

Veiligheidskrant

Korpschef Bryan Rookhuijzen: 'Kenmerk van de wijkagent: kennen en gekend worden!'



'Het idee dat we het als politie wel alleen afkunnen, hebben we allang achter ons gelaten. We zien de burger en ook bijvoorbeeld woningcorporaties en gemeenten liever als partner bij het signaleren en oplossen van problemen', zegt 'politieman' Bryan Rookhuijzen. 'Daarom willen we ook graag dat zij zelf initiatief tonen en ons weten te vinden.'

Bryan Rookhuijzen is korpschef van de regio Limburg-Noord. Daarnaast is hij portefeuillehouder gebiedsgebonden politiezorg in de Raad van Korpschefs en daarmee de 'baas' van de wijkagenten in Nederland. Maar wat wil dat nou eigenlijk zeggen: gebiedsgebonden politiezorg?

Wisselwerking

'Werken aan veiligheid is niet alleen de verantwoordelijkheid van de politie, maar

van iedereen. Het motto van de wijkagent is dan ook 'samenwerken aan veiligheid'. Door gebiedsgebonden te werken, bouwen wijkagenten een band op met hun werkgebied en de mensen die daar wonen of een bedrijf hebben. Op die manier voelt iedereen, burgers of bewoners én instanties, zich betrokken bij wat er speelt. Je kunt wat de politie doet vergelijken met het werk van andere dienstverlenende organisaties. Neem nou de woningcorporaties. Het frontoffice,



Bryan Rookhuijzen, 'baas' van de wijkagenten.

de mensen aan de balie, bij de receptie of in de buitendienst, zijn direct aanspreekpunt voor de huurders. De huurders kennen hen en kunnen bij hen terecht met hun vraag of probleem. Tegelijkertijd registreren die medewerkers wat er onder de huurders speelt en daarmee kan de organisatie haar voordeel doen. Die wisselwerking tussen beiden is ook de kern van ons werk.'

Sleutelfiguur

'Bewoners weten vaak niet hoe ze een probleem moeten tackelen. Neem nou als voorbeeld jeugdoverlast. Als de wijkagent een melding krijgt van problemen met bijvoorbeeld hangjongeren, dan is hij de aangewezen persoon om excessen op te lossen. Maar ook is het belangrijk in gesprek te gaan met het buurtcomité of de bewonerscommissie om te achterhalen wat er precies speelt. In iedere buurt zijn er mensen die ertoe doen, sleutelfiguren die zich meer dan gemiddeld betrokken voelen bij hun directe omgeving, hun straat of zelfs hun wijk. De wijkagent moet zorgen bekend te zijn bij deze sleutelfiguren zodat zij signalen kunnen doorspelen waarmee de wijkagent iets moet. Op die manier treedt de gewenste wisselwerking op.'

Eigen initiatief

Als het gaat om samenwerking, gaat het natuurlijk niet alleen om individuele burgers of bewoners. Wijkagenten acteren vaak samen met anderen in teams. 'Die samenwerking kan heel divers zijn. De frequentie waarmee partijen elkaar opzoeken wordt dikwijls bepaald door het probleem dat speelt. Naast een relatie met gemeenten, openbaar ministerie en andere officiële instanties, treden we in buurten en wijken vaak samen op met woningcorporaties, winkeliers en bedrijven. Formeel ligt de regie tot samenwerking met de politie bij de gemeente. Maar we zien vaak dat woningcorporaties het voortouw nemen en ook de wijkagenten zelf. Corporaties worden in de wijken
Lees verder op pagina 2

Inhoud

Inbraak is een van de vervelendste dingen die je kunnen overkomen. Natuurlijk zijn de meeste spullen te vervangen, maar dat horloge van je opa of die ketting van je moeder niet. Maak het inbrekers daarom zo moeilijk mogelijk.



Iedere zes minuten valt een senior op een zodanige manier dat behandeling in het ziekenhuis nodig is. De kans op een ongeval is het grootst op de trap. Badkamer en douche komen op de tweede plaats en het toilet op de derde. In dit artikel krijgt u tips om ongelukken te voorkomen.

Winkelen, bankieren, 'praten' met vrienden. We doen het steeds vaker via internet. Het gaat snel en het is makkelijk. Helaas kleven er ook risico's aan. Zonder het te beseffen, geeft u al snel veel persoonlijke gegevens prijs. Hoe u veilig kunt 'surfen', leest u op pagina 4.



