

BEVRAGING VALRISICO EN TIPS OM VALRISICO TE BEPERKEN

BEN JE HET AFGELOPEN JAAR GEVALLEN?

NEE



TIPS VALPREVENTIE

- Vermijd trottoirs met losliggende tegels.
- Vermijd hoge drempels.
- Vermijd gladde paden (bv. door modder of mos).
- Ga niet wandelen in schemer-ochtend of avond.
- Leg de nadruk op veilig schoeisel (stevige zool, vaste schoen, beperkte hak).
- Spoor de mensen aan wandelhulp-middelen te gebruiken wanneer ze zich onzeker voelen (wandelstok, rollator, ...).
- Geef de leiband enkel aan ouderen die dit willen en waarvan jij denkt dat ze in staat zijn dit te doen.
- Zorg ervoor dat de leiband kort wordt gehouden, zodat de hond naast zijn begeleider blijft wandelen en niet doorheen de groep kan lopen.

JA



**HOEVEEL KEER BEN JE HET
AFGELOPEN JAAR GEVALLEN?**

< 2



> 2



**VERWIJS DOOR NAAR DE HUISARTS
VOOR EEN EVALUATIE VAN
HET GANGRISICO**