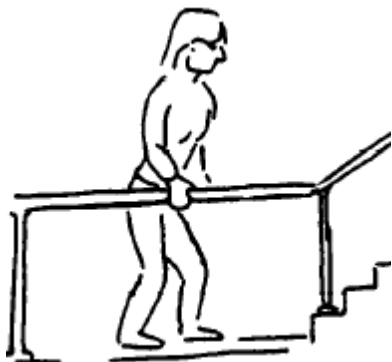


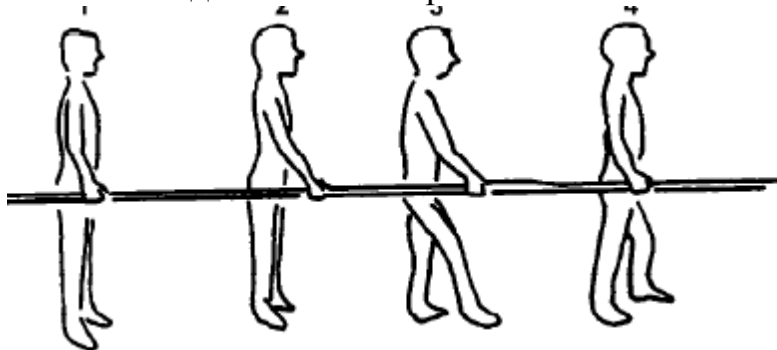
## Как человек может ходить опираясь на один поручень



Если человеку, которого вы обучаете, уже не нужно опираться на два поручня, учите его ходить, держась только за один поручень. Укрепите поручень вдоль всего пути, по которому обычно ходит человек. Полезно сделать поручни в доме, во дворе и по дороге в туалет.

### Как учить человека ходить, держась за один поручень

1. Человек стоит, держась за поручни.
2. Он передвигает одну руку вперед по поручню.
3. После этого человек делает шаг вперед более слабой ногой.
4. Затем он делает шаг второй ногой.

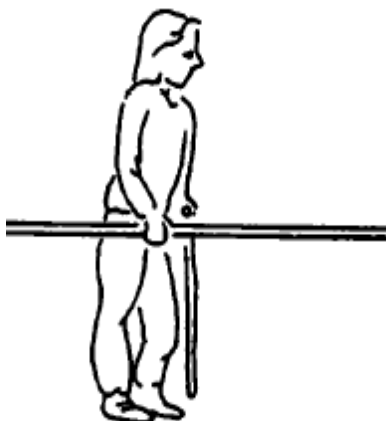


■ Учите человека повторять эти действия именно в такой последовательности.

последовательности.

■ Когда человек, которого вы обучаете, только начинает ходить, опираясь на поручни, ему, возможно, понадобится дополнительная поддержка.

Вы можете поддержать его, если встанете позади него и будете придерживать его за талию. Или же человек может опираться на тросточку, которую держит свободной рукой. Если поблизости есть стена, то он может опереться свободной рукой о стену.



■ Человеку, которого вы обучаете, может понадобиться шина для коленного сустава или для стопы.