

# Tips voor uw woonkamer

Voor meer comfort en veiligheid



**“Mijn huis is nu ook veiliger voor de kleinkinderen”**

Kijk snel voor meer informatie op:  
[www.langzultuwonen.nl](http://www.langzultuwonen.nl)

*“Hij zou dit ook  
gewild hebben ...”*

“Toen mijn man bijna twee jaar geleden plotseling overleed, wilde ik eerst hier niet meer blijven wonen, vanwege alle herinneringen. Maar al snel keek ik er toch anders tegenaan. We hadden vlak voor zijn hartstilstand de badkamer en het toilet veiliger laten maken en beneden een slaapkamer ingericht, want traplopen begon wat lastiger te worden. We wilden hier beiden nog jaren blijven wonen. Ik weet zeker dat hij gewild zou hebben dat ik hier blijf wonen, zolang dat kan.”

Carla Hagenkamp heeft haar woonkamer aangepakt:

- **nieuwe antislipvloer (laminaat)**
- **drempelloze verbinding met de keuken**
- **geprogrammeerde thermostaat**
- **gordijnen met afstandsbediening**
- **comfortabele sta-op-stoel**

Carla Hagenkamp (61) vindt dat ze de juiste keus heeft gemaakt: “De kinderen komen graag in dit huis waar ze zijn opgegroeid, en de kleinkinderen vinden het een feest om bij oma te logeren. Ook de burens zijn fantastisch. Ik heb het hier zo naar mijn zin! Daarom heb ik nu ook de woonkamer laten aanpassen. Een nieuwe vloer, wel weer warmbruin laminaat, maar niet meer glad. Is ook veiliger voor de kleinkinderen. De deur en de drempel naar de keuken zijn weggehaald, net als een deel van de tussenmuur. Mooi en makkelijk! Met de sta-op-stoel en de gordijnen met afstandsbediening verwen ik mezelf. Laatst lag mijn kleindochter als een prinsesje in die stoel naar Sesamstraat te kijken. Moest oma toch weer in de oude leunstoel ...”

De meeste mensen zitten overdag en 's avonds het meest in hun woonkamer. Er wordt van alles aan gedaan om het daar gezellig en comfortabel te maken. Maar is het daarmee ook zo veilig mogelijk? Hoe zit dat met úw woonkamer?

### Vloer

Nog steeds gebeuren er in Nederland ongelukken door een te gladde vloer, zelfs in de woonkamer. Als u graag laminaat, linoleum of vinyl wilt, kies dan voor de stoeve soorten. Vraag hiernaar bij de gespecialiseerde verkopers. Wees voorzichtig met matten en kleedjes, zorg in elk geval dat ze niet kunnen schuiven of omkrullen. Drempels zijn beruchte veroorzakers van struikelpartijen. Als ze hoger dan 2 centimeter zijn: verlagen of verwijderen! Een drempelloze woning is trouwens ook prettiger bij het schoonmaken en voor kinderen en rollator- of rolstoelgebruikers.

### Meubels

Plaats de meubels zo in de woonkamer, dat er nog voldoende bewegingsruimte overblijft. Daarbij kunt u een opstelling kiezen waarbij de meubels u zonodig steun bij het lopen bieden. Met een draaiplateau op tafel kunt u snel meer spullen pakken. Er zijn stoelen die helpen bij het gaan zitten en opstaan. De luxere zijn uitgevoerd met elektrische sturing en drukknopbediening. Met verhoogkussens kunt u het gaan zitten en opstaan in een 'normale' stoel ook een stuk makkelijker maken. Soms is het comfortabeler als stoelen en tafels hoger komen te staan. Daarvoor zijn speciale meubelverhogers in de handel. Let op dat u veilige verhogers aanschaft, zodat de stoel of tafel er niet plotseling kunnen afschieten.





“Met de sta-op-stoel verwen ik mezelf”

Voor meer comfort en veiligheid



### 1. Antislipvloer

naast vaste vloerbedekking zijn er veilige laminaat-, linoleum- en vinylsoorten.

### 2. Sta-op-stoel

ook verkrijgbaar met moderne uitstraling.

