

Centre de ressources inclusif aux troubles neurocognitifs

Cuisine

La cuisine est communément appelée le cœur d'un espace, qu'il s'agisse d'un lieu de travail ou d'un domicile. Nous voulions que notre espace soit à l'image de certains changements et modifications qui peuvent être facilement apportés, qu'importe l'endroit, afin d'être plus inclusif aux personnes atteintes de troubles neurocognitifs.



Il peut être très utile d'indiquer clairement à l'aide d'étiquettes, l'emplacement et le but d'articles d'usage courant et de réduire l'encombrement. Envisagez l'étiquetage d'armoires, de tiroirs et d'appareils électroménagers, etc. pour en faciliter l'utilisation.

Envisagez l'achat ou la création d'une enseigne propre/sale pour le lave-vaisselle afin de faciliter son utilisation.

Dans le cas d'appareils plus récents, comme les réfrigérateurs dont le compartiment congélateur est situé en bas, songez à apposer des affiches ou des étiquettes pour faciliter l'identification des aliments.



A. Dans les espaces où vous ne disposez pas d'un robinet d'eau chaude et d'un robinet d'eau froide clairement identifiés, assurez-vous que les robinets sont étiquetés.



B. Gardez les produits de nettoyage et le savon à vaisselle hors de vue pendant la préparation des aliments afin qu'ils ne soient pas confondus avec les ingrédients de cuisine.



C. Envisagez l'achat de vaisselle aux couleurs vives pour créer un contraste avec la table et les aliments ou, si cela est plus approprié, des napperons aux couleurs vives et contrastantes.

D. Pour éviter les placards encombrés, essayez d'installer des étagères ou des crochets.

Conseils pour la maison

→ Dans une cuisine avec un four, si possible, envisagez l'achat d'une cuisinière à induction ou acheter des dispositifs qui peuvent régler une minuterie qui éteindra l'appareil s'il reste allumé au-delà d'une période de temps définie.



→ L'utilisation de notes ou d'une minuterie pour les rappels peut être utile.



→ Envisagez la suppression de tapis ou paillassons, car ils pourraient constituer un risque de trébuchement.



→ Gardez les aliments dans des contenants transparent pour éliminer la question de savoir ce qu'il y a dans chaque contenant.



→ Si les boutons des appareils ne sont pas clairement étiquetés, étiquetez-les.



→ Si mesurer la température est un problème, la modification de la température de chauffage de votre réservoir d'eau chaude peut réduire le risque d'utiliser de l'eau trop chaude.



COORDONNÉES

Société Alzheimer du Nouveau-Brunswick

320, rue Maple, bureau 100, Fredericton, N.-B. E3A 3R4

Tél : 506-459-4280 | 1-800-664-8411 | Téléc : 506-452-0313

Courriel : info@alzheimernb.ca Web : www.alzheimer.ca/nb/fr

Numéro d'enregistrement d'organisme de bienfaisance : 893280263 RR001

Facebook,
Instagram
et Twitter :

@AlzheimerNB