

# Burgermoed als bijdrage aan veiligheid

*Een onderzoek in opdracht van de SMV naar een redelijke en haalbare verantwoordelijkheid van burgers voor sociale en fysieke veiligheid in en om huis, in de buurt en bij grote evenementen*

Deel 1: In en om huis



Peter van Lochem  
Mieke Huijsman  
Dennis Stijf  
Ira Helsloot

Crisislab is de onderzoeksgroep die het onderzoek van de leeropdracht Besturen van Veiligheid van de Radboud Universiteit Nijmegen ondersteunt. De doelstelling van Crisislab is de ontwikkeling en verspreiding van kennis op het domein van crisisbeheersing en veiligheidszorg. Voor Crisislab is een kernactiviteit het verrichten van empirisch gefundeerd onderzoek op het veiligheidsdomein, omdat momenteel feiten vaak ontbreken bij beleidsvorming en discussies op het terrein van het besturen van veiligheid.

Maart 2015

Crisislab  
Dashorsterweg 1  
3927 CN Renswoude  
[www.crisislab.nl](http://www.crisislab.nl)

# Inhoudsopgave

---

<b>Managementsamenvatting voor de burger</b>	<b>4</b>
<b>1. Inleiding</b>	<b>7</b>
<b>2. Woninginbraken</b>	<b>10</b>
2.1 Inleiding	10
2.2 Wat te doen om woninginbraken te voorkomen	10
2.3 Wat te doen tijdens een woninginbraak	13
2.4 Slachtoffer van een woninginbraak	15
2.5 Gebruikte bronnen	16
<b>3. Huiselijk geweld</b>	<b>18</b>
3.1 Inleiding	18
3.2 Wat te doen om huiselijk geweld te voorkomen	20
3.3 Wat te doen tijdens huiselijk geweld	22
3.4 Slachtoffer van huiselijk geweld	22
3.5 Gebruikte bronnen	25
<b>4. Woningbrand</b>	<b>27</b>
4.1 Inleiding	27
4.2 Wat te doen om woningbrand te voorkomen	28
4.3 Wat te doen tijdens een woningbrand	30
4.4 Slachtoffer van een woningbrand	34
4.5 Gebruikte bronnen	36
<b>5. Ongevallen</b>	<b>38</b>
5.1 Inleiding	38
5.2 Wat te doen om ongevallen te voorkomen	39
5.3 Wat te doen tijdens een ongeval	46
5.4 Slachtoffer van een ongeval	46
5.5 Gebruikte bronnen	51

## Managementsamenvatting voor de verstandige en moedige burger

---

*Deze managementsamenvatting is gericht op de verstandige en moedige burger die in het voorkomen van en optreden na bedreigingen in het huis zelf de primaire verantwoordelijkheid heeft om adequaat te handelen.*

De belangrijkste bijdrage aan de veiligheid van uzelf en uw geliefden in uw huis is te beseffen dat het úw huis is en dat hulpdiensten nog ver weg zijn zodra die veiligheid in het geding is. U staat er dus alleen voor bij een inbreuk op de veiligheid bij u thuis, zeker in eerste instantie. Maar daarop kunt u zich goed voorbereiden. Voor de meest voorkomende en meest ingrijpende inbreuken op die veiligheid leest u hier hoe u deze kunt voorkomen, hoe u het beste kunt optreden als het zich toch voordoet en wat u daarna nog te doen staat.

Wij geven u hieronder informatie over wat u kunt doen voor, tijdens en na inbraak, huiselijk geweld, brand en ongevallen.

Om deze inbreuken op uw veiligheid te voorkomen zijn de volgende drie stappen belangrijk: (1) het inventariseren van de risico's, (2) het stellen van prioriteiten: welke risico's vreest u het meest, welke het minst en (3) het nemen van maatregelen, waarvoor wij hierna de nodige suggesties geven. Deze stappen zijn op alle mogelijke inbreuken op uw veiligheid van toepassing, met uitzondering van huiselijk geweld. Daar liggen de zaken minder eenvoudig.

