

## Wist u dat...

u met traplopen dagelijks dezelfde spiergroepen traint als die nodig zijn bij het opstaan uit een stoel, van het toilet en het in/uit bad en bed stappen.

## 3x daags traplopen is gelijk aan 1 uur fitness per week! (voor ouderen)

Met de Easysteppers blijft u fysiek actief en werkt u aan de conditie van uw spieren, botten, hart, longen en bloedvaten.

### Veilige loopinstructie

Voor de Easysteppers is een veilige loopinstructie gemaakt door een fysiotherapeut. Deze ontvangt u bij de montage. Wij adviseren uw medebewoners ook via de Easysteppers te lopen.

**Een fysiotherapeut of ergotherapeut kan, indien nodig, met u oefenen.**

### Algemene veiligheidstips

Veiligheid gaat boven alles. Daarom wordt, voor uw veiligheid op de trap, geadviseerd om altijd de volgende maatregelen te nemen:

1. Zorg dat de trap zowel overdag als 's nachts goed verlicht is;
2. Zorg voor een leuning aan beide zijden van de trap;
3. Bekleed gladde traptreden met antislip.

4. Zorg voor een goede zichtbaarheid tussen de laatste trede en de vloer (bijv. met een gekleurde strip);
5. Laat niets slingeren op of bij de trap.

### Uitvoering

De Easysteppers zijn geschikt voor alle trappen. Ze zijn in diverse FSC-houtsoorten verkrijgbaar, voorzien van antislip en de schroeven worden netjes weggewerkt.



### Maatwerk en montage

De productie en montage is maatwerk en wordt afgestemd op uw wensen.

### Vakmanschap & service

De nadruk ligt op kwaliteit en service voor de klant. Wij vinden het belangrijk dat u tevreden bent over ons product en onze service en willen deze waar mogelijk verbeteren. Daarom vragen wij u na de montage mee te werken aan een tevredenheidsonderzoek.

**Demonstratiefilmpjes, informatie en referenties vindt u op de website.**

**Contact:** **Enocent Mobility Solutions**  
Opaal 12  
5629 HR Eindhoven  
+31 (0)40 241 0707  
+31 (0)6 1741 3587  
[info@enocent.nl](mailto:info@enocent.nl)  
[www.enocent.nl](http://www.enocent.nl)

# Langer vitaal thuiswonen met Easysteppers op uw trap



Foto: Peter van Hoof

**Easysteppers;  
Daar trap je van op!**

## Als traplopen een probleem wordt...

en u wilt zelfstandig en vitaal thuis blijven wonen, dan bieden Easysteppers uitkomst.

### Lichter traplopen



### Met halve treden trap op en af: minder kracht, minder belastend

Easysteppers zijn stevige tussentreden voor uw eigen trap waardoor u met halve treden tegelijk de trap op en af kunt lopen. U heeft minder kracht nodig en u hoeft uw heupen, knieën en enkels minder te buigen. Zo kunt u gemakkelijker traplopen.

### De trap is dagelijks uw "persoonlijke trainer" in huis!

### Voor wie

Heeft u last van uw benen of pijn aan uw heupen, knieën of enkels?  
Heeft u minder kracht of uithoudingsvermogen?  
Of bent u snel benauwd?

Dit komt o.a. voor bij: artrose, reuma, ouderdom, obesitas, dwerggroei, HMS/EDS, spierziekten, etc.

### Dan zijn de Easysteppers misschien wel wat voor u!

Vraag eventueel advies aan uw huisarts, fysiotherapeut of ergotherapeut of de Easysteppers geschikt zijn voor u.



### Op eigen kracht bewegen

Met Easysteppers kunt u zelfstandig op uw trap blijven lopen. Bewegen zorgt ervoor dat u langer fit blijft en u uw bewegingsvaardigheden behoudt. Dagelijkse activiteiten, zoals traplopen, zijn daarbij erg belangrijk.

**Easysteppers bieden u de mogelijkheid om uw trap te blijven gebruiken en langer zelfstandig in uw eigen huis te blijven wonen.**



Traplopen is minder belastend