Daniëlle Voermans: 'Oosterflank slaapt nooit'

Buurtagent Daniëlle Voermans maakt deel uit van wijkteam Alexander-Zuid in de Rotterdamse wijk Oosterflank, niet bepaald een slapende woonwijk. 'Vooral tijdens de nacht- en avonddiensten moet ik veel optreden. Verslavingsoverlast en mensen met psychische problemen zijn meer regel dan uitzondering', vertelt Daniëlle. Die problemen ontstaan doordat bewoners uit Crooswijk en Rotterdam-Zuid vanwege renovatie verhuizen naar relatief goedkopere huurwoningen in Oosterflank. 'Helaas zie ik wel meer armoede, huiselijk geweld en jongerenoverlast ontstaan in de wijk. Om de veiligheid in de wijk te verbeteren zet niet alleen de politie zich in; ook buurtbemiddeling wordt steeds vaker ingeschakeld. Dit zijn onafhankelijke teams die bemiddelen bij onenigheid tussen bewoners. En die kan hoog oplopen!', weet Daniëlle. 'Er zijn mensen in de wijk die zeggen dat ze de politie te weinig zien. Maar ik ben duidelijk zichtbaar hoor. Wekelijks schrijf ik een column in de Oosterflankkrant en ik laat overal visitekaartjes achter. Verder heb ik goed contact met Jongerenwerk, wijkcentrum Oriënt en de bewonersorganisatie. Ook de samenwerking met de corporaties is prima. We delen informatie in verschillende overlegvormen en vergezellen elkaar bij huisbezoeken. We vullen elkaar uitstekend aan.'



Thijs Hulsbeek: 'Spin in het web'

'De ideale wijkagent heeft als spin in het web met iedereen contact. Met een helikopterview kijkt hij naar wat er in de wijk speelt en houdt zo vinger aan de pols.' Aan het woord is Thijs Hulsbeek, wijkagent in het Almelose stadsdeel Zuid-Oost. 'In deze wijk wordt vooral melding gedaan van jeugdoverlast, verkeersoverlast, burentwist en huiselijk geweld. Voorheen was het melden van huiselijk geweld taboe, maar nu is daarvoor een speciale afdeling binnen de politie Twente die problemen achter de voordeur aanpakt. Er wordt vaker aangifte gedaan, zelfs door mensen van andere culturen waarbij het erkennen van huiselijk geweld heel gevoelig ligt', merkt Thijs op. 'Waar het in de wijk nog wel aan ontbreekt is het noaberschap. Die term stamt uit de tijd waarin boeren klusjes voor elkaar deden. De gemeente probeert bewoners te activeren door ze bijvoorbeeld zelf straatfeesten en voetbaltoernooien te laten organiseren. Zo raken ze meer betrokken bij elkaar en hun wijk en daarmee boeken we samen goede resultaten. Om mijn informatiepositie in de wijk te versterken rijd ik rond op een mountainbike. Zo ben ik makkelijk aanspreekbaar. Ook sta ik op www.politie.nl/twente en kunnen buurtbewoners met me mailen. Hiermee creëren we een positieve dienstverlening.'

waarin zij veel woningen verhuren, meestal als eerste met problemen geconfronteerd. Hun rol in het oplossen van problemen is heel belangrijk. Zij staan het dichtst bij de huurders en kunnen als intermediair optreden tussen hen en politie en andere instanties. Veel corporaties hebben al werk gemaakt van het veilig maken van woningen door ze te voorzien van goed hang-en-sluitwerk. Ook via het aanstellen van buurtconciërges laten ze zien dat ze hun verantwoordelijkheid nemen. Wij zijn natuurlijk graag partij in die zorg voor een veilige woonomgeving.'

Handen ineen

'Wat bewoners zelf kunnen doen aan een veilige woning en woonomgeving? Wat ze in ieder geval niet zouden moeten doen, is achterover leunen in hun stoel en de problemen alleen bij anderen neerleggen. Onze ervaring is dat bewoners door de handen ineen te slaan, tot mooie resultaten kunnen komen. Dat wil zeggen dat ze zelf initiatieven kunnen nemen. Niet alleen door onveilige situaties tijdig te melden bij de wijkagent, maar door als medebetrokkene mee te helpen aan de oplossing. Wij noemen dat burgerparticipatie. En als mensen willen weten wie hun wijkagent is, dan kunnen ze bellen naar 0900-8844.