### **Inbraak**

Het beste kunt u hier de mogelijke risico's inventariseren door in de huid te kruipen van een inbreker. Hoe zou deze uw woning binnenkomen en wat zou hij – het is meestal een man – dan meenemen? Bij het beantwoorden van die vraag komt u vanzelf bij de te nemen maatregelen. In de navolgende tekst treft u hiervoor de nodige tips, vooral over fysieke aanpassingen van uw woning. Voor enkele maatregelen geldt dat u prioriteiten moet stellen: sluit u de woning zo veel als mogelijk af om inbrekers te weren of zorgt u dat u en uw gezinsleden snel naar buiten kunnen zodra er brand uitbreekt?

Indien toch bij u wordt ingebroken, besef dan dat inbrekers erop uit zijn om zaken weg te nemen zonder dat zij worden betrapt. Daarom kunt u het beste lichten aan doen en lawaai maken wanneer u merkt of vermoedt dat bij u wordt ingebroken. Bel direct 112 indien mogelijk. Wees niet onnodig een held, maar indien u kans ziet de inbreker te overmeesteren aarzel dan niet. U heeft namelijk het recht om hardhandig op te treden tegen inbrekers en u kunt zelf wel inschatten waartoe u in staat bent.

Wij geven u ook de nodige tips voor wat te doen na een inbraak, zoals het informeren van uw verzekering, het doen van aangifte en het eventueel zoeken van (slachtoffer)hulp als u daar naar uw inschatting behoefte aan heeft. Probeer ook te leren van deze ervaring en pas de analyse van uw risico's aan indien daartoe aanleiding bestaat.

### **Huiselijk geweld**

Voorkomen van huiselijk geweld is moeilijk omdat oorzaak en aanleiding vaak niet gekend en complex zijn. Wanneer u kijkt naar de hierna beschreven oorzaken kunt u vermoedelijk wel letten op signalen van spanning en onmacht bij u zelf en bij anderen. Als u het merkt bij uw partner, kinderen of mensen in de buurt, heb dan de moed om erover te beginnen. Meest voor de hand liggend is een bezoek of verwijzing naar de huisarts. Doet u dat zelf ook wanneer u die signalen bij uzelf waarneemt en af en toe het gevoel heeft op uw handen te moeten gaan zitten om niet te slaan. We realiseren ons dat huiselijk geweld vaak moeilijk te voorkomen is omdat het niet altijd wordt voorzien en vaak ook 'moeilijk ligt' en complex is.

Mocht u in uw eigen woonomgeving zien of horen dat geweld wordt uitgeoefend, treedt dan onmiddellijk op, bijvoorbeeld door blijvend aan te bellen totdat de deur wordt geopend. Daarnaast belt u ook 112. Schaamt u zich daarbij niet voor het feit dat u het wel eens verkeerd begrepen zou kunnen hebben.

Wanneer u als dader of als slachtoffer huiselijk geweld heeft meegemaakt, dan is er moed voor nodig om hulp te zoeken. Zoals er ook moed voor nodig is om het bespreekbaar te maken wanneer u weet dat bij mensen in uw omgeving huiselijk geweld heeft plaatsgevonden.

### **Brand**

Wanneer u nagaat wat in uw woning de risico's op brand zijn, bedenk dan dat kinderen en ouderen die niet (meer) zelfredzaam zijn het meeste risico lopen. Overigens loopt uzelf ook een groot risico wanneer u tot de drinkende rokers behoort. Veel van de woningbranden worden namelijk veroorzaakt door de roker die in slaap valt.

U vindt in het navolgende de nodige tips om brand te voorkomen. Niet alleen aanpassen aan uw woning, maar ook vooraf bewust nadenken over hoe u snel met uw huisgenoten uit uw huis kan vluchten en het oefenen van een dergelijk vluchtplan. Zeker wanneer in uw omgeving mensen wonen die zichzelf onvoldoende kunnen redden – bijvoorbeeld in een zorginstelling – dan kan een straat- of buurtinitiatief voor alarmering en hulp het verschil betekenen tussen leven en dood.

