticale.

Pour toute la partie où le sol devait être refait (séjour, couloirs, toilettes) nous avons opté pour du carrelage imitant le parquet, sous lequel a été posée une trame chauffante qui donne une température la plus uniforme possible et très agréable. Cela permet de minimiser le nombre de radiateurs sur les murs, qui ont de plus un format vertical.

## Couleurs et contrastes

Ma vision tubulaire étant très limitée en champs visuel, les contrastes murs et sols ont été privilégiés par les coloris, apportant également en esthétique : le

couloir de la partie sanitaires et chambre a cinq portes, vert foncé, vert clair, rouge-magenta, bleu lavande et orange. Ainsi un coup d'œil me permet de savoir où je suis.



Les murs des différentes pièces contrastent avec les portes, et avec les murs des pièces voisines.

**Précision : tous les coloris sont mats et le blanc est proscrit, car ce qui brille fait des reflets parasites. Et il faut penser, dans les contrastes, au mobilier plus ou moins clair que nous avons.**

Les couleurs des interrupteurs (partie cadre et partie centrale) ont été choisies pour leurs contrastes avec les murs, et leur harmonisation avec les frises des salles d'eau, ou en rappel de particularités du mobilier.

Pour chaque couple d'interrupteurs fonctionnant en va-et-vient on a opté pour le même coloris. Par exemple dans le séjour, il y a une commande avec trois interrupteurs dont deux sont en va-et-vient. Cette différence colorée permet de faciliter le souvenir de tel et tel circuit.

## Lumières

Allumage automatique dans les couloirs. Eclairages très lumineux (plaques au plafond comme on en voit dans les bureaux), sur variateur, dans les différentes pièces, évitant les ombres portées que j'ai des difficultés à identifier. Le variateur permet un meilleur réglage de la lumière, selon l'heure de la journée et les occupations.

Par exemple dans la chambre, 4 plaques lumineuses, mises 2 par 2 sur 2 interrupteurs différents permettent de baisser la lumière la nuit pour qu'elle soit suffisante si on se lève, et cela éclaire mieux qu'une petite lampe de chevet.

La cuisine n'ouvrant pas sur l'extérieur, notre choix pour la fermer a été de mettre une grande vitrine formant verrière qui décore et laisse passer la lumière.



## Conseil

Un dernier conseil plus général que j'ai appliqué et observé depuis longtemps : quand vous identifiez, où que ce soit, un élément qui vous déplaît ou vous est inconfortable, et au cas où vous auriez un projet d'aménagement intérieur, notez-le pour faire en sorte que cela ne soit pas installé chez vous.

**Témoignage rédigé par Simone Dozon**  
**[simone.dozon.colpi@orange.fr](mailto:simone.dozon.colpi@orange.fr)**  
**06 71 65 43 49**

*Photos : François de Font-Réaulx, architecte*