

## Test de veiligheid bij u thuis

Zet een X in het betreffende hokje, waar de tekst klopt met de situatie bij u thuis.

<b>Woonkamer</b>	<input type="checkbox"/> In de kamer staan de spullen niet te dicht op elkaar, zodat er voldoende loopruimte is en u zich niet steeds stoot of struikelt.
	<input type="checkbox"/> De bank en stoelen zijn hoog en niet te diep, zodat opstaan weinig moeite kost.
	<input type="checkbox"/> Er liggen geen losse kleden op de grond waarover u kunt struikelen of uitglijden.
	<input type="checkbox"/> De vloer is voldoende stroef zodat uitglijden niet kan.
	<input type="checkbox"/> De telefoon staat op een makkelijk bereikbare plaats.
	<input type="checkbox"/> Op de grond liggen geen losse snoeren waarover u kunt struikelen of uitglijden.
	<input type="checkbox"/> Het raampje of schuifje om verse lucht binnen te laten zijn te bedienen zonder klimpartijen.
<b>Keuken</b>	<input type="checkbox"/> De dingen die u vaak nodig heeft staan op grijphoogte.
	<input type="checkbox"/> De spullen in de provisiekast of kelder zijn zonder rekken en bukken te pakken.
	<input type="checkbox"/> De vloer is stroef, ook als er water is gemorst.
<b>Gang en trap</b>	<input type="checkbox"/> Gang en trap zijn goed verlicht.
	<input type="checkbox"/> Er liggen geen obstakels in de gang.
	<input type="checkbox"/> Er liggen geen spullen op de trap.
	<input type="checkbox"/> De trap is stroef.
	<input type="checkbox"/> De vloerbedekking op de trap zit goed vast en de trapleuningen ook.
	<input type="checkbox"/> De trap heeft aan beide zijden een solide leuning.
	<input type="checkbox"/> U maakt 's nachts geen gebruik van de trap.
<b>Slaapkamer</b>	<input type="checkbox"/> Het bed is voldoende hoog zodat opstaan geen problemen geeft.
	<input type="checkbox"/> U neemt de tijd om wakker te worden voor u uit bed stapt.
	<input type="checkbox"/> Er is verlichting als u 's nachts naar het toilet gaat.

<b>Badkamer en toilet</b>	<input type="checkbox"/> Er liggen geen losse kledjes waarover u kunt struikelen of uitglijden. <input type="checkbox"/> Er zijn handgrepen aangebracht als dit nodig is (steun bij bad, douche en toilet) <input type="checkbox"/> De vloer in de badkamer is antislip of voorzien van een antislipmat.
<b>Rond het huis</b>	<input type="checkbox"/> De stoep, het paadje naar de voordeur en het terras zijn vlak. Er liggen geen losse tegels en er steken geen tegels uit. <input type="checkbox"/> Er is een goede verlichting op plaatsen waar dit nodig is. <input type="checkbox"/> De stoep, het paadje naar de voordeur en het terras zijn niet begroeid met mos, vrij van bladeren of overwoekerd met onkruid. <input type="checkbox"/> U ruimt losse spullen in de tuin (gereedschap of tuinafval) direct op. <input type="checkbox"/> U draagt buiten stevig schoeisel. <input type="checkbox"/> U overweegt bij winters weer of u echt de straat op moet.
<b>Algemeen</b>	<input type="checkbox"/> Er zijn geen drempels in uw huis of de drempels zijn afgeschuind. <input type="checkbox"/> U gebruikt een stevige huishoudtrap (geen stoel of kruk) als u iets wilt pakken dat hoog ligt. <input type="checkbox"/> U besteedt voldoende aandacht aan het goed neerzetten van een trap of ladder als u die gebruikt. <input type="checkbox"/> U loopt altijd rustig (zonder haast) naar bijvoorbeeld de keuken of het toilet. <input type="checkbox"/> Zowel in de huiskamer, de slaapkamer als de badkamer is een telefoon (de telefoon kan natuurlijk ook draadloos zijn). <input type="checkbox"/> U neemt de tijd om de telefoon op te nemen als u wordt gebeld, of om naar de voordeur te gaan als de bel gaat. <input type="checkbox"/> Uw huis is overal goed verlicht

## Hoe veilig is uw huis?

### Hoeveel kruisjes heeft u gezet?

- 28 – 36  Heel goed. Maar denk nog niet: ‘mij kan niets gebeuren’. Blijf op uw hoede.
- 19 – 27  Goed. Blijf op uw hoede. Kan het nog beter? Ga na hoe uw huis ‘heel goed’ kan worden.
- 10 – 18  Matig. U loopt meer risico dan nodig is. Verbetering op enkele punten is geen overbodige luxe.
- 0 – 9  Slecht. In uw huis is het oppassen geblazen. Verbetering is op tal van punten nodig. Wacht hier niet te lang mee!