

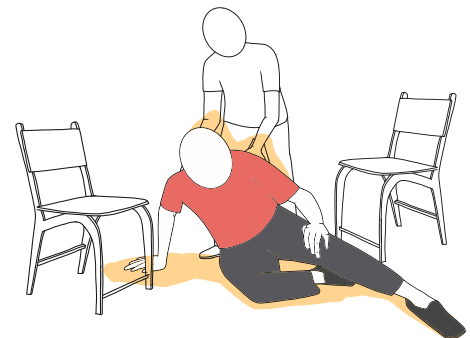
SI UNA PERSONA CAU, AJUDAU-LA A AIXECAR-SE

És important que s'aixequi tota sola; deixau que ho faci, però guiant-la. Si ho considerau necessari, telefonau al 061 o al 112 o emprau el dispositiu de telealarma, si en té.

1 Calmau la persona que ha caigut i feis que quedi ajaguda mentre revisau si té lesions. Demanau-li si es pot moure.



2 Si es pot moure, ajudau-la suaument a girar-se per descansar. Posau-li dues cadires a prop, una a cada costat.



3 Ajudau-la a avançar de quatre grapes cap a una de les cadires perquè pugui posar-se de genolls. Posau-li l'altra cadira darrere.



4 Guiau-la per seure a la cadira que té darrere recolzant-se en la de davant.



5 Feis que descansi si s'ha cansat molt. Mentrestant, pensau i intentau aclarir per què ha caigut.