Mag ik tot slot een oproep doen? Bewoners die een actieve rol willen spelen in hun buurt en op een andere manier willen kijken naar de problemen, kunnen zich aanmelden bij www.burgernet.nl. Burgernet is een bijzondere samenwerking tussen burgers, gemeente en politie om (via een telefonisch netwerk) de veiligheid in de woon- en werkomgeving te bevorderen. Op de website vinden geïnteresseerden alle informatie.'

Anne Doddema:

'Taal van de mensen spreken'

Anne Doddema is een van de drie wijkagenten in Zeist-Noord. De wijk Vollenhove biedt met 64 verschillende culturen en inwoners uit alle lagen van de bevolking een flinke uitdaging. 'De wijk heeft al jaren te kampen met een negatief imago, maar dat is niet terecht. Je kunt hier 's avonds prima over straat. Wel hebben we te maken met geluidsoverlast, diefstal van fietsen en auto-inbraken.' De wijkagent maakt samen met de gemeente, twee woningcorporaties en jeugd- en jongerenwerk deel uit van wijkteam Noord. Dat team werkt nauw samen en houdt wekelijks een spreekuur voor de bewoners. 'Wij pakken gezamenlijk de problemen aan die achter de voordeur spelen. Met de woonconsulenten van de corporatie gaan we bij de bewoners langs. We staan zo dicht mogelijk bij hen en spreken hun taal. Zo proberen we de angst die bij hen leeft te doorbreken. Vaak denken mensen dat wijkagenten als een soort bromsnor op de fiets continu in de wijk zijn. Ze realiseren zich niet dat we een groot deel van onze tijd achter de schermen bezig zijn de problemen aan te pakken', vertelt Doddema. Die onzichtbaarheid is een probleem. Daarom gaat hij regelmatig op bezoek bij huismeesters en bewonerscommissies. 'En in de jongerenbus Busz wip ik regelmatig aan voor een kaartje en een praatje. In mijn eigen spreekruimte komen zaken aan de orde die me anders misschien niet ter ore zouden komen.'

Tip 1

Voor al oudere mensen hebben vaak moeite met goed zien. De kans op vallen is daardoor groter. Daarom is het belangrijk om ieder jaar uw ogen te laten controleren en de aanschaf van een bril niet uit te stellen. Zorg voor voldoende licht in huis en haal obstakels weg waarover u zou kunnen vallen.



Speciaal voor ouderen

Wonen met een gerust hart

Hoe vaak hoor je niet dat ouderen uitglijden terwijl ze in of uit bad stappen? Soms zelfs met een gebroken heup tot gevolg. De feiten liegen er niet om: iedere zes minuten valt een senior op een zodanige manier dat behandeling in het ziekenhuis nodig is.



Per jaar behandelen ziekenhuizen 95.000 ouderen als gevolg van een val, waarvan ongeveer 110 met dodelijke afloop. De kans op een ongeval is het grootst op de trap. Badkamer en douche komen op de tweede plaats en het toilet op de derde. Om dit te voorkomen, geven we u een aantal tips dat

speciaal is gericht op senioren. Zo kunt u met wat kleine aanpassingen veilig, comfortabel en zelfstandig wonen.

Gevaar op de trap

De trap blijkt voor ouderen de gevaarlijkste plek in huis. Hier gebeuren de meeste

ongevallen, vaak met ernstige gevolgen. Zorg daarom voor een solide trap met een stevige leuning (lieft aan beide kanten) en stroeve bekleding. Laat geen spullen op de trap slingeren. Wanneer u naar boven of beneden gaat, houd dan altijd een hand vrij om de leuning vast te houden. Laat trapleuningen goed onderhouden en reparaties direct uitvoeren. Wanneer u de trap stofzuigt, gebruik dan een kruimeldief of dweil, geen zware stofzuiger. Zorg er ten slotte voor dat uw trap altijd voldoende en gelijkmatig verlicht is, zodat u niet in de schaduw loopt. Een eigentijdse oplossing daarvoor is de trap te (laten) voorzien van led-verlichting. Die is er speciaal voor trappen en verkrijgbaar van verschillende merken.

