



Yatak Odası

- Giyinirken oturabilecek, kollukları olan sağlam bir sandalye bulundurulmalıdır.
- Elbise dolaplarının kapaklarında, kavraması kolay kulpların kullanılması ve kapakların açılmasıyla otomatik yanan lambalar tercih edilmelidir.
- Yatak odası mobilyaları, yaşlının tekerlekli sandalye, koltuk değneği ya da bastonu ile rahatça dolaşabileceği şekilde düzenlenmelidir.
- Yataktan kolay ulaşılan mesafede; yatak başı lamba, telefon, bardak, ilaçlar gibi önemli maddeleri koyabilecek küçük sabit masa/komidin olmalıdır.



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
HALK SAĞLIĞI
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
HALK SAĞLIĞI
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

GERIATRI
FİZYOTERAPİSTLERİ
DERNEĞİ

Yaşlanırken
EVİNİZDE
ÖNLEMİNİZİ ALIN
GÜVENLİ YAŞLANIN!

- Odalarda havalandırma sistemi ve ısı kaynağı (kazan / soba) güvenliğini sağlayın.
- Tüm odalarda elektrik kablolarını sabitleyin.
- Tüm zeminlerde kaymayan/ parlamayan malzemeler kullanın.



T.C.
Sağlık Bakanlığı
Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü



Yaşlılık

döneminde konut
yaşlı bireyin ihtiyacına
uygun olarak düzenlenmelidir.

Oturma Odası

- ☞ Mobilyalar; dağınık olmayacak şekilde yerleştirilmelidir.
- ☞ Sandalye ve kanepeler sağlam olmalı, çok yüksek ya da çok derin olmamasına dikkat edilmelidir.
- ☞ Sehparlar koltuklar arasında yerleştirilmelidir.
- ☞ Halıların kenarı düşmeye neden olmayacak şekilde düzenlenmelidir.
- ☞ Halılarda ve zeminde görme derinliğini yanıltmayacak desenler tercih edilmelidir.



Banyo ve Tuvalet

- ☞ Tuvalet, duş, banyo küveti yakınında tutunma barları bulunmalıdır.
- ☞ Tutunma barlarının çapı 4- 5 cm olmalı ve zeminden 90-100 cm yükseklikte yerleştirilmelidir.
- ☞ Oturaklı duş sistemi tercih edilmelidir.



- ☞ Düşmelere neden olabileceğinden küvetten kaçınılmalıdır.
- ☞ Armatürler kolay açılır kapanır özellikte olmalıdır.
- ☞ Elektrikli aletler kullanılmadığı zaman fişleri prizden çıkartılmalıdır.
- ☞ Banyo zemini kuru olmalıdır.
- ☞ Kaymayan terlikler kullanılmalıdır.

Mutfak

- ☞ Çalışma tezgahı yeterli yükseklikte ve uzunlukta olmalıdır.
- ☞ Mutfak dolabının raf yüksekliği maksimum 150cm olmalıdır. Alt dolapların minimum raf yüksekliği 40cm olmalıdır.
- ☞ Tekerlekli sandalye kullanan yaşlılar için tezgah altı boş olmalıdır.
- ☞ Masaların kenarları yuvarlak olmalıdır.
- ☞ Doğal gaz kullanılıyorsa alev ya da arıza anında otomatik gaz kesim sistemi olmalıdır.

