## Im Notfall nie allein

Mit unserem Hausnotruf-Partner sind Sie per Knopfdruck sofort verbunden – für Ihre Sicherheit rund um die Uhr.

- **Funktion:** Ein mobiler Knopf (als Armband oder Kette) verbindet Sie per Knopfdruck sofort mit einer Notrufzentrale.
- **Vorteil:** Es wird verhindert, dass Sie nach einem Sturz lange Zeit hilflos in der Wohnung liegen.
- **Wichtiger Hinweis:** Das System bietet nur dann Schutz, wenn Sie den Alarmknopf konsequent zu jeder Zeit am Körper tragen.

## Sicher zu Hause mit Velanis

- **Wohnraum-Check:** Wir finden Stolperfallen und unterstützen Sie aktiv bei Anträgen für Wohnumbaumittel.
- **Team-Austausch:** Wir geben wichtige Veränderungen sofort intern weiter – für Ihre lückenlose Sicherheit.
- **Hilfsmittel-Service:** Wir beraten Sie und setzen die Beantragung von Haltegriffen, Hausnotruf oder Liftern für Sie durch.

## Bleiben Sie nicht alleine!

Haunstetter Str. 95
86161 Augsburg

velanis-pflege.de
info@velanis-pflege.de
0821 589 18 92

velanis



# velanis informiert

## Besser Wohnen - Stürze meiden

Sicher wohnen, Freiheit bewahren –
wir machen Ihr Zuhause sicher

Liebe Kunden,
ein Sturz in den eigenen vier Wänden oder unterwegs passiert oft plötzlich und unverhofft. Auch wenn ein Sturz nicht immer zu schweren Verletzungen führt, kann er Ihre Gesundheit belasten und zu einer bleibenden Sturzangst führen. Diese Angst ist ein ernstzunehmendes Thema: Sie führt oft dazu, dass man sich weniger bewegt, was wiederum Muskelschwund oder sozialen Rückzug zur Folge haben kann. Das schränkt die Lebensqualität spürbar ein. Die gute Nachricht: Mit einfachen Maßnahmen können Sie Ihr Sturzrisiko deutlich senken und für mehr Sicherheit im Alltag sorgen. Mit diesem Flyer möchten wir Ihnen, basierend auf den hohen Standards unseres Velanis QM-Handbuchs, wichtige Informationen und praktische Tipps zur Sturzvorbeugung an die Hand geben. Herzlichst, Ihr Velanis-Team

## Gefahren erkennen

**Umgebung:** Dunkle Wege, unebene Böden und Nässe.

**Körper:** Sehschwäche, Schwindel oder Kreislaufprobleme.

**Medikamente:** Vorsicht bei Schlaf- und Beruhigungsmitteln.



## Kleidung & Schuhe

**Schuhe:** Tragen Sie feste, geschlossene Schuhe mit rutschfester Gummisohle.

**Hausschuhe:** Modelle, die sicher am Fuß sitzen – keine Schlappen oder Pantoffeln.

**Nachts:** Ziehen Sie auch für kurze Wege feste Schuhe oder Stoppersocken an.

**Hosen:** Beine bei Bedarf kürzen und Sitz mit Gürtel oder Hosenträgern sichern.

## Wohnraum

**Licht:** Wege hell ausleuchten und Nachtlichter mit Bewegungsmelder nutzen.

**Böden:** Teppiche fixieren, Läufer entfernen und Kabel aus Laufwegen räumen.

**Bad:** Rutschfeste Matten in Dusche/Wanne nutzen und Haltegriffe montieren.

**Schwellen:** Stolperfallen durch Leuchtstreifen deutlich sichtbar machen.

**Sicherheit:** Keine Hocker nutzen – nur geprüfte Trittleitern verwenden.

## Hilfsmittel & Sinne

**Gehhilfen:** Nutzen Sie Stock oder Rollator konsequent bei jedem Schritt.

**Anpassung:** Wir weisen Sie in die sichere Handhabung ein.

**Greifzange:** Für Gegenstände am Boden, um tiefes Bücken zu vermeiden.

**Hörgeräte:** Zur besseren Orientierung im Raum und um Schreckmomente zu minimieren.

**Sehhilfen:** Setzen Sie reine Lesebrillen beim Gehen ab, um Abstände korrekt einzuschätzen.

