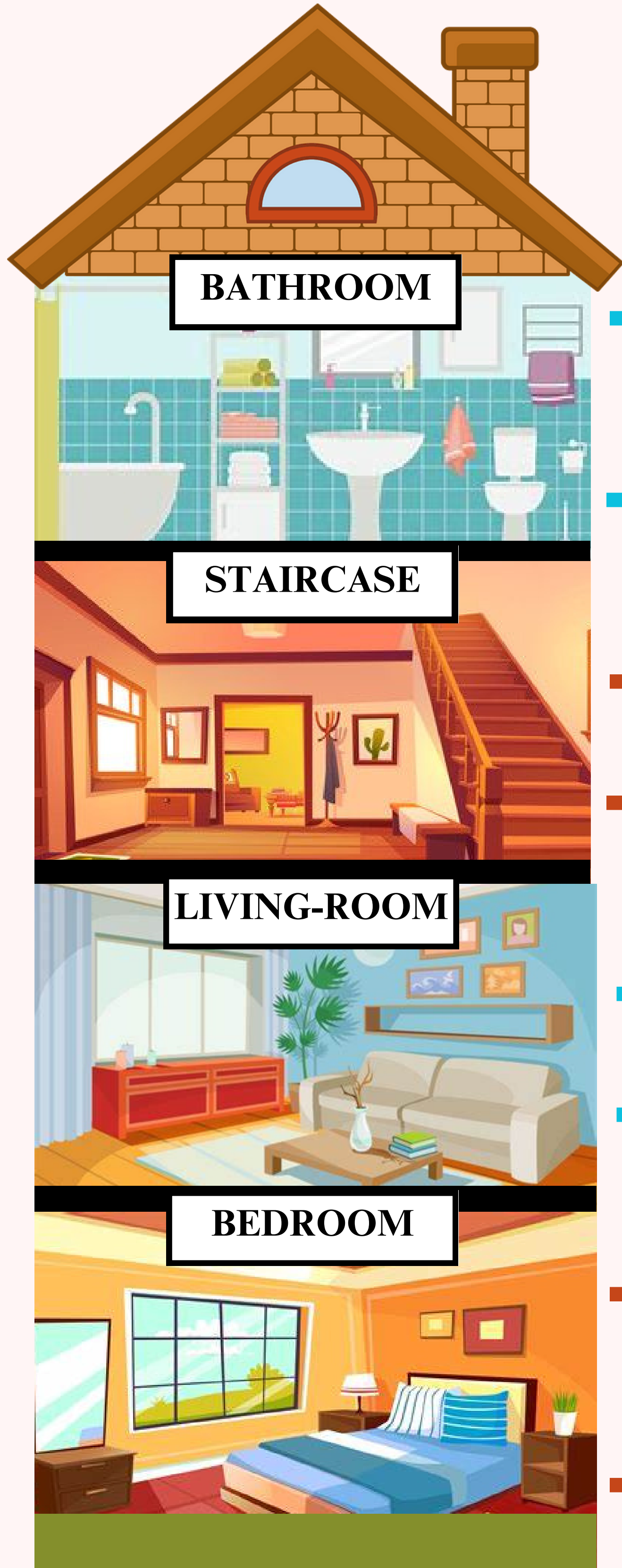


घर पर गिरने से बचने के उपाय



- शौचालय की सीटों और शॉवर क्षेत्र के पास रेलिंग स्थापित करें, शौचालय का दरवाजा बंद न करें
- शौचालय में ऊंची सीट लगवाएं
- सीढ़ियों के दोनों ओर रेलिंग लगाएं
- सीढ़ी के किनारों को रंगीन टेप से चिह्नित करें
- अतिरिक्त फर्नीचर आदि को हटा दें
- बार-बार उपयोग में आने वाली वस्तुओं को पास में रखें
- अपने घर में अच्छी रोशनी रखें, स्विच पास में लगायें
- बिना फिसलन वाले तलवों वाली क्लोज-फिटिंग चप्पलें पहनें