



## Votre logement est-il sûr? Contrôlez votre logement en vue de prévenir les chutes

Chaque année, quelque 260 000 accidents surviennent à domicile. Près de la moitié d'entre eux sont des chutes. Il vaut donc la peine d'inspecter votre logement pour vérifier s'il est sûr.

Des mesures toutes simples permettent déjà de réduire le risque de chute. Voici le conseil n° 1, peut-être le plus banal: supprimez toute source de faux pas, en enlevant les câbles, chaussures, jouets et autres objets qui encombrent le sol.

Les tapis peuvent aussi faire trébucher et glissent facilement, d'où le conseil n° 2: posez toujours une sous-couche antidérapante sous vos tapis. Cela se trouve notamment dans les magasins de bricolage.

Le conseil n° 3 concerne aussi les sols: fixez des bandes antidérapantes sur les bords antérieurs des marches d'escalier. Ces bandes non seulement réduisent le risque de glisser, mais rendent les marches plus visibles.

À propos de visibilité: un bon éclairage renforce également la sécurité, C'est pourquoi le conseil n° 4 consiste à équiper vos lampes d'ampoules plus lumineuses. Dans un logement bien éclairé, on perçoit mieux les dangers de chute et on peut donc mieux y réagir. Mais attention: la lumière ne doit pas vous éblouir, cela serait contre-productif.

Finalement, voici le conseil n° 5: optez pour des meubles stables. Vous pouvez vous y retenir si vous trébuchez. Si nécessaire, fixez les étagères,

### Pour votre sécurité

- Supprimez les **sources de faux pas**.
- Posez une sous-couche antidérapante sous vos **tapis**.
- Fixez des bandes antidérapantes sur les **marches d'escalier**.
- Équipez vos lampes d'**ampoules plus lumineuses**.
- Optez pour des **meubles stables**.

armoires et commodes au mur, afin qu'elles ne risquent pas de se renverser.

Souhaitez-vous renforcer encore davantage la sécurité de votre logement? Sur [bpa.ch/habitat](https://bpa.ch/habitat), vous trouverez des conseils de sécurité supplémentaires et une liste de contrôle détaillée vous permettant d'examiner votre logement sous toutes ses coutures.