Zorg voor veilig sanitair

Uitglijden in de badkamer omdat de vloeren nat zijn of doordat matjes en kleedjes wegglijden? U herkent deze situatie vast wel. Zorg er daarom voor dat bad en douchebak voorzien zijn van antisliptegels. Voor bestaande vloeren, bad en douchebak kunt u een antislipcoating of antislipstickers gebruiken. Deze vindt u bij doe-het-zelfzaken. Gebruik in bad een antislipbadmat of -douchemat. Maak de matten regelmatig schoon om ze stroef te houden. Heeft u moeite met opstaan van het toilet? Van een hoger toilet kunt u veiliger opstaan. Gebruik nooit het fonteintje als steun, maar laat speciale steunen (handgrepen) aan de muur bevestigen. Let er wel op dat de ondergrond waarop de greep wordt bevestigd ook stevig is. Moet u 's nachts naar het toilet, maar heeft u geen toilet op de slaapverdieping? Overweeg dan de aanschaf van een posttoel. Deze is verkrijgbaar bij de thuiszorgwinkel. Als u moeite heeft met in en uit bad stappen, laat dan een badbeugel naast het bad plaatsen. U kunt zittend in bad douchen met een badplank of in de douche met een douchezitje. Zorg er ten slotte voor dat het slot van uw badkamer of toilet altijd van buiten open gemaakt kan worden, zodat er in geval van nood altijd iemand naar binnen kan. De deur niet op slot doen, kan natuurlijk ook.

Voorkom ongenode gasten

Inbraak. Het is een van de vervelendste dingen die je kunnen overkomen. Iemand is ongevraagd in je huis geweest, heeft aan jouw eigendommen gezeten en heeft zijn slag geslagen. Natuurlijk zijn de meeste spullen te vervangen, maar dat horloge van je opa of die ketting van je moeder niet. Maak het inbrekers daarom zo moeilijk mogelijk.

Even een boodschap doen. Ach, laat het raam maar even open. Ik ben toch zo weer terug. Wie denkt vaak niet zo? Maar veel mensen hebben daar achteraf spijt van. We kennen niet voor niets het gezegde 'de gelegenheid maakt de dief'. Een open raam, een slecht sluitende achterdeur, ouderwetse sloten: het zijn directe uitnodigingen aan inbrekers. Óók als u maar een kwartiertje weg bent.

Maak het moeilijk

Naast het goed sluiten van ramen en deuren, zijn er ook andere maatregelen die het voor inbrekers moeilijk maken binnen te komen. Veel woningen zijn in de afgelopen jaren voorzien van inbraakwerend hang-en-sluitwerk, voorzien van een keurmerk. Daarnaast is verlichting rondom woningen en langs achterpaden een manier om ongenode gasten weg te houden. Want inbrekers hebben aan drie dingen een hekel: licht, lawaai en lang werk. Een woning die is beveiligd naar de hoogst geldende normen, kan een officieel keurmerk krijgen: het Politie Keurmerk Veilige Woning. Dit keurmerk schrijft het gebruik van bepaalde soorten beveiligingsmateriaal voor. Maar er is ook ander, kwalitatief net zo

goed materiaal waarmee uw woning optimaal beveiligd kan worden. Bij zo'n woning daalt het inbraakrisico, zo blijkt uit de praktijk, met maar liefst 95 procent.

Tips

Uw huis is al goed beveiligd? Denk dan nog aan een paar dingen:

- Laat nooit sleutels aan de binnenkant van het slot zitten.
- Berg huissleutels op een vaste plaats op.
- Houd het groen rond uw huis laag.
- Hang in de meterkast een kaartje met gegevens van personen die in noodgevallen gewaarschuwd moeten worden.
- Merk waardevolle spullen met postcode/ huisnummer of (helemaal van deze tijd) markeer ze met een synthetische DNA-spray.
- Maak foto's van waardevolle spullen en berg ze op in een kluistje of bij de bank.
- Maak van uw huis geen etalage.
- Laat ladders niet buiten liggen, maar zorg dat ze achter slot en grendel staan.
- Sluit ramen en deuren goed af.
- Doe de deur altijd op slot (nacht- of penslot), ook als u maar even weg bent.



Wetenswaardig

Iedere minuut 'bezoekt' ergens in Nederland een inbreker een woning. Een aantal verrassende statistieken over inbraak in een woning:

- Een inbraak duurt gemiddeld maar 30 seconden.
- Maar 1 procent van alle inbraken gebeurt via het breken van een ruit.
- Negen van de tien inbraken zijn gelegenheidsinbraken.

Gevaar loert om de hoek



Wees ook buitenshuis op uw hoede

Niet alleen in en om het huis loopt u kans te vallen. Ook op straat moet u opletten. Denk maar eens aan stoepranden, losse stoeptegels of oneffen bestrating. Zorg daarom voor stevige schoenen met een lage hak en een stroeve zool.

Moet u zware boodschappen sjuwen? Gebruik dan een boodschappentas op wielen. Wanneer u niet meer zo goed ter been bent, kunt u het best met een rollator op pad gaan. En vergeet niet: ook een rollator moet minimaal een keer per jaar worden nagekeken.

Alarm

Is uw huis voorzien van alle benodigdheden om het voor u zo veilig mogelijk te maken? Toch kan er onverhoopt iets gebeuren. Dan is het van belang dat u iemand kunt waarschuwen. Een alarmeringsknop aan een ketting om uw hals of arm heeft u altijd bij u zodat u altijd iemand kunt bereiken. Bij de lokale thuiszorgwinkel of uw ziektekostenverzekeraar kunt u hierover meer informatie krijgen. Zorg er verder voor dat u belangrijke telefoonnummers (112) binnen handbereik heeft en geef familie of bureaus een reservesleutel van uw woning.

Word fit ouder

Voelt u zich binnen en buiten veilig? Over een ander belangrijk aspect hebben we het nog niet gehad, namelijk een goede fysieke conditie. Die is van essentieel belang en kan helpen om vallen te voorkomen. Bij de stichting Consument en Veiligheid (020) 511 45 11 of op www.veiligheid.nl kunt u de brochure 'Een goede conditie helpt vallen te voorkomen' aanvragen. Ook kunt u contact opnemen met Meer Bewegen voor Ouderen (NISB). Bel (0318) 490 900 of surf naar www.nisb.nl om te kijken wat de mogelijkheden zijn. Zo zorgt u niet alleen voor een veilige, maar ook voor een fitte oude dag.

Tip 2

Als u moeite heeft met dagelijkse klusjes als wassen, schoonmaken en koken, neem dan eens contact op met een ergotherapeut. Die weet alles van hulpmiddelen voor in huis en kan ideeën aandragen om uw dagelijks leven makkelijker en veiliger te maken.

Tips voor een brandveilig huis

Ook het voorkomen van brand in huis heeft alles te maken met veiligheid. Het begint met aandacht voor heel simpele zaken. Zaken waaraan u misschien ongemerkt voorbijgaat.

Brand? Dat overkomt mij niet. Dat is wat mensen vaak denken. Toch is de kans op brand groter dan u denkt. Met de volgende tips kunt u brand in huis voorkomen:

- Zet kaarsen nooit in de buurt van brandbaar materiaal – zoals gordijnen – en gebruik onbrandbare kaarsenstandaards.
- Houd lucifers en aanstekers buiten het bereik van kinderen.
- Loop nooit zomaar weg tijdens het koken (bijvoorbeeld als er iemand aan de deur belt of uw telefoon gaat).
- Reinig het filter van de afzuigkap regelmatig. Vetresten zijn brandbaar.
- Schuif bij de vlam in de pan een deksel over de pan en draai het gas uit. Gebruik nooit water en ga niet lopen met de pan.
- Schakel apparaten, zoals de televisie, helemaal uit. Het toestel staat nog aan (stand by) als u alleen de afstandsbediening gebruikt.

- Laat een strijkbout nooit onbewaakt achter.
- Rook nooit in bed.
- Houd halogeenverlichting vanwege de geproduceerde warmte uit de buurt van brandbaar materiaal en schakel de verlichting uit als u weggaat.
- Leg geen elektriciteits snoeren onder het tapijt en gebruik zo min mogelijk verlengsnoeren.
- Laat uw schoorsteen regelmatig schoonmaken en controleren.
- Heeft u een open haard? Gebruik dan een brandscherm en voorzie de schoorsteen van een vonkenvanger. Ook een koolmonoxidemelder is geen overbodige luxe.
- Ventileer goed als u bezig bent met vluchtige schoonmaak-, plak- en oplosmiddelen en rook hierbij niet.
- Hang op één of meer relevante plaatsen een rookmelder op.

Ieder jaar lopen 1,8 miljoen mensen letsel op door een privé-ongeval in en om huis of op straat. Maar liefst 1,2 miljoen van hen moet medisch worden behandeld; 460.000 slachtoffers komen zelfs terecht op de afdeling spoedeisende hulp van een ziekenhuis. Zowel voor volwassenen als voor kinderen kan een ongeluk letterlijk en figuurlijk in een klein hoekje zitten.

Valpartijen voorkomen

In de helft van de gevallen die voor behandeling op de spoedeisende hulp komen, is het letsel ontstaan na een val, bijvoorbeeld van trap of ladder. Traptreden voorzien van een dunne, soepele, stroeve vloerbedekking over de volledige breedte van de trap, geplakt tegen de optrede en op de aantrede, voorkomt dat u en uw kinderen uitglijden en vallen. Zorg bovendien voor minimaal één stevige leuning (eventueel voor kinderen een extra leuning op 60 centimeter hoogte) die goed vastzit en zorg dat er geen spullen op de trap rondslingeren. Laat kinderen niet met volle handen de trap nemen. Een duidelijk onderscheid tussen de verschillende treden maakt de trap ook veiliger. Gebruik hiervoor twee kleuren vloerbedekking en leg deze om en om op de treden. Loop niet met sokken of gladde schoenen op de trap.

FEIT: De kosten van letsel door een privé-ongeval waarvoor een slachtoffer op de spoedeisende hulp is behandeld of in een ziekenhuis is opgenomen, bedragen gemiddeld 2.300 euro per slachtoffer.

Struikelen over snoeren

Zo'n 7 procent van de slachtoffers die op de spoedeisende hulp terechtkomen, is gestruikeld over een losliggende tegel, een steen of een ander obstakel. Ook elektriciteits snoeren liggen soms behoorlijk in de weg. Zet ze daarom boven op de plinten vast met kabelclips of werk ze weg in een holle plint. Eventueel kan een grotere plint over een bestaande plint worden geplaatst. Ook zelfklevende snoergoten of -profielen zijn prima voor het wegwerken van snoeren. Een te lang snoer kunt u eventueel op een kleine haspel rollen. Rol echter niet teveel snoer op, want dit kan tot oververhitting leiden waardoor de draden smelten. Dit gevaar bestaat vooral bij zware elektrische apparaten. Leg snoeren eventueel achter (grote) meubelstukken, bijvoorbeeld achter een bank of kast.



FEIT: De totale kosten van arbeidsverzuim van slachtoffers die na een privé-ongeval medisch zijn behandeld, bedragen jaarlijks 1 miljard euro.

Veilig de tuin in

Weet u welke planten in uw tuin gevaarlijk zijn? Kinderen hebben eerder last van giftige planten dan volwassenen. Een kleine hoeveelheid gif kan al voor vergiftigingsverschijnselen, ontstekingen en/of huidaanroeningen zorgen. In een goed tuinboek of op het internet vindt u hierover volop informatie. Ook een *tuinvijver* kan onveilig zijn. Wilt u deze liever niet (tijdelijk) omtoveren tot een zandbak, maak hem dan veiliger met een afscherming waar kinderen niet doorheen kunnen (minimale hoogte 1.20 meter, afstand tussen de spijlen maximaal 10 centimeter). Houd goed zicht op uw vijver door rondom uitsluitend lage beplanting aan te brengen. Zorg er bovendien voor dat de vijver een stevige oeverafwerking heeft en ondiep is of dat deze stapsgewijs dieper wordt met een brede ondiepe strook langs de randen. Heeft u een *balkon*, zorg er dan voor dat de afstand tussen de spijlen niet groter is dan 10 centimeter. Is de afstand groter, dan kan een plaat van hout of plexiglas over de gehele lengte en hoogte ervoor zorgen dat uw kind niet tussen de spijlen door kan vallen. Een stevig doek, strak tussen de spijlen gevlochten, heeft hetzelfde effect. Zorg voor zo min

mogelijk klimmogelijkheden op het balkon, zoals plantenbakken en stoelen.

FEIT: Jaarlijks overlijden gemiddeld 2.400 mensen aan de gevolgen van een privé-ongeval.

Veilig klussen

Bij klussen kan veel fout gaan. Een goede voorbereiding is dan ook het halve werk. Denkt u de klus zelf te kunnen klaren, begin dan met een planning. Wat wilt u bereiken en hoeveel tijd heeft u daar voor nodig? Vergeet ook niet de gebruiksaanwijzingen van apparaten of materialen voor het klussen erop na te slaan. Goed gereedschap en de juiste materialen zijn belangrijk voor het slagen van de klus. Zorg voor gereedschap dat in goede staat verkeert en voldoet aan de vereiste CE-richtlijn (Europese veiligheidsrichtlijn). Het is belangrijk om bij risicovolle klussen ogen, oren, handen en voeten te beschermen, bijvoorbeeld met een veiligheidsbril, gehoorbeschermers, een fijnstofmasker of – in geval van het werken met schadelijke gassen, oplosmiddelen en brandbare vloeistoffen – een masker met een verwisselbaar filter. Het is aan te raden de werkruimte goed te ventileren! Ook stevige, goed afsluitbare kleding en veiligheidsschoenen met verstevigde neuzen maken het zwaardere kluswerk een stuk veiliger.

Nog wat veiligheidspunten op een rij

- Beveilig stopcontacten op plaatsen waar uw kind vaak komt én makkelijk bij kan met stopcontactbeveiligers.
- Breng antislip aan op de badkamervloer, in de douche en in het bad.
- Laat medicijnen niet rondslingeren, maar bewaar ze buiten het bereik van kinderen. Bijvoorbeeld in een hoog opgehangen medicijnkastje dat bovendien op slot kan.
- Bescherm scherpe punten en hoeken van (glazen) tafels en planken met speciale beschermhoekjes van zacht kunststof. Zo komt het minder hard aan als u zich stoot.
- Laat gasapparaten (kachels, cv, keukengeiser) en afvoerkanalen (schoorsteen, ventilatiekanaal) jaarlijks controleren en schoonmaken. Ook de aardlekschakelaar in uw huis moet jaarlijks worden getest.





Veilig surfen op internet

Winkelen, bankieren, 'praten' met vrienden. We doen het steeds vaker via internet. Het gaat snel en het is makkelijk. Helaas kleven er ook risico's aan. Zonder het te beseffen, geeft u al snel veel persoonlijke gegevens prijs.



Om te voorkomen dat iemand 'aan de haal gaat' met uw gegevens, kunt u op een paar belangrijke zaken letten:

- Controleer aan wie u persoonlijke gegevens mailt.
- Verander regelmatig uw wachtwoord.
- Check de s (van secure dus veilig) achter http in het webadres.
- Zet automatische updates en firewall aan en installeer antispyware en een virusscanner.

Op uw hoede

Denk goed na over wat u over uzelf wilt prijsgeven én aan wie, voordat u online een vraag beantwoordt. Is uw adres, inlogcode, telefoonnummer of geboortedatum echt nodig om bijvoorbeeld een reis te boeken?

Misbruikt iemand uw persoonlijke gegevens? Meld dit bij www.overheid.nl/identiteitsfraude.

Heeft u zichzelf aangemeld voor een site, dan is het niet vreemd dat u die aanmelding moet bevestigen. Maar reageer niet op een ongevoerd verzoek om ergens in te loggen of om wachtwoord of creditcardnummer in te voeren, zelfs niet als de afzender betrouwbaar lijkt (bijvoorbeeld uw bank of creditcardmaatschappij). Uw bank vraagt nooit zomaar online om belangrijke gegevens. De kans is dus groot dat hier oplichters (phishers) achter zitten.

Wachtwoord

Om bij persoonlijke informatie te komen, gebruikt u bijna altijd een wachtwoord. Om te voorkomen dat iemand uw wachtwoord steelt en vervolgens gebruikt om bijvoorbeeld een creditcard aan te vragen, is het belangrijk regelmatig een ander wachtwoord te kiezen. Misbruik van een wachtwoord wordt meestal pas opgemerkt als het te laat is. Winkelen op internet is bijna altijd veilig. Maar check toch altijd even of het bedrijf echt bestaat én of alle contactgegevens, privacy-, leverings- en

betaalvoorwaarden op de site staan.

Als u via internet betaalt, is het belangrijk het webadres goed te checken. Deze is veilig als er een hangslotje bij staat en als het webadres begint met https. De s betekent 'secure' en dat wil zeggen dat het adres veilig is.

Voorkom een virus

Zorg ervoor dat u een virusscanner op uw computer installeert en houd deze altijd up-to-date. Accepteer daarom alle updates van uw virusscanner. U kunt ook de automatische updatefunctie aanzetten.

Antivirussoftware houdt niet altijd ook spyware tegen. Spyware kan verborgen zitten in virussen, in een bijlage van een e-mail of op onbetrouwbare internetpagina's; het registreert handelingen zonder dat u daar toestemming voor heeft gegeven. Derden kunnen op die manier uw gegevens misbruiken. Daarom is het slim om naast antivirussoftware andere maatregelen te treffen. Een firewall houdt al

het inkomende en uitgaande dataverkeer in de gaten en beoordeelt of iets doorgelaten kan worden of niet. Elke pc heeft een firewall. Tegenwoordig is deze vaak onderdeel van een uitgebreider beveiligingspakket met daarin ook uw virusscanner. Zorg ervoor dat deze altijd aanstaat.

Aanrader

Ook op school is de computer niet meer weg te denken. Een aanrader voor iedere basisschool is het lespakket **Diploma Veilig Internet**. Leerlingen van groep 5 tot en met 8 maken hiermee kennis met de mogelijkheden én de gevaren van internet. Als alle lessen zijn gemaakt, kunnen de leerlingen het **Diploma Veilig Internet** halen. Het lesprogramma is gratis te downloaden op diplomaveiliginternet.kennisnet.nl. Iets voor de basisschool van uw kind?



Kinderen en internet

Gemiddeld zijn kinderen 2,5 uur per dag online. Internet is dan ook heel leuk en biedt heel veel mogelijkheden. Maar behalve nuttige informatie staat op internet ook informatie waar u uw kind liever verre van houdt.

Zonder er erg in te hebben, kan uw kind op sites terecht komen die niet voor kinderen geschikt zijn. Dat betekent echter niet dat u internet tot verboden terrein moet verklaren voor uw kind. Door het installeren van een goed filter houdt u ongewenste sites buiten de deur. Daarnaast is het goed om:

- de computer op een voor u zichtbare plaats (de huiskamer) neer te zetten;
- regelmatig samen met uw kind te surfen;
- duidelijke afspraken te maken over internetgebruik;
- uw kinderen te vertellen dat ze nooit persoonlijke gegevens over zichzelf of de

familie op internet moeten zetten of een foto aan iemand moeten sturen tenzij u heeft gezegd dat het mag;

- uw kind uit te leggen waarom het nooit afspraken moet maken met iemand die het op het internet heeft leren 'kennen';
- uw kind te zeggen nooit op vervelende berichten in te gaan (of te versturen) en het u altijd te vertellen als het zulke berichten krijgt;
- uw eigen internettoegangscodes geheim te houden en regelmatig te veranderen;
- met zekere regelmaat de 'historie' op de computer van uw kind te bekijken.

Checklist veilig wonen

Loop met onderstaande checklist uw huis na. Als u verbeterpunten constateert, kunt u er meteen iets aan (laten) doen:

- Op de vloer, in de douche en in het bad van de badkamer is antislip aangebracht.
- Jaarlijks vindt controle plaats van gasapparaten (keukengeiser, cv, kachels) en afvoerkanalen (schoorsteen, ventilatiekanaal).
- Ramen (ook hoge klampaampjes) en schakelaars zijn te bedienen zonder een trapje of stoel te gebruiken of te bukken.
- De ventilatie in huis is goed geregeld, ook in de winter.
- Het huis is voorzien van één of meer rookmelders die maandelijks getest worden.
- In uw geiser brandt een blauw gasvlammetje (om koolmonoxidegevaar uit te sluiten).
- Er liggen geen spullen op de trap, de trap is niet glad en heeft minimaal één stevige leuning.
- Er zijn geen drempels in huis of de kanten van drempels zijn afgeschuind (ook bij voordeur en balkondeur).
- Snoeren in huis zijn niet onder het tapijt weggewerkt, maar netjes langs de plinten.
- Uw huis is voorzien van een aardlekschakelaar die jaarlijks wordt getest.

Informatieve websites

| | |
|--|--|
| www.politie.nl | www.rijksoverheid.nl |
| www.brandweer.nl | www.energieveilig.nl |
| www.veiligheid.nl | www.kiesbeter.nl |
| www.veiligheidswijzer.nl | www.nisb.nl |



Colofon

2011 ©Nestas communicatie en Aedes vereniging van woningcorporaties



Teksten: Nestas communicatie, Almere

Vormgeving: TypoDynamo.nl

Druk: Roto Smeets Grafische Services, Utrecht

Foto's: Chris Pennarts, iStockphoto, Shutterstock

Aan deze krant kunnen geen rechten worden ontleend. De regelingen en bedragen die in deze krant worden genoemd, kunnen door nieuwe wettelijke regelingen wijzigen. Niets uit deze uitgave mag worden gebruikt zonder voorafgaande, schriftelijke toestemming van de uitgever.