Mocht er toch brand uitbreken, weet dan dat het inademen van rook dodelijk kan zijn. Weet ook dat de brand zich heel snel kan uitbreiden. U probeert alleen dan de brand te

blussen wanneer deze nog zo klein is dat u aan een emmer water genoeg hebt. Ziet u in uw omgeving ergens brand of rook, kijk dan – nadat u 112 hebt gebeld – of u op verantwoorde wijze kan helpen bij het redden van personen die zichzelf niet kunnen redden.

Ook voor na de brand treft u in het hiernavolgende weer veel tips aan. Kijk ook nog in dit geval of er aanleiding is uw eerdere risicoanalyse bij te stellen.

## **Ongevallen**

Vooraf kinderen zijn vaak het slachtoffer van ongevallen in en rond uw huis. Een aardige en tevens probate vorm om de risico's bij u thuis in beeld te krijgen, is om kruipend door uw eigen woning te gaan. Dan pas ziet u welke gevaarlijke objecten – zoals schoonmaakmiddelen, stopcontacten, trappen of de theepot – voor kleine kinderen bereikbaar zijn. Overigens vormen trappen een groot (val)risico voor ouderen en kinderen. Bij onze tips treft u zowel aanpassingen aan de woning als de mogelijkheid om zich te bekwamen in het voorkomen van en het optreden bij ongevallen in en rondom huis.

Een EHBO- of een BHV-cursus is zeer aan te bevelen. Deze cursussen bevatten ook de nodige aanwijzingen voor wat u kan doen wanneer dergelijke ongevallen plaatsvinden voor zover daar – gelet op de aard van het ongeval – tijd voor is. Wanneer een persoon dreigt te stikken, kan een juiste druk op de maag verstikking voorkomen, maar een val duurt gewoonlijk te kort om adequaat op te treden.

Wanneer uzelf slachtoffer van een ongeval bent, blijkt er vaak moed voor nodig om een ander gericht om hulp te vragen. Schaam u echter niet om toch hulp te vragen.

Overigens, vergeet ook na een ongeval niet om uw risicoanalyse bij te stellen.

# 1. Inleiding

---

## 1.1 Omvangrijke en ernstige inbreuken

In en rondom huis is gewoonlijk de omgeving waar mensen zich op hun gemak voelen. Dat menigeen zich er op haar of zijn gemak voelt en zich er veilig terugtrekt, wijst erop dat deze omgeving niet als risicovol wordt ervaren; eerder als risicovrij. Uit de hiernavolgende informatie blijkt dat het tegendeel waar is. Er zijn maar liefst 90.000 woninginbraken per jaar. Als we de inbraken in bijgebouwen, zoals schuur en garage, meerekenen komen daar nog eens ruim 20.000 inbraken bij. Het aantal ongevallen in huis met (ernstig) letsel is ruim een miljoen per jaar, waarvan ongeveer 3.000 met dodelijke afloop. Het aantal woningbranden is in vergelijking met de genoemde cijfers weliswaar niet zo hoog – 6.000 per jaar – maar de schade kan relatief zeer ernstig zijn. Bovendien eisten de woningbranden in 2013 toch altijd nog 52 mensenlevens. Ten slotte levert het huiselijke geweld de meeste geweldsincidenten. We weten dat het aantal geregistreerde gevallen – 95.000 per jaar – slechts het topje van de ijsberg is, omdat de slachtoffers voor het doen van aangifte vaak over hoge drempels moeten stappen.

