



Le site d'informations sur les aides techniques
et les fournisseurs

www.access-at.be

Les aides techniques pour cuisiner et manger
quand on est une personne en situation de
handicap

Avec le soutien de



Je suis en fauteuil roulant, comment adapter ma cuisine ?

WWW.ACCESS-AT.BE



Lorsque l'on se trouve en fauteuil roulant, les besoins en accessibilité sont différents et on ne parvient pas à accéder et utiliser les différents éléments présents dans la cuisine. Cependant, des meubles, des équipements sont adaptés pour une utilisation plus aisée.

Quelles sont ces différentes aides techniques ?



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

- > Avez-vous suffisamment de force dans les bras pour manipuler ou porter ?
- > Avez-vous une bonne préhension ?
- > Arrivez-vous à vous pencher ?
- > Quelle est votre hauteur d'atteinte ?
- > Quelle est votre hauteur d'accoudoirs ?
- > Etes-vous seul ou non à cuisiner ?
- > Quelle(s) tâche(s) souhaitez-vous pouvoir réaliser ?

Avant l'achat d'un matériel, nous vous conseillons de vous informer et/de le tester afin de vous assurer que vous choisissez le mobilier/l'équipement qui vous aide réellement.



@Advys



@PronkErgo



@PronkErgo



@PronkErgo

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

WWW.ACCESS-AT.BE

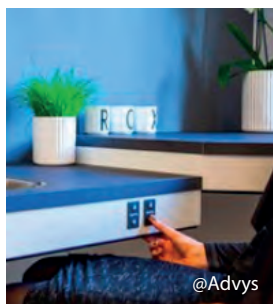
LES MEUBLES

- > Les tiroirs coulissants
- > Les meubles sur roulettes
- > Les meubles intégrant les électroménagers à mi-hauteur
- > Le meuble colonne de type «armoire pharmacie»
- > Les armoires du haut descendantes, étagères escamotables



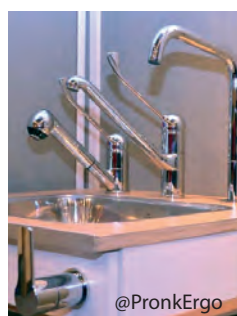
LE PLAN DE TRAVAIL ET LA TABLE

- > Le plan de travail dégagé en-dessous (fixé à bonne hauteur ou placé sur crémaillères)
- > Les supports de plan de travail réglables en hauteur manuellement ou électriquement
- > Les rehausse-meubles pour surélever la table
- > Les tables surélevées et/ou incurvées et/ou réglables en hauteur
- > Les pieds de tables ajustables en hauteur



LES EQUIPEMENTS

- > Le four avec l'ouverture spéciale : porte escamotable, latérale ...
- > Les robinets pourvus d'un système douchette
- > La taque à induction sans débord
- > Le bouton d'activation de la hotte placé au niveau du plan de travail



Comment continuer à manger avec un maximum d'autonomie ?

WWW.ACCESS-AT.BE



Prendre un repas peut devenir compliqué suite à une perte de mobilité, une maladie... Des aides techniques existent et permettent de compenser ou de faciliter certains mouvements.

Quelles sont ces différentes aides techniques ?



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

- > Avez-vous encore une préhension fine ?
- > Avez-vous des tremblements ?
- > Parvenez-vous à porter votre main à la bouche ?
- > Avez-vous une raideur au niveau du cou vous empêchant de baisser ou lever la tête ?
- > Quelle(s) action(s) précisément ne parvenez-vous plus (ou moins bien) à réaliser ?

Avant l'achat d'un matériel, nous vous conseillons de le tester afin de vous assurer que vous parvenez à l'utiliser et qu'il vous aide réellement.



