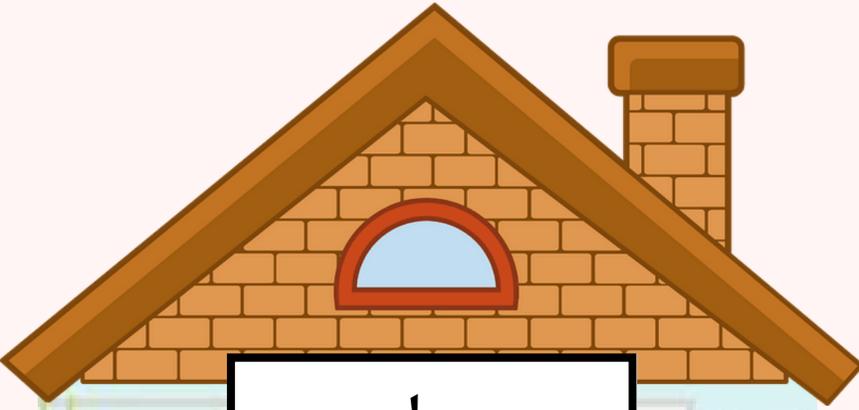


نصائح لتجنب السقوط في المنزل

(Tips to Prevent Falls at Home)



حمام

قم بتركيب درابزين بالقرب من مقاعد المراحيض ومنطقة الاستحمام، ولا تغلق باب المرحاض

ضع مقعدًا مرتفعًا على المرحاض



الدرج

إضافة الدرابزين على جانبي الدرج

قم بتمييز حواف الخطوة بشريط ملون



غرفة المعيشة

قم بإزالة العوائق والأثاث الإضافي والسجاد من طريقك.

إبقاء العناصر المستخدمة بشكل متكرر في متناول اليد



غرفة نوم

أبقِ منزلك مضاء جيدًا، ويسهل الوصول إلى الضوء مفتاح

ارتداء النعال المناسب ذات النعال غير القابلة للانزلاق