De ernst van de inbreuken op de veiligheid in en rond het huis is niet alleen af te lezen aan de cijfers. Juist omdat de omgeving in en rond het huis gewoonlijk wordt ervaren als de vertrouwde omgeving is een inbreuk op de veiligheid vaak heel ingrijpend. Na een inbraak voelt men vaak lange tijd niet meer de geborgenheid die gewoonlijk binnen de eigen private omgeving wordt gevoeld. Zo wordt ook de ernst van huiselijk geweld vaak bepaald door het feit dat de daders mensen zijn die je meer dan wie ook vertrouwde en tegen wie je – zelfs als slachtoffer – vaak niet wil opkomen, uit angst of omdat het bloed kruipt waar het niet gaan kan.

## 1.2 Indeling

De hiernavolgende informatie is gericht op mogelijke inbreuken op de veiligheid in en rondom huis. Aan de hand van slachtoffercijfers en berichtgeving uit het nieuws hebben wij die inbreuken op de veiligheid gekozen, welke door de ernst en de frequentie ervan het meest actueel en relevant zijn. Op deze wijze wordt het onderzoek inhoudelijk verantwoord afgebakend tot een overzichtelijk geheel. Bovendien is het denkbaar dat de aangereikte handelingsmogelijkheden voor burgers tevens toe te passen zijn in andere situaties. Aan de orde komen de vier meest voorkomende inbreuken, woninginbraken, ongevallen, woningbrand en huiselijk geweld. Naast een omschrijving van de aard en omvang ervan gaan wij in op de mogelijkheden om de inbreuk op de veiligheid te voorkomen, om op te treden wanneer deze inbreuk zich voordoet en om adequaat te handelen nadat de inbreuk zich heeft voorgedaan. In de tekst zijn de belangrijkste aanwijzingen en tips opgenomen en wordt voor meer gedetailleerde tips, voor nadere

informatie en voor beschikbare cursussen en trainingen verwezen naar geschreven bronnen, instanties en sites. In onderstaande tabel is de indeling weergegeven.

Hoofdstuk 1	Paragrafen	Paragrafen
Veiligheid in en rond het huis	1. Woninginbraken	<b>Inleiding:</b> Definitie + cijfers  1. Wat te doen <b>voor</b> ... <i>(literatuuronderzoek preventieve handelingsmogelijkheden)</i> 2. Wat te doen <b>tijdens</b> ...  3. Wat te doen <b>na</b> ...
	2. Huiselijk geweld	
	3. Brand	
	4. Ongevallen in huis	

**Tabel 1:** Opbouw hoofdstuk 1: Veiligheid in en rond het huis

### 1.3 Burgermoed

De gegeven informatie en tips zijn algemeen geldig. Niettemin staat het geheel in het kader van een onderzoek naar burgermoed. Dit onderwerp staat in het ruimere kader van de door de SMV nagestreefde verheldering van de verdeling van de verantwoordelijkheid voor de veiligheid tussen overheid, bedrijven en burgers. Bij de veiligheid in en rondom huis lijkt de verantwoordelijkheid van de burger evident de grootste. Paradoxaal is dat de overheid juist op dit terrein de laatste jaren eerder meer dan minder verantwoordelijkheid naar zich toe heeft getrokken. De overheid neemt van oudsher een grote verantwoordelijkheid voor preventie van en optreden bij branden. Dat is onveranderd het geval. Woninginbraken behoren al enige jaren tot de topprioriteit van het Openbaar Ministerie. Meest opvallend is de toenemende overheidsbemoeienis bij huiselijk geweld. We zien hier dat de overheid geleidelijk aan meer bemoeienis achter de voordeur is gaan zoeken. Een voorbeeld daarvan is de bevoegdheid die enige jaren geleden aan de burgemeester is gegeven om direct op te treden bij echtelijke ruzie en daarbij de bevoegdheid te hebben de echtgenoot het huis uit te zetten zonder de strafprocedurele voorwaarden waaraan tot dan toe moest worden voldaan. Overigens beheert het ministerie van VWS de website huiselijkgeweld.nl.

