



## *Avancez de pied ferme*

# **ÉTAPE 9 – Repérez, enlevez et signalez les dangers**

Bien des gens pensent que les chutes sont causées par des dangers présents dans la maison; en fait, la plupart des chutes sont causées par des situations personnelles telles que votre mode de vie ou votre état physique ou mental.

### **Dangers fréquents présents dans la maison :**

- Planchers glissants
- Encombres ou obstacles par terre, y compris les fils électriques non fixés
- Tapis ou carpettes non fixés au sol

### **Dangers fréquents autour de la maison :**

- Allées de jardin encombrées ou mal entretenues
- Allées piétonnières comprenant des trous ou autres surfaces inégales
- Planchers glissants au centre commercial ou à d'autres endroits
- Escaliers mal éclairés
- Escaliers couverts de tapis présentant peu de contraste, de sorte que le bord des marches est difficile à voir

### **Minimisez les dangers**

#### **Dans la maison :**

- Installez un bon éclairage
- Enlevez les objets sur lesquels vous pourriez trébucher
- Gardez les passages et les couloirs libres de tout obstacle
- Nettoyez immédiatement les déversements
- Rendez les escaliers plus sûrs en installant des bandes de couleur sur le rebord des marches et une main courante

#### **Autour de la maison :**

- Assurez l'entretien de tous les sentiers et allées pour que la surface soit égale et non glissante
- Rangez les boyaux d'arrosage, les outils et autres objets après les avoir utilisés

#### **À l'extérieur du foyer :**

- Si vous voyez un danger possible, signalez-le au service local des Travaux publics ou au propriétaire ou gérant de l'établissement commercial

**Soyez actif, gardez votre indépendance et avancez de pied ferme!**



## Quels sont les dangers que je dois prendre en considération?

Passez en revue les mesures que vous prenez au sujet des dangers et remplissez le tableau suivant. Un exemple est donné pour vous aider.

**Quelles sont les mesures positives que je prends déjà?**

*J'ai téléphoné au Service des travaux publics l'autre jour pour signaler le revêtement de sol dangereux près de l'arbre au coin de la rue*

**Quels sont les changements qui pourraient m'aider à rester sur mes pieds?**

*Je vais installer une veilleuse qui s'allume automatiquement quand quelqu'un approche de l'escalier arrière*

**Comment vais-je apporter ces changements? Est-ce que je devrais communiquer avec quelqu'un?**

*Téléphoner à l'électricien*

**Connaissez-vous quelqu'un d'autre qui pourrait profiter de ces renseignements?**