

# Lifeline

## Comment améliorer la sécurité à domicile

### **Un guide visant à éliminer les causes les plus fréquentes de chutes dans chaque pièce**

Ce guide présente une série d'illustrations des pièces d'une maison typique. La première image montre certaines conditions fréquentes qui provoquent des chutes. La seconde image indique la façon de modifier ces conditions pour minimiser le risque de chute.

*Remarque: Ce guide offre des recommandations seulement. Veuillez consulter votre professionnel de la santé avant l'installation d'un équipement adapté.*

## Pourquoi Lifeline

Une chute inattendue ou une urgence médicale peut vous isoler de l'aide dont vous avez besoin. Tout retard à recevoir des soins peut mettre en jeu votre retour à la santé. Par contre avec Lifeline, l'aide est disponible sur simple pression d'un bouton, et ce, 24 heures par jour.

Avec le service d'alerte médicale Lifeline, vous bénéficiez d'un accès rapide et facile à un télésurveillant qualifié pour obtenir l'aide dont vous avez besoin 24 heures par jour, tous les jours de l'année.

Lifeline ne peut empêcher toutes les chutes, mais notre option avec détection de chute peut vous aider en détectant la chute et en vous envoyant rapidement l'aide dont vous avez besoin.



### Le fonctionnement de Lifeline



#### 1. Appelez à l'aide

À la simple pression de votre bouton Lifeline, vous obtenez de l'aide lorsque vous en avez besoin. Grâce à nos services perfectionnés, vous pouvez ajouter la technologie de détection des chutes ou de repérage, pour les cas où vous ne pourriez appuyer vous-même sur le bouton.



#### 2. Une personne rassurante vous répond

Un télésurveillant Lifeline qualifié vous parle et évalue la situation, tout en accédant à votre dossier.



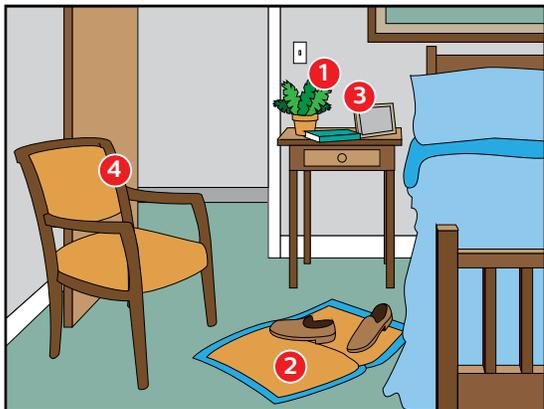
#### 3. Du secours sera dépêché

Le télésurveillant contacte un voisin, un proche ou les services d'urgence, selon vos besoins précis, et fait un suivi pour s'assurer que l'aide est sur place.

[www.lifeline.ca](http://www.lifeline.ca)

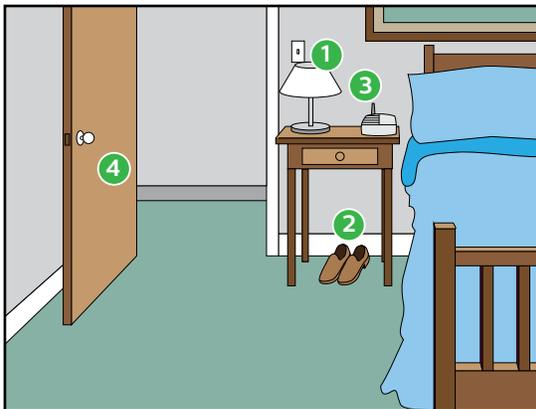
# Chambre

## Améliorations nécessaires



1. **Il y a trop d'objets sur la table de chevet** et ils prennent un espace qui serait plus utile à une lampe.
2. **Les petits tapis** et autres objets encombrants occasionnent des risques de trébucher.
3. **En l'absence d'un téléphone près du lit**, le fait de se lever pour répondre peut provoquer une chute.
4. **L'espace étroit entre le lit et la chaise** rend l'accès à la porte difficile.