Niettemin menen wij dat bij (dreigende) inbreuken op veiligheid in en rondom huis de nodige ruimte bestaat voor een groter aandeel van de burger bij voorkoming, optreden en nazorg ervan. Bij inbreuken op de fysieke veiligheid, zoals bij brand en ongevallen, kan men denken aan meer verantwoordelijkheid bij het signaleren van afwijkingen van de dagelijkse orde en bij inbreuken op de sociale veiligheid bij het letten op verdachte signalen en afwijkend gedrag. Op de meeste van de genoemde terreinen zijn initiatieven denkbaar - op straat- of buurtniveau - om de signaleringsfunctie te versterken, om gealarmeerd te kunnen worden en om bij te dragen aan de nazorg.



## 1.4 Specifieke of generieke informatie

De hiernavolgende informatie en tips zijn in veel gevallen specifiek voor de desbetreffende inbreuk. Niettemin bevat het ook de nodige informatie die voor een ruimer aantal inbreuken relevant kan zijn of die zelfs generiek is in de zin van toepasbaar op alle veiligheidsinbreuken in en rondom huis. Zo is het in de meeste gevallen adequaat om ten behoeve van het voorkómen van dergelijke inbreuken risico's te inventariseren en vervolgens passende preventieve maatregelen te nemen. Alleen op het terrein van huishoudelijk geweld ligt dit minder voor de hand. Ook van generieke aard zijn de aanwijzingen om zich te informeren over cursussen en trainingen die een voorbereiding en bekwaamheid bieden op meerdere terreinen. Dat geldt in het bijzonder voor de BHV-cursus, zeker waar deze niet zozeer als bedrijfshulpverlening maar als burgerhulpverlening wordt opgevat.

Het optreden wanneer zich een inbreuk op de veiligheid voordoet is in het algemeen wel specifiek voor de aard van die veiligheidsinbreuk. Maar in het kader van de fase na de inbreuk treft men meerdere suggesties die niet incident-specifiek zijn, zoals die met betrekking tot verzekeringen, verhalen van schade en slachtofferhulp.

## 1.5 Naar een digitale, publiekgerichte vormgeving

Bij de selectie en beschrijving van de hiernavolgende informatie is waar mogelijk rekening gehouden met de hanteerbaarheid ervan in de volgende fase, namelijk die van de omzetting naar een publiekgerichte presentatie. Hier en daar zijn daarvoor ook expliciete suggesties opgenomen en zullen, conform afspraak, ook mondeling worden ingebracht in de samenwerking met de mensen van Parcours.

## 1.6 Verantwoording

Aan de vele tips die wij in deze rapportage geven ligt een uitgebreide verkenning van de uitgaven en sites van professionele, vaak ook gezaghebbende, organisaties ten grondslag. Een deel van deze informatie is gebaseerd op ervaring en opvattingen van experts, maar niet op wetenschappelijk onderzoek. Dit betekent dat wij hier niet een eigenstandige beoordeling van deze adviezen geven.

Als 'lens' voor het vinden van de meest waardevolle adviezen hebben wij hier het concept van de verantwoordelijke, verstandige en moedige burger gebruikt. Dit betekent dat wij ervan zijn uitgegaan dat individuele burgers een eigen verantwoordelijkheid dragen voor het voorkomen van ongevallen en ten minste ook voor de eerste reactie op ongevallen zolang hulpverleningsdiensten en anderen nog niet ter plaatse zijn. Dit concept betekent ook dat van die burgers mag worden verwacht dat zij burgermoed tonen en anderen helpen, ook al brengt dit enig risico met zich mee.

## 2. Woninginbraken

---

### 2.1 Inleiding

Het eerste onderdeel dat besproken zal worden is woninginbraken. Onder een woninginbraak wordt het volgende verstaan:

*'Het op enigerlei wijze wegnemen van (een) goed(eren) of geld uit een woning of een daartoe bestemde ruimte, dat/die aan een ander toebehoort/horen door iemand die zich aldaar buiten weten of tegen de wil van de rechthebbende bevindt, dan wel de poging daartoe.'*

Uit de cijfers blijkt dat het aantal woninginbraken met zo'n 240 per dag zeer omvangrijk is. Bovendien is het aantal woninginbraken, met uitzondering van het jaar 2013, sterk gestegen. In tabel 2 zijn deze cijfers weergegeven.

