Liste de contrôle pour le choix d'un home / EMS

PRO SENECTUTE
PLUS FORTS ENSEMBLE

Cette liste de contrôle est destinée à vous aider à choisir l'établissement adéquat. Prenez votre temps, discutez avec vos proches et notez les points importants. N'oubliez pas d'aborder tous les détails et de bien réfléchir aux besoins personnels. L'idéal est de clarifier les questions en suspens en discutant avec la direction du home / de l'EMS.

1. Emplacement

- ☐ À quelle distance du domicile actuel, de celui des proches et des connaissances le home / l'EMS se situe-t-il ?
- ☐ Souhaitez-vous vivre dans un endroit central ou à l'écart ?
- ☐ Souhaitez-vous une bonne desserte en transports publics ?
- ☐ Préféreriez-vous un petit ou un grand home / EMS ?
- ☐ Souhaitez-vous résider avec des amis ou des connaissances dans le même home / EMS ?
- ☐ Des magasins, des cafés, des espaces publics sont-ils accessibles à pied ?

2. Liberté d'établissement

Les personnes concernées entrent généralement en home ou EMS dans leur commune de résidence. Il convient d'envisager les possibilités offertes par la commune de résidence actuelle ou un éventuel changement de commune de résidence, notamment en vue de faire face à toute nécessité de soins qui surviendrait ultérieurement.

Prenez conseil suffisamment tôt, par exemple auprès du bureau de consultation de Pro Senectute de votre région, de la commune ou de la direction de l'établissement.

3. Coûts et financement

La facture d'un home ou EMS se compose de plusieurs parties. Posez les questions suivantes sur les frais de soins :

- ☐ Quel montant est pris en charge par la caisse-maladie ?
- ☐ La commune participe-t-elle aux frais de soins ?
- ☐ Un supplément est-il appliqué si je n'habitais pas la commune auparavant ?
- ☐ Qu'en est-il des prestations complémentaires ?
- ☐ Dans quelle mesure dois-je utiliser ma fortune et quelles sont les possibilités d'aide ?

Prenez conseil suffisamment tôt, par exemple auprès du bureau de consultation de Pro Senectute de votre région, de la commune ou de la direction de l'établissement.

Pro Senectute Suisse
Lavaterstrasse 60 · Case postale · 8027 Zurich · Téléphone 044 283 89 89
info@prosenectute.ch · prosenectute.ch

ZEWO ZENTRALSTELLE CERTIFICATION

PRO SENECTUTE
PLUS FORTS ENSEMBLE

4. Équipement

Sécurité et orientation dans l'espace extérieur

- ☐ Y a-t-il des sièges et des espaces verts ?
- ☐ Comment l'éclairage extérieur se présente-t-il et y a-t-il des rampes ?
- ☐ Existe-t-il des passages sûrs pour traverser les routes fréquentées ?

Sécurité et orientation à l'intérieur

Réfléchissez à l'infrastructure que vous souhaiteriez dans votre nouveau chez-vous. Pour vous aider, nous avons fait une liste de différents points :

- ☐ Accessibilité en chaise roulante
- ☐ Ascenseur
- ☐ Cafétéria publique ou restaurant
- ☐ Salle de séjour commune
- ☐ Jardin, terrasse ou balcon
- ☐ Salle de télévision
- ☐ Bibliothèque
- ☐ Coins fumeurs / non-fumeurs
- ☐ Animaux du home / de l'EMS
- ☐ Chambres pour visiteurs
- ☐ Ambiance agréable
- ☐ Est-il facile de s'orienter dans le bâtiment ?
- ☐ Les étages sont-ils de couleurs différentes, les pièces sont-elles identifiées par des inscriptions bien visibles ?
- ☐ Comment puis-je passer de ma chambre à l'extérieur facilement et en toute sécurité ?
- ☐ Le home ou l'EMS est-il doté d'endroits où je peux recevoir des visites au calme ou de manière plus animée ?
- ☐ Puis-je décider moi-même si je préfère rester seule/seul ou être en compagnie d'autres personnes ?

Ouverture des locaux à des personnes extérieures

- ☐ La cafétéria est-elle également plaisante pour les habitantes et habitants du quartier ?
- ☐ Des associations, des groupes d'enfants ou des habitantes et habitants du quartier utilisent-ils les locaux ?

PRO SENECTUTE
PLUS FORTS ENSEMBLE

5. Aménagement

Les besoins en matière d'aménagement sont eux aussi très individuels. Réfléchissez aux conditions que votre chambre devrait remplir pour que vous vous y sentiez bien.

