

Bezpečí doma

Rizika mohou číhat i v prostředí, které dobře známe. Mezi nejčastější patří pády na kluzké podlaze, požár způsobený zapomenutou zapnutou plotnou nebo také otrava při záměně léků či špatně používaných spotřebičích.

Důležité je mít doma dostatečné osvětlení, používat protiskluzové podložky, správně označené léky a ideálně i detektor kouře nebo plynu.

Pozornost je potřeba věnovat také **podvodníkům**, kteří se mohou vydávat například za řemeslníky nebo pracovníky různých služeb. Neotevírejte neznámým osobám, vždy si ověřte jejich totožnost a mějte mobilní telefon po ruce.

Opatrnost na ulici

Na veřejných místech hrozí nejen pády na nerovném chodníku či náledí, ale také kapesní krádeže nebo různé podvodné nabídky.

Doporučujeme nosit stabilní obuv, nenosit u sebe větší obnos peněz a mít kabelku nebo tašku vždy pod kontrolou. Pozor také na „výhodné“ nabídky zboží na ulici nebo na parkovištích – často se jedná o podvod.

Bezpečně v dopravě

Senioři by měli dbát zvýšené opatrnosti také v dopravě. Při přecházení používejte přechody pro chodce, vždy se rozhlédněte na obě strany a nespěchejte. Pomoci může i světlejší oblečení nebo reflexní prvky.

Řidiči by měli pravidelně absolvovat zdravotní prohlídky, jezdit pouze tehdy, když se cítí dobře a odpočatě, a přizpůsobit styl jízdy svým možnostem. Cyklisté by neměli zapomínat na přilbu, reflexní prvky a pravidelnou kontrolu technického stavu kola.

Pozor na podvodníky po telefonu a na internetu, na které jsme upozornili o pár příspěvků níže.

Bezpečnost lze často zvýšit jednoduchými opatřeními a větší obezřetností. Pokud máte jakékoli pochybnosti, raději situaci ověřte a nenechte se do ničeho tlačit. O své zkušenosti se podělte také s rodinou a přáteli – i to může pomoci předejít dalším podvodům.