	2010	2011	2012	2013
<b>Diefstal/inbraak woning</b>	82.335	88.787	91.587	87.345
<b>Diefstal/inbraak box/garage/schuur/tuinhuis</b>	19.824	19.319	19.960	22.982

**Tabel 2:** Cijfers woninginbraken

In de volgende paragraaf wordt ingegaan op de wijze waarop burgers zelf preventief de kans op een woninginbraak kunnen verkleinen.

### 2.2 Wat te doen om woninginbraken te voorkomen?

Vanuit de literatuur is veel bekend over de wijze waarop burgers de kans op een woninginbraak kunnen verkleinen. Om te kunnen bepalen wat deze handelingsmogelijkheden zijn, dient er gekeken te worden naar de kenmerken die bepalend zijn in het besluitvormingsproces van de inbreker. Deze kenmerken zijn het inbraakmoment, de omgevingskenmerken, de woningkenmerken, de buit, de afschrikkende beveiligingsmaatregelen en de aanwezigheid van (buurt)bewoners.

#### *Inbraakmoment*

Inbrekers hebben de voorkeur om in te breken op momenten wanneer het donker is, of overdag wanneer zij verwachten dat er niemand thuis is. De favoriete seizoenen om in te breken zijn de zomer en de winter. De zomer is geliefd omdat burgers in deze periode vaak minder oplettend zijn en daardoor vaker deuren en ramen open laten staan. De winter geniet de voorkeur omdat het in deze periode al vroeg donker is.

De eerste handelingsmogelijkheid voor burgers om een geschikt inbraakmoment voor de inbreker te verhinderen, ligt in het voorzichtig zijn met het geven van informatie

over de momenten waarop zij niet thuis zijn. Hierbij valt te denken aan meldingen via *social media sites*, afwezigheidsberichten op de voicemail en in het e-mailprogramma en het beperkt aantal vrienden en familieleden inlichten over de afwezigheid. De tweede handelingsmogelijkheid ligt in het onaantrekkelijk maken van de woning tijdens vakantieperiodes, bijvoorbeeld door de burens te vragen om de woning (actief) in de gaten te houden en de woning bewoonbaar te laten lijken.

### *Omgevingskenmerken*

Het tweede kenmerk dat van invloed is op het besluitvormingsproces van de inbreker zijn de omgevingskenmerken. Er zijn vier omgevingscriteria die de keuze van de inbreker bepalen bij het kiezen van een omgeving om in te breken.

Het eerste criterium is een omgeving met een grote welvaart. Burgers kunnen het rijke aanzien voorkomen door de potentiële buit niet in het zicht te leggen.

Het tweede criterium is het type buurt. Inbrekers hebben de voorkeur voor een instabiele buurt met een beperkte sociale cohesie. Factoren die een buurt meer instabiel maken zijn een hoog aantal verhuizingen en een hoge mate van etnische heterogeniteit. De handelingsmogelijkheden voor de burgers liggen in het verhogen van de sociale controle, bijvoorbeeld door een buurtwacht.

Het derde criterium is de fysieke toegankelijkheid van de omgeving. Inbrekers hebben de voorkeur om in te breken in een bekende omgeving, omdat zij hier de fysieke infrastructuur voor bijvoorbeeld de vluchtroute en een geschikte plek voor de vluchtauto kennen. Daarnaast hebben inbrekers de voorkeur om in te breken via de achterzijde van de woning, omdat dit gedeelte vaak minder goed beveiligd is. De handelingsmogelijkheden voor de burgers liggen in het plaatsen van een beschutting met een afsluitbare deur, het verwijderen van opstapjes (zoals ladders en vuilcontainers) om de woning in te klimmen en het afschermen of verwijderen van de regenpijp.

