

10 Tips voor meer plezier "Aan tafel"

voor slechtziende en blinde ouderen

Visio 





Voor iemand die slecht ziet of blind is, kan de maaltijd een uitdaging zijn. Met een aantal tips en aanpassingen maakt u ook voor slechtziende en blinde ouderen de maaltijd tot een ontspannen en plezierige bezigheid:

1. Bij het dekken van de tafel; vertel uw slechtziende of blinde cliënt waar het glas of bord staat en laat hem of haar eventueel voelen. Het begrip: het staat "hier" of "daar" geeft onvoldoende informatie. Zeg dan: "het staat recht voor u" of "rechts naast uw bord staat het glas".
2. Zorg voor voldoende zichtbaarheid van het bord, glas of bestek op de ondergrond door te werken met contrast.
3. Neem een donker gekleurd (rood, blauw, groen, bruin), effen tafelkleed of placemat om het witte servies zichtbaar te maken.
4. Gebruik een gekleurde, effen onderzetter om een glas of beker zichtbaar te maken.
5. RVS bestek voorzien van een gekleurd handvat is beter zichtbaar op tafel.
6. Gebruik bij melk een beker met donkere binnenkant en bij koffie een kopje met een lichte binnenkant, zodat het inschenken gemakkelijker is.

7. Geef voorwerpen een vaste plaats op tafel, zodat de voorwerpen makkelijk terug te vinden zijn. Soms is het aan te bevelen alle benodigde spullen op een placemat te zetten, zodat het een afgebakend gedeelte is voor de cliënt en hij/zij weet waar hij/zij de spullen moet zoeken.
8. Zorg ervoor dat de mensen niet kunnen struikelen over spullen die op de grond liggen, als zij met een kop hete thee of bord warm eten door de kamer lopen. Haal tassen van de grond of vertel waar ze liggen.
9. Voorkom verblindend tegenlicht aan de eettafel. Laat een slechtziende cliënt met zijn/haar rug naar het raam zitten. Zeker in gespreksituaties is dit plezieriger.
10. Onderzoek met uw cliënt de mogelijkheden van hulpmiddelen voor aan tafel, zoals bijvoorbeeld "niveaudetector" die uw cliënt vertelt wanneer zijn kopje thee vol is. Visio geeft hierover advies op maat.

Heeft u als professional behoefte aan meer inzicht in de leefwereld van uw slechtziende of blinde cliënt of bewoner? Of heeft u twijfels of iemand het allemaal nog wel goed ziet tijdens activiteiten of dagelijkse bezigheden*? Neem contact op met onze medewerkers van de afdeling Advies voor informatie en voorlichting. Kijk op www.visio.org onder "Contact" voor één van de Visio locaties (Revalidatie & Advies) bij u in de buurt.

*Bestel de folder "*Hoe herken je slechtziendheid en hoe ga je ermee om? Voor professionals, vrijwilligers en mantelzorgers.*" die inzicht geeft in hoe slechtziendheid bij ouderen zich eventueel kan uiten.

Contact met Visio

Wilt u meer informatie,
dan kunt u contact opnemen met
T 088 585 85 85 of info@visio.org

Een overzicht van alle diensten en locaties
van Visio vindt u op www.visio.org

Koninklijke Visio
expertisecentrum
voor slechtziende en
blinde mensen

www.visio.org