@Identités



@Advys



@Able2



@Advys

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

WWW.ACCESS-AT.BE

LES AIDES POUR BOIRE

- > Le verre avec ouverture nasale ou le gobelet oblique
- > La anse simple ou double ou le gobelet avec anse(s) incluse(s)
- > Le porte-paille ou le verre avec paille
- > Le bec verseur ou le gobelet avec bec verseur



LES COUVERTS

- > Les couverts avec manche épaissi
- > Les couverts courbés
- > Les couverts combinés (fourchette/couteau ou fourchette/cuillère)
- > Les épaisissants à placer sur les couverts (tubes ou boules)
- > La sangle porte-couvert
- > Les bras d'assistance (manuels ou électriques)



LES ASSIETTES

- > Le rebord d'assiette
- > L'assiette inclinée
- > Le set de table antidérapant ou l'assiette sur ventouse
- > L'assiette à compartiment(s)



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

Quelles aides techniques existe-t-il pour cuisiner et manger en étant aveugle ?

WWW.ACCESS-AT.BE



Préparer un repas et manger peut être compliqué lorsque l'on est aveugle. En plus d'une bonne organisation, l'utilisation d'aides techniques peut aider au bon déroulement de ces activités.

Quelles sont ces différentes aides techniques ?

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

- > Avez-vous d'autres difficultés, motrices par exemple, qui s'ajoutent à votre problème de vue ?
- > Avez-vous déjà une cuisine qui comprend des aménagements spécifiques ?
- > Quelle(s) tâche(s) souhaitez-vous pouvoir réaliser ?
- > Souhaitez-vous pouvoir préparer un repas en toute indépendance ?

Avant l'achat d'un matériel, nous vous conseillons de le tester afin de vous assurer que vous parvenez à l'utiliser et qu'il vous aide réellement.



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

WWW.ACCESS-AT.BE

LES AIDES POUR PREPARER UN REPAS

- > La balance parlante
- > Les doseurs avec inscription en relief (cuillère, verre...)
- > Le séparateur d'oeuf
- > Le verre doseur parlant
- > Les guides d'aide à la découpe
- > Le gant anti-coupure



@Identités



@BrailleShop



@Ceciaa



@Advys

LES AIDES POUR CUIRE

- > La thermomètre de cuisson parlant
- > Le minuteur parlant
- > Les électroménagers parlants (four/micro-ondes/taque de cuisson) ou avec indication en relief
- > Le gant avec protection thermique



@BrailleShop



@BrailleShop



@Identités



@BrailleShop

LES AIDES AU REPAS

- > Le rebord d'assiette
- > Les assiettes à rebord profond
- > Le set de table antidérapant ou l'assiette sur ventouse
- > L'indicateur de niveau pour verre



@Advys



@Advys



@Identités



@BrailleShop

Quelles aides techniques existe-t-il pour cuisiner et manger en étant malvoyant ?

WWW.ACCESS-AT.BE



Préparer un repas et manger peut être compliqué lorsque l'on est malvoyant. En plus d'une bonne organisation, l'utilisation d'aides techniques peut aider au bon déroulement de ses activités.

Quelles sont ces différentes aides techniques ?



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

- > Quelle(s) couleur(s) parvenez-vous encore à visualiser ?
- > Avez-vous d'autres difficultés, motrices par exemple, qui s'ajoutent à votre problème de vue ?
- > Avez-vous déjà une cuisine qui comprend des aménagements spécifiques ?
- > Quelle(s) tâche(s) souhaitez-vous pouvoir réaliser ?
- > Souhaitez-vous pouvoir préparer un repas en toute indépendance ?

Avant l'achat d'un matériel, nous vous conseillons de le tester afin de vous assurer que vous parvenez à l'utiliser et qu'il vous aide réellement.



@BrailleShop



@AVH



@BrailleShop



@Identités

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

WWW.ACCESS-AT.BE

LES AIDES POUR PREPARER UN REPAS

- > Les doseurs avec indications contrastées (cuillères, verres...)
- > Les sets antidérapants de couleur
- > Les guides d'aides à la découpe
- > Le séparateur d'oeuf
- > La balance avec écran LED rétroéclairé



LES AIDES POUR CUIRE

- > Les minuteries à grands caractères et/ou avec repères tactiles
- > Les pâtes à marquer pour créer des repères en relief et contrastés
- > Le gant avec protection thermique
- > Le thermomètre parlant



LES AIDES AU REPAS

- > Le rebord d'assiette
- > Le set de table antidérapant ou l'assiette sur ventouse
- > La vaisselle contrastée
- > Les découpe-fruits

