

FICHE PRATIQUE

Choisir sa maison de retraite

ACCOMPAGNER TOUS LES PARCOURS DE VIE

1 - Etablissez une liste de maison de retraite

En tout premier lieu il convient de :

- **Définir ce qui est important pour la personne** : pouvoir recevoir librement ses proches, accueillir son animal de compagnie, se trouver dans un environnement sécurisant en s'assurant qu'une aide et des soins efficaces seront prodigués en cas de perte d'autonomie, bénéficier d'un cadre de vie agréable où seront proposées des activités et animations adaptées à l'âge et l'état de santé...
- **Déterminer quel type d'établissement est le plus adapté** ;
- **Définir la zone géographique** où la personne âgée souhaite résider.

Ensuite il faut rechercher les établissements répondant aux critères.





Des organismes peuvent aider à effectuer ces recherches :

- Le **Conseil Départemental**
- Les services sociaux de proximité : **CLIC, CCAS, Mairie...**
- Le site du service public **Via Trajectoire**, aide à trouver une maison de retraite et permet de remplir son dossier d'inscription en ligne, de le faire parvenir aux établissements sélectionnés, puis de suivre l'avancement de son dossier. Il propose aussi un annuaire : <https://usager.viatrajectoire.fr/>
- Contacter également les **Caisses de retraite complémentaire** qui peuvent disposer de lits réservataires.

Si vous ne connaissez pas le nom de votre caisse, contactez le **CICAS** au **09 70 66 06 60**.

- Les annuaires pour les personnes âgées et les aidants : <https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr/annuaires>

À NOTER :

Les délais pour obtenir une place en établissement sont parfois très longs. **Il est donc conseillé, lorsque cela est possible, d'anticiper l'entrée en maison de retraite.**

2 - Obtenez les documents et renseignements utiles

Contactez par téléphone ou par courrier chacune des maisons de retraite sélectionnées, afin de demander certains renseignements.

En fonction des réponses, un premier tri pourra déjà être effectué.

- S'agit-il d'un établissement public ou privé ?
- Quelle catégorie de personnes y est accueillie : personnes valides ou dépendantes ?
- L'établissement dispose-t-il de chambres individuelles ou de chambres à 2 lits ou plus ?
- L'établissement est-il habilité au titre de l'aide sociale ? au titre de l'APL ?
- **Quels sont les tarifs ?**

L'établissement doit être en mesure de fournir une fiche tarifaire complète précisant les différents tarifs et garanties applicables dans l'établissement :

- **Le tarif hébergement** : ce tarif détaille les prestations couvertes et leurs coûts : lavage du linge, ménage de la chambre, nombre de repas par jour, télévision, montant de la majoration des tarifs téléphone.... S'il existe des suppléments (niveau de confort de la chambre par exemple) se les faire préciser.
- **Le tarif soins** : personnels soignants, dispositifs médicaux... Ce tarif est pris en charge par l'Assurance Maladie. *Vérifiez tout de même qu'il n'est demandé aucun supplément.*
- **Le tarif dépendance** : il s'agit des frais liés à la dépendance et les prestations couvertes par ce tarif (en particulier les charges liées à l'incontinence).
- Le tarif restant à charge en cas d'hospitalisation ;
- Le tarif restant à charge durant les vacances ;
- Le montant de la caution (ou dépôt de garantie).

Lors de la prise de renseignements, il est également important de demander les documents incontournables :

- **Le contrat de séjour** : il définit la liste exhaustive des prestations et leur prix.
- **Le règlement intérieur.**

Ces deux documents doivent obligatoirement être fournis. S'ils sont refusés, il est conseillé de se détourner de cet établissement.

Les documents suivants peuvent également être intéressants à demander, afin de se faire un avis :

- Un menu de la semaine en cours.
- Le programme des activités de cette même semaine.
- Un compte-rendu de la dernière réunion du conseil de résidents.
- Le procès-verbal de la dernière commission de sécurité.



À NOTER :

Selon votre situation, des aides financières peuvent être sollicitées.

3 - Visitez et posez des questions

Après avoir obtenu les premiers éléments, demandez un rendez-vous afin de visiter les établissements sélectionnés.

Aidez-vous de notre fiche de visite pour comparer les établissements.



