

QUIZ D'AUTO ÉVALUATION

Qu'utilisez-vous... ?

... pour porter vos courses ?

- 1 L'aide d'une tierce personne
- 2 Un caddie à 6 roues
- 3 Un monte escalier

... pour attraper les objets au sol ?

- 1 Une pince à long manche
- 2 Votre balai
- 3 L'aide d'une tierce personne

... lorsque vous avez du mal à sortir de votre lit ?

- 1 Une barre de lit
- 2 La table de chevet
- 3 La technique du roulé-boulé

... lorsque vous avez des difficultés à enfiler vos chaussettes, vos collants ou vos chaussures ?

- 1 Un enfile bas
- 2 L'aide d'un infirmier à domicile
- 3 Vous n'en mettez plus

... lorsque vous n'arrivez plus à vous laver les pieds ?

- 1 Une brosse à long manche
- 2 L'aide de votre conjoint(e)
- 3 Un lave-pied moussant

Vous voulez des solutions adaptées ?

Le quiz d'auto-évaluation complet
et toutes nos bonnes astuces sont sur :
gardetautonomie.com