



Prévenir les chutes en hiver



ÊTES-VOUS BIEN ÉQUIPÉ ?

Avez-vous vérifié l'usure des semelles de vos bottes ?

Avez-vous pensé ajouter des crampons d'appoints YAKTRAX ?

Dans une étude évaluant l'efficacité des crampons, les chutes ont diminué de 58%, et les chutes avec blessures ont diminué de 87%. www.yaktrax.com



Avez-vous pensé réduire la lourdeur ou la quantité de vos sacs pour éviter les pertes d'équilibre ?



Portez-vous des semelles plaintaires ?

Saviez-vous qu'avec les couvre-chaussures NEOS, vous n'avez pas besoin de retirer vos chaussures pour enfiler vos bottes et sortir dehors ?

www.overshoesonline.com

VOTRE CHEZ-VOUS EST-IL BIEN ÉQUIPÉ ?



Des mains courantes extérieures

Un tapis anti-dérapant en caoutchouc extérieur

Un bon déglacant (sel, etc.) et une bonne pelle



CENTRE
DE RÉADAPTATION
DE L'OUEST DE MONTRÉAL
WEST MONTREAL
READAPTATION
CENTRE