4 – Fiche de visite

	Établissement 1	Établissement 2	Établissement 3
Questions concernant la vie quotidienne			
Le lever et coucher			
Quels sont les horaires de lever et de coucher ?			
Les horaires de lever et de coucher peuvent-ils être adaptés aux besoins de la personne ?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non
Les repas			
Où sont servis les repas ?	<input type="checkbox"/> En chambre <input type="checkbox"/> En salle <input type="checkbox"/> Au choix	<input type="checkbox"/> En chambre <input type="checkbox"/> En salle <input type="checkbox"/> Au choix	<input type="checkbox"/> En chambre <input type="checkbox"/> En salle <input type="checkbox"/> Au choix
Que vaut la nourriture ? (essayez d'être présent à l'heure du déjeuner...)			
Les repas sont-ils préparés sur place ?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non

Établissement 1	Établissement 2	Établissement 3
-----------------	-----------------	-----------------

Les repas

Un spécialiste de la diététique est-il associé à l'élaboration des menus ?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non
Les plats sont-ils servis chauds ?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non
Les menus spéciaux sont-ils possibles ?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non
Quels sont les horaires des repas ?			
De combien de temps disposent les personnes pour manger ?			
Est-ce qu'il y a une collation à 16 heures ?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non
Si oui, quel type de collation ? (un yaourt, un biscuit, au choix du résident ? ...)			

Établissement 1	Établissement 2	Établissement 3
-----------------	-----------------	-----------------

La toilette

En cas de besoin d'aide pour la toilette, combien de douches par semaine peut prendre un résident ?			
Les résidents rencontrés dans les couloirs sont-ils habillés ou en pyjama ?			

La chambre

Peut-on apporter des meubles personnels, sa télévision ?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non
Peut-on disposer d'un lit médicalisé ?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non
Y-a-t-il un système d'alerte (sonnettes, téléalarme) dans la chambre ?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non

Établissement 1

Établissement 2

Établissement 3

La chambre

Comment fonctionne le système d'alerte ?	<input type="checkbox"/> Personnel de garde <input type="checkbox"/> Appel vers des services extérieurs <input type="checkbox"/> Autre :	<input type="checkbox"/> Personnel de garde <input type="checkbox"/> Appel vers des services extérieurs <input type="checkbox"/> Autre :	<input type="checkbox"/> Personnel de garde <input type="checkbox"/> Appel vers des services extérieurs <input type="checkbox"/> Autre :
Existe-t-il un détecteur de fumée ?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non
Y-a-t-il un téléphone dans la chambre ?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non
La douche est-elle au niveau du sol ou surélevée ?			
Y-a-t-il des barres près des douches et aux WC ?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non
Y-a-t-il des sonnettes dans la douche et les toilettes ?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non

Établissement 1	Établissement 2	Établissement 3
-----------------	-----------------	-----------------

Les croyances

Quel respect de la pratique religieuse ?			
Y-a-t-il un service de culte ?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non
Si oui, pour quelle(s) religion(s) ?			

Les animaux de compagnie


Peut-on amener un animal (chien, chat, oiseau) ?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non
--	--	--	--

Questions concernant le personnel

La personne qui conduit la visite paraît-elle connaître les résidents ?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non
Est-ce que le personnel frappe aux portes avant de rentrer dans une chambre ?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non
Le personnel semble-t-il s'adresser aux résidents avec courtoisie ?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non



	Établissement 1	Établissement 2	Établissement 3
Questions concernant le personnel			
Semble-t-il y avoir beaucoup de personnel présent ?			
Combien y-a-t-il d'infirmiers et d'aides-soignants ?			
Y-a-t-il une équipe de nuit ?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non
Si oui, qui est de garde la nuit ?	<input type="checkbox"/> Un(e) infirmier(e) <input type="checkbox"/> Un(e) aide-soignant(e) <input type="checkbox"/> Autre :	<input type="checkbox"/> Un(e) infirmier(e) <input type="checkbox"/> Un(e) aide-soignant(e) <input type="checkbox"/> Autre :	<input type="checkbox"/> Un(e) infirmier(e) <input type="checkbox"/> Un(e) aide-soignant(e) <input type="checkbox"/> Autre :
Questions concernant les soins			
Comment le personnel gère-t-il les résidents qui refusent les soins ?			



