

Πώς να κάνετε ασφαλέστερο το σπίτι και τον περιβάλλοντα χώρο για να προστατευτείτε από τις πτώσεις.

[/ Ειδήσεις και Ανακοινώσεις](#)



Πρόληψη πτώσεων με ασφαλή παπούτσια.

Ένα σημαντικό πράγμα που μπορεί να γίνει για να μειωθεί η πιθανότητα μιας πτώσης είναι να καταστήσετε το σπίτι σας και τον περιβάλλοντα χώρο όσο το δυνατόν πιο ασφαλή.

Με το να καθίστανται αυτοί οι χώροι ασφαλέστεροι δεν μειώνεται μόνο ο αριθμός των πτώσεων και των ατυχημάτων, αλλά μπορεί επίσης να γίνει ευκολότερη η αντιμετώπιση των καθημερινών σας δραστηριοτήτων καθώς μεγαλώνετε σε ηλικία.

Όταν ελέγχετε το σπίτι σας για να τις εντοπίσετε, θα είναι καλό να έχετε τη βοήθεια κάποιου που δεν έχει ξαναδεί το σπίτι σας. Ενδέχεται να επισημάνει προβλήματα που ίσως δεν παρατηρείτε, αφού έχετε ζήσει με αυτά για τόσο καιρό. [\(περισσότερα...\)](#)