- ☐ Taille de la chambre (éventuellement petit appartement)
- ☐ Propre cave ou réduit
- ☐ Buanderie indépendante
- ☐ Nettoyage individuel de la chambre
- ☐ Téléphone, télévision, radio et Internet
- ☐ Kitchenette
- ☐ Salle de bains et douche dans la chambre
- ☐ Balcon
- ☐ Liberté de décoration lors de l'emménagement
- ☐ Permission de fumer et/ou d'avoir des animaux domestiques
- ☐ Possibilité d'apporter ses propres meubles
- ☐ Les chambres peuvent-elles être adaptées si le besoin de soutien s'accentue ?

Vie privée et contrôle

- ☐ Ai-je mon mot à dire sur les heures de nettoyage ?
- ☐ Quelles sont les règles concernant les clés, l'accès et les heures de visite ?

Dressez une liste des objets que vous souhaitez absolument prendre avec vous et discutez-en avec la direction du home / de l'EMS. Vous éviterez ainsi de mauvaises surprises lors de l'emménagement.

Notes

PRO SENECTUTE
PLUS FORTS ENSEMBLE

6. Prestations proposées

Les prestations varient beaucoup d'un home / EMS à l'autre. Renseignez-vous bien avant de prendre votre décision.

- ☐ Lessive et nettoyage de la chambre par le home / EMS
- ☐ Choix des menus (souhaits spéciaux, régimes, choix des boissons)
- ☐ Heures des repas individuelles
- ☐ Repas dans la chambre
- ☐ Coiffeur, pédicure, etc.
- ☐ Heures de visite
- ☐ Offres sociales et culturelles (activités physiques en groupe, conférences, etc.)
- ☐ Quelles sont les prestations de base ? Qu'est-ce qui est en option ?
- ☐ Les résidentes et résidents peuvent-ils participer à l'élaboration des offres ?

Sur demande et moyennant supplément, de nombreux homes / EMS proposent également des prestations d'aide et de soins. Clarifiez donc ces questions importantes lors du choix de l'établissement :

- ☐ L'aide et les soins sont-ils assurés par du personnel qualifié dans le home / l'EMS ?
- ☐ Les personnes de contact sont-elles toujours les mêmes ?
- ☐ Que se passe-t-il si la nécessité de soins s'accroît ? Les personnes restent-elles dans l'établissement ou doivent-elles en changer ?
- ☐ Puis-je choisir moi-même mon médecin ?
- ☐ Mes proches peuvent-ils assurer une partie des prestations d'aide ?
- ☐ Des méthodes curatives alternatives sont-elles aussi proposées ?
- ☐ Quelles offres thérapeutiques sont proposées (physiothérapie, kinésithérapie ou ergothérapie, etc.) ?

Notes

PRO SENECTUTE
PLUS FORTS ENSEMBLE

7. Loisirs

Vous devriez pouvoir continuer d'organiser vos loisirs selon vos besoins. Vous vous découvrirez peut-être même de nouvelles passions. De nombreux homes / EMS proposent leurs propres manifestations ou cours, qui vous permettront de lier rapidement des amitiés.

- ☐ Parties de jeux
- ☐ Groupes de peinture, tricot ou autres
- ☐ Groupes d'activité physique ou de promenade
- ☐ Cercles de lecture
- ☐ Offres culturelles (concerts, soirées films, conférences, etc.)
- ☐ Les activités externes peuvent-elles être poursuivies de manière adéquate ?
- ☐ Dois-je participer à un programme ?
- ☐ Ai-je le droit ne pas y participer si je le souhaite ?
- ☐ Existe-t-il des offres intergénérationnelles en lien avec le quartier ?
- ☐ Comment puis-je continuer à participer à la vie du quartier ?

Renseignez-vous auprès de la direction du home / de l'EMS sur les activités proposées et les possibilités de poursuivre vos loisirs en-dehors de l'offre de l'établissement.

8. Autodétermination et participation

L'autodétermination compte beaucoup pour de nombreuses personnes âgées, qui la considèrent comme un gage de qualité de vie. Pouvoir donner un sens à cette période de la vie et y apporter sa contribution joue également un rôle essentiel pour le bien-être.

- ☐ De quelle manière puis-je avoir mon mot à dire sur les questions de la vie quotidienne ?
- ☐ Les résidentes et résidents disposent-ils d'une représentation ?
- ☐ Comment les plaintes sont-elles traitées ?
- ☐ Quelle est la philosophie de l'établissement ? Quelle est sa ligne directrice ?
- ☐ Comment la diversité en termes d'origine, de mode de vie, d'orientation religieuse ou sexuelle ou d'autodétermination en fin de vie s'exprime-t-elle ?

Renseignez-vous auprès de la direction du home / de l'EMS sur les valeurs et les lignes directrices de l'établissement.

Notes