



Sicher auf Schritt und Tritt Stürze vermeiden



Tragen Sie feste Schuhe mit rutschhemmender Sohle.



Informieren Sie das medizinische Personal über alle von Ihnen eingenommenen Medikamente.



Verwenden Sie Ihre Hilfsmittel wie Rollator oder Gehstützen.



Tragen Sie Ihre Sehhilfe und/oder Ihr Hörgerät und nutzen Sie Assistenzsysteme.



Prägen Sie sich die Lage des Lichtschalters ein. Schalten Sie in der Nacht das Licht an, wenn Sie zur Toilette gehen.



Rufen Sie das Pflegepersonal, wenn Sie sich schwindelig oder unsicher fühlen. Lassen Sie sich auf den Wegen begleiten.