### 3. Geprogrammeerde thermostaat

lekker warm en energiezuinig.

### 4. Drempelloos naar de keuken

om snel en veilig een kopje koffie te halen.

### 5. ‘Automatische’ gordijnen

met drukknop- of met afstandsbediening.

### 6. Eethoekstoelen met armleningen

die het opstaan uit de stoel gemakkelijker maken.

### Woonkamertip

Denk ook aan de hoogte van de stopcontacten. Op 100 centimeter hoog zijn deze voor de meesten goed bereikbaar. Wordt een stopcontact een tijdje niet gebruikt, beveilig het dan met speciale stekers zodat onderzoekende kinderen geen stroomschokken kunnen oplopen. Probeer verder elektrische snoeren weg te werken om te voorkomen dat u of iemand anders erover struikelt.

### Inspiratie opdoen? Zien hoe anderen het hebben gedaan?

Er staan op [www.langzultuwonen.nl](http://www.langzultuwonen.nl) diverse filmpjes over verbouwingen en kleinere aanpassingen van het huis. Mensen vertellen er over hun keuzes en ervaringen. Ook krijgt u informatie over producten en hulpmiddelen.

## Eén afstandsbediening

Gemak dient de mens. Zo komen er voor steeds meer toepassingen afstandsbedieningen. Voor sommige apparaten (tv, audio, video) kan het handig zijn om met een gecombineerde afstandsbediening te werken, zodat u niet steeds hoeft te kijken 'welke ook al weer de goede is'. Ook zijn afstandsbedieningen met grotere knoppen verkrijgbaar. Een uitkomst voor wie moeilijk overweg kan met kleine druktoetsen. Aan de afstandsbediening van de tv bent u gewend, maar wist u dat er veel meer in huis is dat u op afstand kunt bedienen?

## Huisautomatisering

Met slimme elektronica kunt u uw huis 'besturen'. Denk aan gordijnen die met een afstandsbediening of drukknop elektrisch worden geopend of gesloten. Net als de zonwering, waarvan ook systemen zijn die automatisch op zonlicht reageren. Ook de verlichting van de verschillende ruimten en bijvoorbeeld het slot van de voordeur kunt u desgewenst met afstandsbediening regelen. De vakmensen tonen u graag de mogelijkheden en het kostenplaatje.

## Slimme thermostaat

De programmeerbare klokthermostaat is ook een vorm van een afstandsbediening. Eenmaal goed ingesteld hoeft u niets meer te wijzigen. Tenzij u op een bepaald moment een lagere of hogere temperatuur wenst. Dat kunt u dan met een paar drukken op een knop voor elkaar krijgen. U kunt de thermostaat zo programmeren dat 's nachts en wanneer er niemand thuis is de temperatuur een stuk lager wordt. Dat scheelt u in stookkosten!

Tegenwoordig zijn er thermostaten die u met uw mobieltje kunt bedienen: een uurtje voordat u thuis komt geeft u vanuit het winkelcentrum of vanaf het werk 'opdracht' om uw huis op de gewenste temperatuur te brengen.



Kijk snel op [www.langzultuwonen.nl](http://www.langzultuwonen.nl)

## Wilt u meer informatie?

Heeft u vragen over mogelijke aanpassingen binnen of buiten aan uw huis? Wilt u meer weten over de hier genoemde tips? Kijk op [www.langzultuwonen.nl](http://www.langzultuwonen.nl). U vindt daar ook de contactgegevens van uw gemeente.

## Laat u ook inspireren door onze andere folders:

- Tips voor uw badkamer en toilet
- Tips voor uw keuken
- Tips voor uw hal
- Tips voor veilig en comfortabel wonen
- Tips voor wonen met dementie.

Folders kunt u aanvragen via [www.langzultuwonen.nl](http://www.langzultuwonen.nl)

Lang zult u wonen stimuleert bewoners om hun huis aan te passen, zodat zij er langer kunnen blijven wonen.



Lang zult u wonen  
[info@langzultuwonen.nl](mailto:info@langzultuwonen.nl)  
[www.langzultuwonen.nl](http://www.langzultuwonen.nl)