Het vierde en laatste criterium dat de keuze van de inbreker bepaalt bij het kiezen van de omgeving is het aantal woningen in de buurt. De meeste inbrekers hebben de voorkeur om in te breken in een omgeving met meer potentiële doelwitten, hoewel een aantal inbrekers aangeeft juist de voorkeur te hebben voor afgelegen woningen vanwege de beperkte sociale cohesie. Voor dit criterium zijn geen reële handelingsmogelijkheden voor burgers denkbaar.

### *Woningkenmerken*

De keuze van de inbreker is ten derde afhankelijk van een viertal woningkenmerken.

Het eerste woningkenmerk is het type woning. Inbrekers prefereren eengezinswoningen boven meergezinswoningen, omdat deze vaak direct vanaf de straat toegankelijk

zijn en hierdoor gemakkelijker ontvlucht kunnen worden. Hiernaast gaat de voorkeur voor de inbreker uit naar een oude woning, omdat hier doorgaans het hang- en sluitwerk van mindere kwaliteit is, het materiaal in deuren en ramen gemakkelijker te forceren is en de schuifpuien van woningen uit de jaren '70 en '80 zonder veel moeite uit het kozijn te drukken zijn. Bewoners van oude woningen kunnen hun woning onaantrekkelijker maken voor inbrekers door hun woning te laten voldoen aan de moderne veiligheidseisen.

Het tweede kenmerk dat de keuze bepaalt voor de inbreker is de mogelijke toegang tot de woning. Hoe eenvoudiger de woning (doorgaans via een deur of een raam) te betreden is, hoe aantrekkelijker doelwit de woning voor de inbreker is. De handelingsmogelijkheden voor de burgers liggen in het niet open laten staan van deuren en ramen, het niet laten slingeren van bruikbaar inbreekmateriaal zoals gereedschap en ladders en het verstoppertje van sleutels op onvoorspelbare plaatsen (niet onder de deurmat of onder een bloempot). Hiernaast kunnen burgers de inbraakveiligheid van deuren verbeteren door het aanschaffen van een meerpuntslot, extra sloten, deurstrippen, PVC-deuren en dievenklauwen en het dichtmaken van kieren in de kozijnen. Burgers kunnen de inbraakveiligheid van ramen verbeteren door het aanschaffen van grotere ramen, dubbelglas ramen, goede sloten en anti-inbraakstrippen en te zorgen voor dichtgemaakte kieren in de kozijnen.

Een derde kenmerk dat ervoor zorgt dat de woning minder kwetsbaar is voor woninginbraken is het in bezit hebben van een Politie Keurmerk Veilig Wonen. Overigens geeft een aantal inbrekers aan zich hierdoor juist niet te laten afschrikken, omdat de burgers in deze woningen eerder geneigd zouden zijn tot laks gedrag.

Het vierde kenmerk dat een woning minder kwetsbaar maakt voor een woninginbraak is het bewoonbaar laten lijken van de woning. De handelingsmogelijkheden voor de burgers liggen bij een korte afwezigheid in het licht laten branden en het aan laten staan van de televisie. Bij een lange afwezigheid liggen de handelingsmogelijkheden in het zorgen dat iemand in de woning verblijft, laten staan van planten in de vensterbank, inschakelen van een tijdschakelaar voor verlichting in de avonduren, opbergen van de post en het niet (altijd) neergelaten hangen van rolluiken.

### *Buit*

Het vierde kenmerk dat van invloed is op het besluitvormingsproces van de inbreker is de potentiële buit. Burgers kunnen dit kenmerk beïnvloeden door niet te koop te lopen met hun rijkdom en hun waardevolle spullen (in een kluis) op onzichtbare of onvoorspelbare plaatsen te leggen en door de woning te verspreiden.