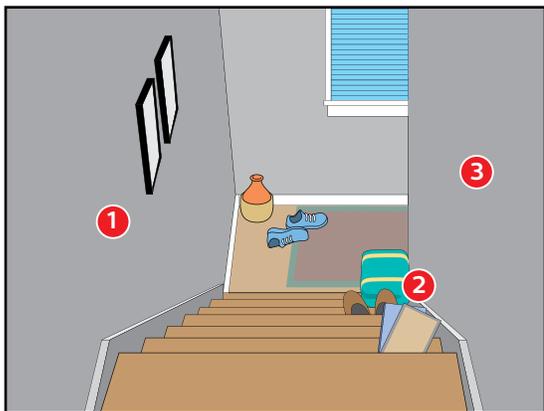
## Beaucoup mieux



1. **Maintenant dégagée**, la table de chevet peut accueillir des articles essentiels qui doivent être accessibles depuis le lit.
2. **Les chaussures sont placées hors du passage**, réduisant le risque de trébuchement. Les petits tapis ont été enlevés ou fixés avec du ruban adhésif à double face.
3. **Un appareil Lifeline ou un téléphone** est placé à portée de main.
4. **Sans la chaise encombrante**, l'accès à la porte est dégagé.

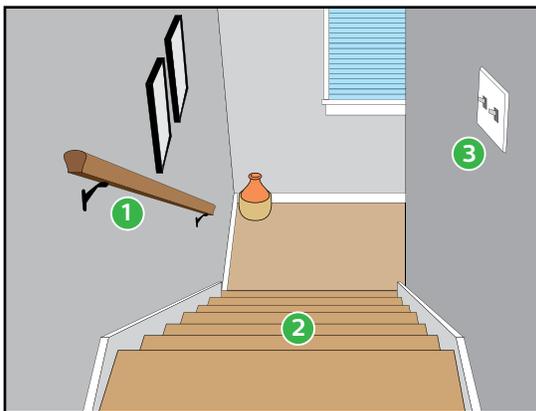
# Escaliers

## Améliorations nécessaires



1. **Sans une rampe**, il n'y a aucun soutien dans les escaliers.
2. **Des articles mobiles ou des petits tapis non fixés** dans les marches et sur les paliers accroissent le risque de chute.
3. **Les ombres et l'éclairage diffus** accroissent le risque de trébucher ou de manquer une marche.

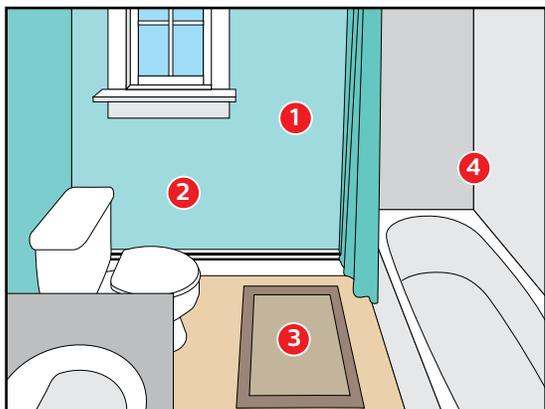
## Beaucoup mieux



1. **Solidement fixée à la hauteur appropriée**, la rampe fournit un soutien en montant et en descendant les marches.
2. **Assurez-vous que les marches** sont toujours dégagées.
3. **Les plafonniers baignent l'escalier d'un éclairage** abondant et sont contrôlés par des interrupteurs muraux sur les paliers supérieur et inférieur.

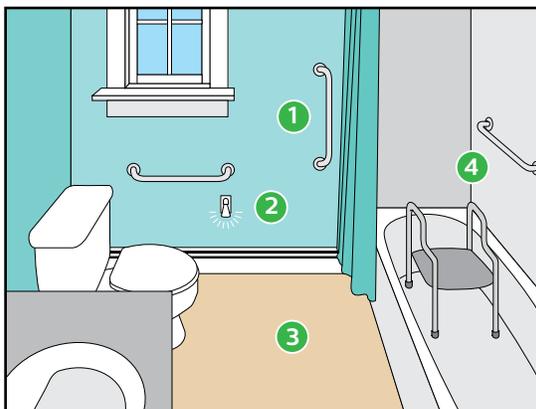
# Salle de bains

## Améliorations nécessaires



1. **L'utilisation des toilettes et de la douche nécessite des mouvements inhabituels**, provoquant de nombreuses chutes.
2. **Le soir, un éclairage diffus** peut rendre les déplacements difficiles.
3. **Des tapis de bain non fixés** peuvent glisser sous les pieds, provoquant une chute grave.
4. **Sans équipement d'assistance**, prendre un bain ou une douche devient plus dangereux.

