

Quelles aides techniques utiliser pour cuisiner en autonomie?

WWW.ACCESS-AT.BE



Pouvoir cuisiner ses propres repas ou préparer de bons petits plats à sa famille demandent parfois l'usage d'aides techniques pour palier à certaines difficultés de mobilité.

Comment choisir ses aides techniques ? A quoi faut-il faire attention?



Avant d'opter pour l'une ou l'autre aide technique, il est important de se poser les questions suivantes :

- > Avez-vous encore une mobilité fine des mains?
- > Êtes-vous encore capable de soulever une casserole pleine?
- > Avez-vous l'usage de vos deux mains?
- > Devez-vous cuisiner en position assise?

En cas de doute, faites appel à un service conseils en aménagement du domicile



Retrouvez la liste des fournisseurs où vous procurer ces aides techniques sur :

WWW.ACCESS-AT.BE

POUR CUISINER À UNE MAIN:

- > Une planche multifonction
- > Un tourne bouton
- > Un rebord d'assiette
- > Un éplucheur à fixation au doigt
- > Un bloque casserole



POUR CUISINER LORSQU'ON A PEU DE FORCE:

- > Un socle verseur basculant
- > Un ouvre-boîte/ bocal automatique
- > Des aides à la découpe de fruits et légumes
- > Un ouvre-bouteille
- > Un couteau à bascule



POUR CUISINER EN POSITION ASSISE:

- > Une chaise haute de cuisine
- > Un four à porte latérale escamotable
- > Un évier avec isolation thermique
- > Un mini lave-vaisselle
- > Une table coulissante
- > Un meuble colonne



Contact: AccessAndGo asbl
info@accessandgo.be
02/772.18.95
www.access-at.be

ACCESS
AT

by ACCESS
And Go