

Seniors : Comment vieillir heureux chez soi ? Zoom sur l'adaptation du logement et les résidences seniors

Alimentation saine, exercice physique régulier, maintien du lien social, projets... Si les secrets pour vivre bien le plus longtemps possible et retarder l'âge de l'entrée en dépendance sont connus de chacun, **on oublie parfois que le logement est une composante essentielle du « bien vieillir »**. **La tenue conjointe du Salon des services à la personne et de Solulo (Salon des résidences seniors, maisons de retraite, Ehpad...) les 24, 25 et 26 novembre prochains permet aux seniors d'évaluer la solution la mieux adaptée à leur besoin : rester chez eux en adaptant leur logement ou rejoindre un nouveau domicile tel qu'une résidence seniors.**

Les 2 « chez-soi » des seniors

Pour rester chez eux le plus longtemps possible, nos aînés peuvent adapter leur logement ou choisir d'habiter dans une résidence seniors.

- **Adapter son logement actuel :**

Si les logements des seniors étaient mieux adaptés, bon nombre d'accidents domestiques pourraient être évités. Un enjeu important puisque les + de 75 ans sont victimes de 2/3 des accidents domestiques, qui rappelons le, causent par ailleurs 5 fois plus de décès que les accidents de la route chaque année.

En choisissant des installations plus fonctionnelles (dans la salle de bain et la cuisine notamment), en se dotant de domotique ou de téléassistance par exemple, les seniors peuvent rester dans un univers familial plus longtemps, tout en limitant les risques.

Au sein de la Maison du Mieux Vivre, les visiteurs bénéficient notamment des conseils gratuits d'architectes, d'ergothérapeutes et d'experts en domotique et échangent avec des structures proposant des solutions d'adaptation du logement.

- **Choisir une résidence services pour Seniors :**

Ces résidences (on en compte près de 400 en France), permettent aux seniors de vivre en toute autonomie dans un environnement adapté. Ils choisissent la surface de leur appartement, apportent certains de leurs meubles et sont totalement libres d'aller et venir, de recevoir leurs proches... Le tout dans un environnement sécurisé et avec accès à des espaces communs (restaurant, salle de détente par exemple) leur permettant de rompre l'isolement dont ils sont parfois victimes en restant dans leur domicile.

Au salon Solulo, les seniors ou leurs aidants échangent avec les responsables des établissements et en découvrent les caractéristiques.

Quel que soit leur « chez-soi », les services à la personne soutiennent les seniors

Qu'ils choisissent d'adapter leur logement actuel ou de rejoindre une résidence, les seniors peuvent avoir recours aux services à la personne pour les aider au quotidien : 70% des plus de 75 ans ont d'ailleurs déjà fait ce choix.

Au Salon des services à la personne, les visiteurs trouvent les services dont ils ont besoin et les réponses à toutes leurs questions.

A propos du Salon des services à la personne :

La 9^{ème} édition du Salon des services à la personne se déroule du 24 au 26 novembre, à Paris Porte de Versailles. Créé en 2007, ce salon est devenu l'événement national du secteur des services à la personne.

www.salon-services-personne.com

A propos de Solulo :

Solulo est le Salon des Résidences seniors, Maisons de retraite et Ehpad. Pour sa 4^{ème} édition, il se tient conjointement au Salon des services à la personne, du 24 au 26 novembre à Porte de Versailles, Paris.

www.solulo.com

Contacts presse - Le Public Système

Caroline Fichera - cfichera@lepublicsysteme.fr - 01 41 34 20 99

Elodie Testa - etesta@lepublicsysteme.fr- 0 1 70 94 65 07