

# Le couloir

## Le sol

### Je suis attentif

Le sol du couloir est un espace où de nombreux objets peuvent traîner (jouets du chien ou des petits enfants, chaussures, fils de téléphone ou de lampe, sacs à main, chaussures), entraînant un risque de chute, surtout la nuit.

### Conseils et astuces

Fixez les fils au mur pour éviter qu'ils ne traînent par terre et veillez à ranger régulièrement les objets du quotidien dans des espaces dédiés, hors des lieux de passage et de circulation.

## Les meubles

### Je suis attentif

Les commodes ou armoires installées dans les couloirs gênent les allées et venues et représentent des risques importants de se cogner.

### Conseils et astuces

Évitez d'entasser des meubles qui rendent les déplacements inconfortables. Installez plutôt le long du mur une rampe ou une barre d'appui. Elle vous permettra de vous retenir en cas de vertige ou d'étourdissement.

## Les tapis

### Je suis attentif

Les tapis des couloirs entraînent des risques de glissade et donc de chute.



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent

### Conseils et astuces

Pensez à fixer les tapis au sol avec des adhésifs anti-dérapants pour éviter de trébucher ou de glisser.

Si vous le pouvez, préférez un revêtement de sol en parquet, carrelage ou tomette.

## La lumière

### Je suis attentif

Il n'est pas toujours simple de trouver un interrupteur la nuit. Le risque de chuter ou de se cogner est donc réel.

### Conseils et astuces

Installez un chemin lumineux réagissant aux mouvements pour vous guider et faciliter vos déplacements nocturnes.



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent