

Stichting Prisma
Jan van Gestel
Taxandriaweg 12
5142 PA Waalwijk
Tel.: 06-2513 1216



Invulhulp

VEILIGHEID

IN EN OM

HUIS

Invulhulp en uitleg bij de
vragenlijst & aandachtspunten
bij wonen onder begeleiding van Prisma

Inhoudsopgave invulhulp en uitleg over:

Elektriciteit	2
Gas & Water	6
Giftige stoffen	7
Brandveiligheid	8
Voedsel & Hygiëne	12
Eerste Hulp	13
Algemeen	14

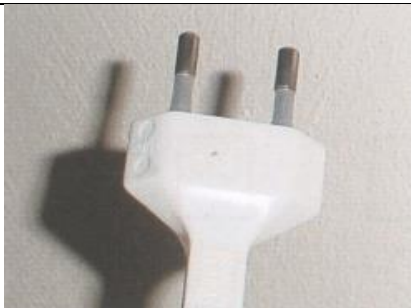
Elektriciteit.

	<p>Als je elektrische apparaten koopt, denk je dan aan het CE-teken?</p> <p>Het CE-teken op een product wil zeggen dat het aan de (wettelijke) normen voor veilig gebruik voldoet. Op een elektrisch apparaat is dit dus heel belangrijk.</p>
	<p>Kun je elektrische apparaten op een veilige manier aansluiten?</p> <p>Denk o.a.: aan</p> <ul style="list-style-type: none">• Je mag een snoer met stekker meestal niet zelf vervangen door een ander snoer.• Een kapot snoer of stekker, dan mag je het apparaat niet meer gebruiken.• Je mag geen stekkerdozen met elkaar verbinden
	<p>Maak je gebruik van insteekbeveiliging bij stopcontacten?</p> <p>Zeker bij kleine kinderen noodzakelijk. Het kan bij sommigen er ook voor zorgen dat het juist moeilijker wordt om zelfstandig een stekker in het stopcontact te doen.</p>



Weet je wat een stekker met randaarde is?

Sommige apparaten zijn extra beveiligd zodat je niet meteen stroom krijgt als er iets mis gaat. Dit gebeurt door een extra "aarding". Je ziet die zitten als ijzeren strips aan de zijkant van de stekker. Zo'n stekker kun je het beste alleen in een stopcontact met randaarde gebruiken! Anders heb je de extra beveiliging niet.



Weet je wat een stekker zonder randaarde is?

Daar zitten geen strips op. Het apparaat waar zo'n stekker aanzit is op een andere manier beveiligd dan met randaarde. Zo'n stekker mag dus in elk soort stopcontact.



Weet je wat een stekkerdoos met randaarde is?

Bij zo'n stopcontact zie je 2 ijzeren strips, waar de strips van de stekker tegenaan komen. Als er dan iets fout gaat met de stroom gaat die via de strips weg, en krijg jij minder snel een schok van de stroom.



Weet je hoe je op een veilige manier verlichting buiten en binnen kunt ophangen?

Losse snoeren moeten regelmatig gecontroleerd worden op beschadigingen. Vastzetten met krammen of spijkertjes is sterk af te raden. Hierdoor raken de snoeren snel beschadigd. Bij gebruik van een kabelhaspel, moet de haspel helemaal afgerold zijn. Als deze niet afgerold is kan de warmte van de haspel niet worden afgevoerd en dus brand veroorzaken. Verstop ook nooit snoeren onder een vloerkleed of achter gordijnen, hierdoor kan eenvoudig brand ontstaan.



Weet je waar je oude of defecte elektrische apparaten naar toe moet brengen of wie je moet bellen?

Oude apparaten lever je in, zodat ze veilig gesloopt kunnen worden en geen schadelijke delen in onze natuur terechtkomen. Je kunt ze inleveren bij de gemeente. Maar ook bij sommige winkels die elektrische apparaten verkopen



Weet je waar de meterkast met de stoppen zitten? En wat je moet doen als de elektriciteit uitvalt?

Ergens in jouw huis zit een meterkast. Meestal in de buurt van waar je binnen komt. Daarin zitten de stoppen. Er zijn verschillende soorten stoppen, die je los moet schroeven en een nieuwe stop in draaien, en automatische waarbij je een knop moet omzetten.



Heb je de snoeren netjes opgeruimd in je huis of op deze manier?

Teveel snoeren opgerold in elkaar kan extra warmte, en dus brand, veroorzaken.

Er zijn diverse soorten kabelbinders, waarbij je de kabels naast elkaar in de binder doet, waardoor het netter, maar vooral veiliger, is

Gas & Water.

	<p>Weet je waar de gasmeter zit? Weet je wat je moet doen als je gas ruikt? Als je gas ruikt:</p> <ul style="list-style-type: none">- Draai, als je kunt, de gaskraan dicht.- Ga naar buiten.- Laat de deuren openstaan.- Bel buiten pas naar de begeleiding of bel de brandweer.- Géén schakelaars of stekkers aanraken!- Niet terug naar binnen
	<p>Weet je waar de watermeter zit? Weet je hoe je het water moet afsluiten?</p> <p>Er zit een hoofdkraan vlak na de watermeter, daarmee sluit je al het water af. Vaak zitten er nog kranen na de hoofdkraan waarmee je een deel van het water kunt afsluiten. Het is wel makkelijk als je weet welke kraan voor welk deel is, zodat je bij een lek in de keuken b.v. nog wel water hebt in de badkamer.</p>
	<p>Zijn er thermostaatkranen aanwezig? Kun je daar goed mee omgaan?</p> <p>Het water krijgt de temperatuur die je instelt. (Dit gaat niet sneller als je de temperatuur eerst hoger zet!)</p> <p>Voor de veiligheid zit er vaak een knop die je in kunt drukken om het water heter te laten worden dan 38 graden. Ben daar voorzichtig mee.</p>
	<p>Weet je wat je moet doen als de verwarming niet werkt? Weet je wie je moet bellen? Wordt de centrale verwarmingsketel elk jaar schoongemaakt?</p> <p>Afspraken hierover zijn vaak afhankelijk van de eigenaar van de woning. Zoek het telefoonnummer wat je moet bellen bij storing en hang dat bij de ketel.</p>

Giftige Stoffen

	<p>Weet je wat giftige stoffen zijn, en heb je een Gifwijzer in je huis?</p> <p>Gifwijzer is verkrijgbaar bij apotheek. Bij vergiftiging: Bel 112 (Ambulance) en volg hun aanwijzingen. (Het is goed om de verpakking van het gif erbij te hebben.)</p>
	<p>Weet je waar je de giftige stoffen moet opbergen om ze nadien op te kunnen ruimen?</p> <p>Gebruik hiervoor de milieubox, en breng die naar de milieustraat.</p>
	<p>Weet je waar je lege batterijen heen moet brengen?</p> <p>Deze breng je naar de milieustraat, net als kapotte spaarlampen en elektrische apparaten. Je kunt hiervoor ook de "Jekko"-inzamelhulp gebruiken</p>
	<p>Weet je hoe en waar je giftige stoffen moet bewaren?</p> <p>Gevaarlijke stoffen horen in een afgesloten kast te staan. Op een plaats waar het niet te warm wordt.</p>



Brandveiligheid

	<p>Is je huisnummer goed zichtbaar?</p> <p>Voor de hulpdiensten is het erg belangrijk dat het huisnummer vanuit een rijdende auto kan worden waargenomen. Kijk of het huisnummer goed zichtbaar is (ook in het donker).</p>
	<p>Is de weg naar de voordeur (gang/hal/trap) vrij van obstakels?</p> <p>Bij brand moet je snel zijn. In dichte rook is snel vluchten niet mogelijk wanneer obstakels (bijvoorbeeld fietsen, vuilniszakken, sport- of schooltassen, enz.) de vluchtweg blokkeren. Denk vooral ook aan hoekjes in de gang, of een hal die je weinig gebruikt.</p>
	<p>Weet je wat je moet doen bij een kleine brand?</p> <p>Bel de brandweer Als het nog kan, blus door b.v. een blusdeken. Anders ga je naar buiten. Ramen en deuren achter je sluiten.</p>
	<p>Weet je wat je moet doen bij een grote brand?</p> <p>Ga naar buiten via de kortste weg. Doe de deur achter je dicht. Bel buiten, of bij mensen in de buurt, de brandweer. Ga niet meer terug.</p>
	<p>Weet je wat je moet doen als er veel rook in huis is?</p> <p>Via de kortste weg zo snel mogelijk naar buiten. Ga niet door de rook. Als het niet anders kan dan door de rook, loop zo laag mogelijk.</p>
	<p>Kun je snel uit huis komen?</p> <p>Heb je altijd de sleutels bij de hand? Nog beter is een knop aan de binnenkant van de deur, i.p.v. een sleutel.</p>



Weet je wat je moet doen als je jezelf hebt verbrand?

- Koel minstens 10 minuten met zacht stromend lauw water
- Kleding aanlaten !
- Vanaf boven de wond laten stromen
- Bij blaren of erger; naar de dokter.



Kun je veilig omgaan met kaarsen?

- Uit de buurt van brandbare materialen (gordijnen, kerststukjes papier, enz.)
- Op een stevige ondergrond.
- Kaarsen uit als je uit de ruimte gaat.
- Namaakkaarsen, met led-lichtjes, zijn veiliger.



Ken je de gevaren om brand te krijgen door roken?

Veilig roken: niet in bed roken; sigaretten/sigaren goed uitmaken; asbak niet op een stoel, bank of bed; asbak niet leegmaken in de prullenmand.

Bij brand door roken in bed is de kans dat je er levend uitkomt bijna 0 !

Denk ook eens aan een elektronische sigaret



Is jouw huis brandveilig ingericht?

Denk aan o.a. brandvertragende stoffen voor gordijnen, kleding, enzovoort. Afstand van lampen tot brandbare stoffen. Maar ook aan de ruimte die je hebt om weg te komen.



Is er een blusdeken aanwezig en bereikbaar in de keuken?

Veel keukenbranden beginnen met 'vlam in de pan'. Die ontstaat wanneer olie of vet in een pan te heet wordt. Blijf altijd in de buurt tijdens het bakken en zorg ervoor dat de pan aan de buitenkant vrij van vet en vuil is. Houd bovendien een passend deksel of blusdeken onder handbereik. Als er toch een vlam in de pan ontstaat, **nooit blussen met water**. Dit kan een enorme steekvlam opleveren!

Wat moet je wel doen: een passend deksel of blusdeken over de pan schuiven. De warmtebron uitschakelen, de afzuigkap uitzetten en de pan minstens een half uur laten staan. Daarna de afzuigkap op mogelijke vuurresten controleren en uit voorzorg de brandweer bellen. Er kan brand in de buis van de afzuigkap zijn, die je niet ziet.

	<p>Wordt het filter van de afzuigkap regelmatig vervangen/gereinigd?</p> <p>Vet en vuil in de afzuigkap en het filter kan vlam vatten. Bij de vlam in de pan zal de brand zich daardoor snel kunnen uitbreiden. Vervang regelmatig het filter en maak de afzuigkap regelmatig schoon.</p>
	<p>Heb je rook- en/of CO2-melders, en weet je wat je moet doen als het alarm piept?</p> <p>Ga controleren Bel eventueel 112 of de begeleiding. (Net wat afgesproken is.)</p>
	<p>Is gas slang van gasfornuis (zichtbaar) in goede conditie? (hitte, scheurtjes, beschadigd)</p> <p>Op een gas slang staat het jaar van fabricage en een NEN-nummer (NEN-EN 559 / NEN-EN 1763-1t/m4 of NEN 5654) De levensduur van een gas slang is maximaal 15 jaar, daarna dient deze vervangen te worden. De aansluitingen moeten zijn voorzien van rubberen afsluitingsringen. Er zijn ook gas slangen met een roestvrij stalen mantel. Die gaan 25 jaar mee. Een gas slang die met slangklemmen vastzit moet al na 2 jaar vervangen worden. Controleren op lekkage doe je door de aansluitingen met zeepsop in te smeren. Indien de slang gebreken vertoont bv haarscheurtjes of beschadigingen, dan deze direct laten vernieuwen</p>
	<p>Weet je hoe je het gasstel of fornuis moet aansteken?</p> <p>Veel toestellen hebben een drukknop om het gas aan te steken. Vaak sluit dan ook de gastoevoer af als de vlam niet brand. Mocht dit niet zo zijn is het veiliger om een wat langere gasaansteker te gebruiken. Let ook op dat de vlam aanblijft.</p>
	<p>Houdt je lucifers en aanstekers buiten bereik van kinderen?</p> <p>Kinderen volgen alle bewegingen van de ouders. Weten dus ook snel waar de lucifers liggen. Daarom is het belangrijk dat lucifers en dergelijke buiten het bereik van kinderen blijven</p>



Weet je hoe apparaten moet onderhouden i.v.m. stof en brandgevaar? b.v. de droger:

Het pluizenfilter moet na iedere droogbeurt schoongemaakt worden. Een wasdroger produceert veel warmte en veel stof of pluizen in de filter zouden dan kunnen gaan branden. De afvoerslang van de wasdroger voert vochtige lucht af, maar ook stof. De slang kan door het stof verstopt raken, waardoor de motor oververhit raakt en de machine in brand kan vliegen.

Het is aan te raden om 'n paar keer per jaar de wasdroger eens goed aan de binnenkant te stofzuigen, met name waar het filter zit.



Zorg je dat ventilatieopeningen van apparaten altijd ruim vrij blijven?

Die openingen zitten er zodat het apparaat zijn warmte kwijt kan. Denk ook aan de openingen aan de onderkant. Leg een laptop b.v. niet op een kussen of op je dekbed terwijl hij aanstaat of net aangestaan heeft.

Ook is het verstandig om tijdens het stofzuigen ook eens over die ventilatieopeningen te gaan, om te voorkomen dat ze door stof verstopt raken.



Zet je de computer/tv/dvd-speler/geluidsinstallatie/enz. helemaal uit als je weg gaat, gaat slapen of als deze niet in gebruik zijn?

Elk apparaat waar stroom opstaat kan warm worden, of kortsluiting geven. Daarom is uit altijd beter dan de "standby" stand.

Denk vooral ook aan opladers van telefoons en andere zaken. Haal ze uit het stopcontact als ze niet gebruikt worden, en koppel een apparaat los als het opgeladen is.

Voedsel en Hygiëne

	<p>Kijk je regelmatig het voedsel na op houdbaarheidsdatum? Weet je wat met THT wordt bedoeld? Weet je wat met TGT wordt bedoeld? THT= Tenminste Houdbaar Tot... TGT= Te Gebruiken Tot... Denk ook aan waar te bewaren, soms geldt die datum alleen bij bewaren in de koelkast. Of geldt ná opening een andere termijn.</p>
	<p>Weet je hoe je veilig moet eten? Kijk naar de bijlage3</p>
	<p>Maak je niet teveel vleeswaren open in één keer Denk hierbij vooral aan de bewaartermijn ná opening. Die termijn is niet voor alle vleeswaren even lang.</p>
	<p>Ben je jezelf ervan bewust dat jouw keuken schoon moet zijn? Bacteriën zijn niet te zien, dus denk b.v. ook aan niet dezelfde snijplank gebruiken van vlees voor groente, Niet te lang doen met dezelfde vaatdoek.</p>
	<p>Weet je afval te scheiden? Glas, papier, Groente-Fruit-Tuinafval, restafval. Wat in welke container.</p>

Eerste Hulp

	<p>Weet je wat je moet doen als je ziek bent, en kun je zelf een huisarts bellen?</p> <p>Ook weten wanneer je de huisarts belt en wie je eventueel om advies kunt vragen. (Begeleiding) Weet je ook wanneer de huisarts en wanneer de huisartsenpost gebeld moet worden?</p>
	<p>Kun je voor hulp naar de burens en heb je daar afspraken over gemaakt?</p> <p>Hang telefoonnummers ergens op</p>
	<p>Heb je een EHBO-trommel in huis? en weet je hoe je die moet gebruiken?</p> <p>Denk ook aan de houdbaarheid van de spullen</p>
	<p>Zijn er aanpassingen nodig in jouw huis? en weet je wie je daarbij kan helpen?</p> <p>Zie ook de vraag bij algemeen over rolstoel / rollator. Uiteraard kunnen er ook zonder rolstoel aanpassingen nodig zijn.</p>
	<p>Weet je wanneer je 112 moet bellen? Bij een calamiteit en er is spoed: dan 112</p> <p>Kun je gebruik maken van een alarmsysteem? Dit kan indien nodig vaak via een thuiszorgorganisatie.</p>

Algemeen

	<p>Weet je wat je moet doen als je ongewenste of vreemde telefoontjes krijgt?</p> <p>Niets over b.v. bankzaken vertellen via de telefoon. Geen nummers geven die men vraagt. Vraag van welk bedrijf ze zijn, en zeg dat je zelf wel terugbelt. Hang dan op. Overleg eerst met b.v. begeleiding of je terug moet bellen.</p>
	<p>Weet je wat je moet doen als je ongewenst bezoek aan de deur hebt?</p> <p>Deur niet opendoen, zeggen dat je gaat bellen. Eventueel deur op "kierhouder"</p>
	<p>Doe je de ramen dicht en de deuren op slot als je (even) weg bent, en 's nachts?</p> <p>Denk er 's nachts wel aan dat jij er in een noodgeval wel snel uit moet kunnen.</p>
	<p>Kun je extra dingen regelen om inbraak te voorkomen?</p> <p>Denk niet alleen aan extra sloten, maar ook aan afspraken met de buren, dure spullen uit het zicht zetten, 's avonds een lampje laten branden etc.</p>
	<p>Als je gebruik maakt van een rolstoel of rollator, let je er dan op dat er niets in de weg staat? Is jouw huis daarop aangepast?</p> <p>Weet je ook wie je moet hebben (van Prisma of van de woningbouworganisatie) als je huis daarop moet worden aangepast?</p>
	<p>Kun je gebruik maken van een alarmsysteem? Dit kan vaak via een thuiszorgorganisatie.</p> <p>Weet je wanneer je 0900-8844 moet bellen. Hiermee bel je de politie als het niet dringend is, b.v. mensen die zich verdacht gedragen Als iemand probeert binnen te komen, dan bel je de politie via 112</p>