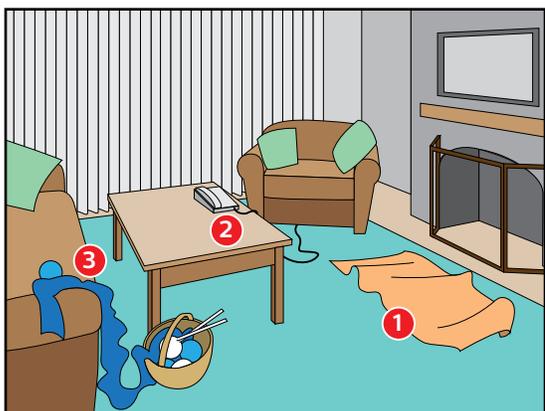
## Beaucoup mieux



1. **Des barres d'appui adéquatement installées** pour l'utilisation des toilettes et de la douche.
2. **Une veilleuse photosensible s'allume automatiquement** pour accroître la luminosité.
3. **Enlever le tapis de bain** ou utiliser un antidérapant.
4. **Un siège de douche solide** réduit le risque de glissade et une douche-téléphone élimine le besoin de lever les bras.

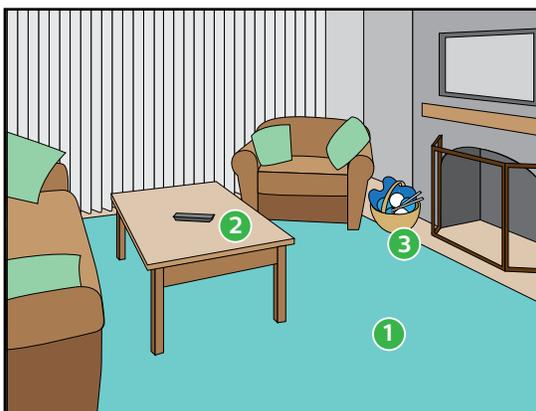
# Salon

## Améliorations nécessaires



1. **Il est facile de trébucher** sur un petit tapis non fixé.
2. **Les câbles ou les rallonges électriques** placés en travers constituent un danger.
3. **Laissés sur le plancher**, les paniers et les projets d'artisanat bloquent l'accès au sofa.

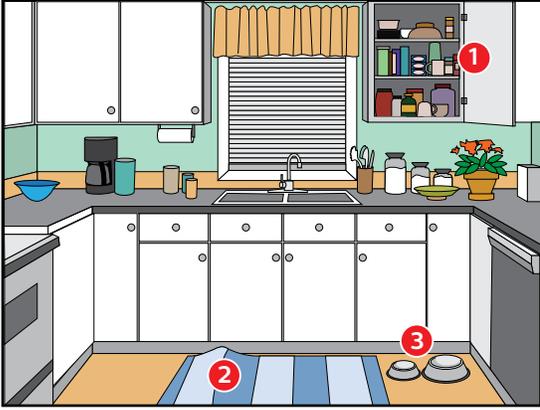
## Beaucoup mieux



1. **Le fait d'enlever ou de fixer les petits tapis** élimine le risque de trébuchement.
2. **Les cordons sont placés hors du passage.** Les téléphones et autres appareils ont été placés plus près des prises murales.
3. **Les projets mieux organisés** ne sont pas déposés sur le plancher ni dans les passages.

# Cuisine

## Améliorations nécessaires



1. **Les articles d'usage courant sont placés trop haut.**
2. **Un tapis non fixé** occasionne un risque de trébucher.
3. **Les plats des animaux domestiques** sont placés dans un espace commun de la cuisine.

## Beaucoup mieux



1. **Les articles d'usage courant sont plus facilement accessibles.**
2. **Enlever ou fixer les petits tapis** élimine le risque fréquent de chutes.
3. **Les plats des animaux domestiques** sont placés hors de l'espace commun et éliminent les risques de trébucher.

\* L'option de détection de chute ne détecte pas toutes les chutes. Si possible, l'utilisateur devrait toujours appuyer sur son bouton en cas de besoin.

\*\* Sous réserve de certaines limitations selon la disponibilité et la couverture offertes par le fournisseur indépendant de téléphonie cellulaire. La portée du signal peut varier. Il est possible que Lifeline ne soit pas toujours en mesure de déterminer votre emplacement.

**1 800 LIFELINE**  
**1 800 543-3546**