Info

N° 46 – Novembre 2007
Sécurité

Pas sans main courante!

fb./es. **L'importance d'une main courante – et pas seulement dans les escaliers – est généralement sous-estimée. En l'absence d'une main courante, les marches deviennent un obstacle insurmontable pour un nombre croissant de personnes.**

Tout le monde aime se tenir aux mains courantes. Personnes âgées et handicapées de la marche, enfants en bas âge, personnes souffrant de problèmes d'équilibre ou chargées de sacs lourds, jeunes dévalant les escaliers pour attraper le train à la dernière minute: tous profitent des mains courantes fixées de part et d'autre des escaliers. L'aménagement des deux côtés (ou au milieu si les escaliers sont larges) est important parce que beaucoup de gens ont un côté du corps moins handicapé et donc plus valide et qu'en empruntant les escaliers, ils doivent pouvoir trouver une main courante du côté qui convient. Sur les escaliers ouverts, la main courante tenant lieu de garde-corps protège en même temps contre les chutes et sert ainsi à prévenir des accidents. Rares sont les éléments de construction qui permettent d'améliorer confort et sécurité à si peu de frais.

Personne aveugle tâtant l'inscription en relief

Exigences fonctionnelles

Pour remplir de manière optimale sa fonction, la main courante doit répondre à quelques exigences élémentaires. Elle devrait être fixée à une hauteur de 0,85 m à 0,90 m du sol ou de l'arête de la marche, dépasser l'escalier aux deux extrémités d'au moins 0,30 m et continuer sans interruption en cas de changement de direction. Les mains courantes doivent offrir une bonne prise. D'un point de vue ergonomique, les formes rondes ou ovales sont les plus adaptées. Le diamètre recommandé est de 45 mm. La fixation doit être placée en dessous et ne pas gêner le glissement de la main. La distance au mur doit être supérieure à 50 mm. Les matériaux chauds au toucher (par ex. le bois) devraient être privilégiés. Si, de plus, la main courante se découpe sur le mur grâce à un marquage contrasté, l'escalier (ou la rampe) est aménagé de manière optimale pour tous les utilisateurs grâce à une mesure peu coûteuse. Les exigences à l'égard des mains courantes se définissent en fonction des différents groupes d'utilisateurs.

Au service des personnes handicapées de la marche

Les personnes handicapées de la marche doivent pouvoir s'appuyer en marchant et notamment en empruntant des escaliers. Dans les escaliers, la main courante remplace l'aide à la marche. Les mains courantes doivent donc se prolonger au-delà des escaliers pour que le passage à l'aide à la marche puisse se faire à l'écart de la zone dangereuse que constitue l'escalier. Etant donné que beaucoup de personnes handicapées de la marche ont un côté de leur corps plus valide que l'autre, les escaliers doivent impérativement être équipés de mains courantes des deux côtés. De cette façon seulement, la personne handicapée est assurée de toujours trouver une main courante du côté qui convient.

Les mains courantes, de section ronde ou ovale, doivent offrir une bonne prise afin que les utilisateurs puissent bien se tenir et s'appuyer. Ces critères déterminent leur géométrie et les possibilités de montage (voir exigences techniques dans l'encadré).

Info

N° 46 – Novembre 2007
Sécurité

Au service des malvoyants

Pour les personnes handicapées de la vue, les mains courantes ne servent pas seulement d'appui, mais également d'aide à l'orientation. Des marquages contrastés sont indispensables pour qu'en cas d'incertitude, la main courante soit facile à trouver, mais aident aussi à reconnaître le tracé d'un escalier.

En cas de changement de direction et de paliers, les prolongations de mains courantes constituent une information précieuse sur la suite du tracé de l'escalier et augmente considérablement la sécurité des personnes malvoyantes. En outre, la main courante doit dépasser de 30 cm la dernière marche de l'escalier aux deux extrémités pour prévenir tout risque de trébuchement.

Des inscriptions tactiles peuvent être placées sur les mains courantes à l'adresse des personnes malvoyantes, indiquant en relief par exemple l'étage dans les bâtiments et le numéro du quai et la référence du secteur dans les gares, où elles sont par ailleurs déjà courantes. Ces inscriptions pourraient être introduites plus systématiquement dans les bâtiments publics, services administratifs, écoles, hôtels ou EMS. L'on pourrait par exemple aussi faire figurer des numéros de chambre ou des références des salles de cours sur les mains courantes.

La main courante: exigences techniques

- Les mains courantes doivent être situées entre 0.85 m ou 0.90 m de hauteur au-dessus de la marche ou du sol.
- Elles doivent dépasser d'au moins 0.30 m les deux extrémités de la volée d'escalier et, en cas de changement de direction, continuer sans interruption.
- Les extrémités des mains courantes qui dépassent de plus de 0.10 m dans la pièce, doivent être recourbées vers la bas ou de côté.
- Les mains courantes doivent offrir un appui solide, être rondes et faciles à saisir. La valeur indicative du diamètre est de 45 mm. Elles seront fixées par dessous, sans que la main soit gênée pour glisser. La distance au mur sera d'au moins 50 mm.
- Les mains courantes doivent être fixées des deux côtés ou éventuellement au milieu.
- Elles offriront un contraste de couleurs marqué avec l'environnement.

Vive la main courante!

Par Dr Klara Reber, co-présidente du Conseil suisse des personnes âgées et membre du Conseil de l'égalité entre personnes handicapées et non handicapées

Lorsque j'étais jeune, j'ai eu la polio et il m'en est resté une légère gêne pour marcher. Mon handicap n'est, certes, pas aussi grave que celui des personnes astreintes à un fauteuil roulant, mais je rencontre aussi des difficultés dans la vie quotidienne; un escalier sans main courante peut constituer pour moi un obstacle infranchissable; de même, je ne peux utiliser en l'absence d'une poignée un nouveau bancomat, tellement rehaussé qu'il faut gravir un socle élevé pour l'atteindre.

Equiper de mains courantes les escaliers, surtout ceux qui sont à l'exterieur, ou installer une poignée près du bancomat précité ne serait normalement pas cher. Mais ce qui manque, c'est d'avoir conscience de l'importance de ces auxiliaires pour les handicapées de la marche. Les personnes âgées, souffrant des genoux ou des hanches, ont également besoin d'aides techniques pour franchir des marches, surtout si elles sont hautes. Mais signalons cependant qu'il n'y a pas de mains courantes pour les escaliers des cimetières et aux abords des églises, ce qui rend ces lieux d'un accès difficile pour les personnes âgées. Les personnes handicapées ou âgées souhaitent plus que tout une autonomie maximale.

La main courante a une grande importance, parce qu'elle aide à gravir les escaliers et peut en outre presque toujours être installée ultérieurement avec assez de facilité. Une main courante des deux côtés de l'escalier permet aux personnes dont une moitié du corps est plus faible que l'autre de descendre et monter en se tenant avec leur bras valide. Pour offrir un bon appui, la main courante doit être solidement fixée dans le mur ou dans le sol; les cordes de soutien qui longent un escalier n'offrent qu'une sécurité trompeuse et doivent absolument être remplacées. Il faut espérer que d'ici quelques années il sera tout naturel d'installer des mains courantes, même et sourtout le long des escaliers extérieurs.

N° 46 – Novembre 2007

Info

construction-adaptée.ch

L'autonomie grâce aux mains courantes

Schweizerische Fachstelle für behindertengerechtes Bauen

Centre suisse pour la construction adaptée aux handicapés

Centro svizzero per la costruzione adatta agli andicappati