Établissement 1	Établissement 2	Établissement 3
-----------------	-----------------	-----------------

Questions concernant les soins

Comment sont traités les problèmes d'insomnie ?	<input type="checkbox"/> Comprimé <input type="checkbox"/> Tisane <input type="checkbox"/> Discussion <input type="checkbox"/> Autre :	<input type="checkbox"/> Comprimé <input type="checkbox"/> Tisane <input type="checkbox"/> Discussion <input type="checkbox"/> Autre :	<input type="checkbox"/> Comprimé <input type="checkbox"/> Tisane <input type="checkbox"/> Discussion <input type="checkbox"/> Autre :
Comment fonctionne les soins paramédicaux (kinésithérapie, ergothérapeute, podologue) ?			
Peut-on rester jusqu'au bout dans l'établissement : l'accompagnement de fin de vie, les soins palliatifs sont-ils envisagés ?			
Quel est le taux d'hospitalisation dans l'année ? *			

* A titre d'information, la Haute Autorité de Santé indiquait dans son rapport de 2015 que le taux annuel d'hospitalisation des résidents en EHPAD était de 40% (Source : https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2015-07/note_methodo_reduire_hospit_residents_ehpad.pdf)

Établissement 1

Établissement 2

Établissement 3

Questions concernant la vie sociale

Les animations et les divertissements

Existe-t-il des petits salons ?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non
Existe-t-il des salons télévision, jeux, lecture ?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non
Si oui, peut-on y accéder quand on le souhaite ?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non
Y-a-t-il des clubs de loisirs (échecs, cartes, couture, cuisine etc) ?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non
Quelles animations sont proposées au sein de l'établissement ?			
A quelle fréquence ?			
Les résidents rencontrés dans les couloirs donnent-ils l'impression de s'ennuyer ?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non

Établissement 1

Établissement 2

Établissement 3

Les sorties

Y-a-t-il un service de transport (pour se rendre en ville par exemple) ?

☐ Oui
☐ Non

☐ Oui
☐ Non

☐ Oui
☐ Non

Y-a-t-il des commerces à proximité ? Peut-on faire ses achats ?

☐ Oui
☐ Non

☐ Oui
☐ Non

☐ Oui
☐ Non

Des sorties régulières sont-elles prévues ?

☐ Oui
☐ Non

☐ Oui
☐ Non

☐ Oui
☐ Non

Si oui, à quelle fréquence ?

Les visites

Peut-on accueillir un membre de sa famille ?

☐ Oui
☐ Non

☐ Oui
☐ Non

☐ Oui
☐ Non

Est-ce qu'il y a des horaires de visite ?

☐ Oui
☐ Non

☐ Oui
☐ Non

☐ Oui
☐ Non

Si oui, quels sont ces horaires ?

Observez les résidents rencontrés dans les couloirs : donnent-ils l'impression de s'ennuyer ? Sont-ils seuls ou accompagnés ? ...

Établissement 1 :

Établissement 2 :

Établissement 3 :

Établissement 1

Établissement 2

Établissement 3

Questions concernant le bâtiment et l'environnement

L'accessibilité des locaux

Les lieux sont-ils adaptés pour la circulation en fauteuil roulant ?

☐ Oui
☐ Non

☐ Oui
☐ Non

☐ Oui
☐ Non

Y-a-t-il des dénivellations (marches, ruptures de niveaux) ?

☐ Oui
☐ Non

☐ Oui
☐ Non

☐ Oui
☐ Non

Les espaces verts

Existe-t-il un espace vert ?

☐ Oui
☐ Non

☐ Oui
☐ Non

☐ Oui
☐ Non



	Établissement 1	Établissement 2	Établissement 3
L'environnement			
Y-a-t-il beaucoup de bruit ?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non
Y-a-t-il de mauvaises odeurs ?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non
Les abords de l'établissement sont-ils propres et les bâtiments en bon état ?	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non

Remarques et commentaires...
Établissement 1 :
Établissement 2 :
Établissement 3 :

De manière générale, il est vivement conseillé de s'informer auprès des familles, des autres résidents, du personnel, et de ne pas se limiter à l'avis du directeur.