

BEMAGTIG JOUSELF VIR OOR- EN GEHOORSORG

Verseker goeie gehoorgesondheid jou hele lewe lank



1 Beskerm jou gehoor

Hou volumevlakke onder 60% maksimum.

Gebruik oorpluisies in harde omgewings.



2 Versoek 'n gehoortoets vir:

Pasgeborenes en skoolkinders

Almal ouer as 50



3 Toets jou eie gehoor

Gebruik WGO se hearWHO-toep jaarliks.

Gaan sien 'n dokter as jou telling laer as 50 is.



4 Gebruik ondersteunende tegnologie

Indien aangeraai, kan gehoortoestelle of ander toestelle jou vermoë om te hoor, verbeter.

Onderskrifte en gebaretaal kan inligting toegankliker maak.



5 Bly ingelig

Lig jouself in oor goeie oorsorgpraktyke.

Maak jou gemeenskap meer bewus.

