FEUILLE DE TRAVAIL 3 :

Liste de vérification de l'évaluation de la sécurité à domicile

Adaptée de « Caring and Coping, A Caregiver's Guide to Parkinson's Disease », publié par la Parkinson Foundation, 2016.

DANS L'ENSEMBLE DE LA MAISON

- ☐ La surface des planchers est stable, antidérapante et sans motifs excessifs.
- ☐ L'éclairage est bon partout dans la maison; il n'y a pas d'endroits sombres ou ombragés.
- ☐ Les lieux de passage sont larges et permettent l'utilisation d'un déambulateur ou d'un fauteuil roulant, au besoin.
- ☐ Les cordons électriques, téléphoniques et d'alimentation d'ordinateur ne présentent pas de risque de trébuchement ou de chute lors des déplacements.
- ☐ Les escaliers sont en bon état, sont dotés de rampes et peuvent être bloqués pour des raisons de sécurité, au besoin.
- ☐ Les fauteuils sont stables, dotés d'accoudoirs et d'un siège dont la hauteur est adéquate, afin qu'il soit plus facile de se lever.
- ☐ Le coin repas est facile d'accès.
- ☐ Un système de communication est en place pour vous permettre d'entendre la personne atteinte dans une autre partie de la maison.

À FAIRE

- ☐ Enlevez tous les petits tapis et carpettes.
- ☐ Enlevez tout fatras pour réduire le risque de trébuchement ou de chute.
- ☐ Entreposez les médicaments dans un endroit sûr.

CHAMBRE À COUCHER

- ☐ L'ambiance est calme et relaxante.
- ☐ La hauteur du lit permet aux pieds de toucher le plancher lorsqu'une personne est assise au bord du lit.
- ☐ Une demi-ridelle ou une barre de transfert est en place pour aider le bénéficiaire à se tourner et à se lever.
- ☐ La veilleuse est placée dans un endroit facilement accessible et elle est suffisamment lumineuse pour éclairer entièrement le chemin vers la salle de bain.
- ☐ Une chaise d'aisance/un urinoir est accessible la nuit, au besoin.
- ☐ Un système de communication ou un moniteur est en place afin que vous puissiez entendre les appels à l'aide la nuit.

À FAIRE

- ☐ Placez un tissu glissant ou une alèse sur le tiers central du lit pour que le bénéficiaire puisse se tourner plus facilement.
- ☐ Retirez le drap du dessus et utilisez plutôt un édredon léger sur le lit.
- ☐ Évitez les draps de flanelle et les vêtements de nuit, car ils gênent les mouvements.

SALLE DE BAIN

- ☐ Des barres d'appui sont installées près de la toilette, de la baignoire et de la douche pour éviter l'utilisation des porte-serviettes, des robinets ou des porte-savons comme substituts.
- ☐ La toilette est dotée d'un siège surélevé et d'accoudoirs ou une barre d'appui est installée tout près.
- ☐ Un banc robuste doté d'un dossier se trouve dans la baignoire/douche pour assurer la sécurité à l'heure du bain ou de la douche.
- ☐ Il y a des sièges pour s'asseoir au moment de se brosser les dents, se raser et se peigner les cheveux, au besoin.
- ☐ Un système de communication ou un moniteur est en place pour que vous puissiez entendre les appels à l'aide.