

50plus

## So bleiben Sie im Haus mobil

**D**rei Stockwerke und steile Treppen – was für junge Leute kein Hindernis darstellt, kann im Alter zu einer Herausforderung werden. Deshalb ist es wichtig, sich rechtzeitig über mögliche Hürden Gedanken zu machen.

● **Regal:** Nicht zu hoch aufhängen. Die Sturzgefahr, wenn Sie sich zum Erreichen des Regals auf einen Hocker stellen, ist einfach zu groß.

● **Lichtschalter:** Achten Sie darauf, dass Sie nicht im Dunkeln stehen. Im Flur sollten Sie beispielsweise an jedem Ende einen großen Lichtschalter installieren lassen.

● **Treppe:** Gefährlich kann auch der tägliche Weg über die Treppe werden. Für Erleichterung sorgt dann etwa ein Treppenlift. So ein Lift (z. B. Lifta, ab ca. 5000 €) spart bei den täglichen Wegen Kraft und Zeit. Infos unter Telefon: 022 34/50 4400 oder unter [www.treppenlift.de](http://www.treppenlift.de).