### Afschrikkende beveiligingsmaatregelen

Het vijfde kenmerk dat van invloed is op het besluitvormingsproces van de inbreker zijn de afschrikkende beveiligingsmaatregelen. De handelingsmogelijkheden voor de burgers liggen in het aanschaffen van een zichtbaar geplaatst inbraakalarm, een (grote en bedreigende) hond, een bewakingscamera en een goede (schrik)verlichting.

### Aanwezigheid (buurt)bewoners

Het laatste kenmerk dat van invloed is op het besluitvormingsproces van een inbreker is de aanwezigheid van (buurt)bewoners. Inbrekers letten hierbij op factoren zoals een brandende binnenverlichting, een geparkeerde auto, lawaai en een televisie die aan staat. Burgers kunnen de kans op een woninginbraak verkleinen door de woning goed bewoond te laten lijken en het toezicht in de buurt te verhogen.

Ook wanneer bewoners thuis zijn, is er gevaar om slachtoffer te worden van een woninginbraak, bijvoorbeeld via een babbeltruc. De babbeltruc houdt in dat iemand met een smoes aan de deur komt en de bewoner aan de praat houdt, terwijl een handlanger inbreekt in de woning. De handelingsmogelijkheden voor de burgers liggen in het van binnenuit kunnen zien wie er voor de deur staat en het nooit zomaar open doen van de deur. Middelen die hiervoor aangeschaft kunnen worden zijn een intercom en een kierstandhouder.

### Schematisch overzicht

Tot slot worden in deze paragraaf de bevindingen schematisch weergegeven. Hierbij moet benadrukt worden dat een enkele maatregel niet voldoende is, maar dat er een combinatie van maatregelen toegepast zal moeten worden om het inbraakrisico daadwerkelijk te verkleinen. Naast de preventieve maatregelen die genomen kunnen worden is de eigen houding van de burgers van groot belang. Burgers dienen alert te blijven op het inbraakgevaar en consequent de potentiële handelingsmogelijkheden toe te passen. In tabel 3 is aan de hand van de kenmerken die van invloed zijn op het besluitvormingsproces van de inbreker een schematisch overzicht gegeven van de handelingsmogelijkheden voor burgers om de kans op een woninginbraak te verkleinen.

Kenmerken	Afwezige bewoners			
Inbraakmoment	<i>Geen informatie geven over afwezigheid, buurtcontroles, woning bewoond laten lijken</i>			
Omgevingskenmerken	<b>Welvaart</b>	<b>Buurt</b>	<b>Fysieke toegankelijkheid</b>	<b>Woningdichtheid</b>
	<i>Voorkomen rijk aanzien</i>	<i>Verhogen sociale controle: buurtwacht,</i>	<i>Beschutting plaatsen, opstapjes verwijderen, regenpijp afschermen/verwijderen</i>	-
Woningkenmerken	<b>Type woning</b>	<b>Toegang tot de woning (raam en deur)</b>	<b>Politie Keurmerk Veilig Wonen</b>	<b>Bewoonbaarheid</b>
	<i>Oude woning laten voldoen aan de moderne beveiligingsei-</i>	<i>Omheining plaatsen, geen bruikbaar inbreekmateriaal laten slingeren, sleutels verstoppn op</i>	<i>Woning laten voldoen aan de eisen van het PKVW</i>	<i>Verhogen vermoeden van aanwezigheid</i>

	<i>sen</i>	<i>onvoorspelbare plaatsen, meerpuntslot, deur-/raamstrip, dievenklauwen, pvc-deuren/ramen, dubbelglas, kozijnkieren dichten</i>		<i>bij afwezigheid</i>
Buit	<b>Buitaanwijzingen</b>			
	<i>Waardevolle spullen verstoppen op onvoorspelbare en onzichtbare plaatsen</i>			
Afschrikkende beveiligingsmaatregelen	<b>Alarmsysteem</b> <i>In het zicht plaatsen</i>	<b>Hond</b> -	<b>Beveiligingscamera</b> <i>In het zicht plaatsen</i>	<b>Verlichting</b> <i>(Schrik)verlichting, continu brandende buitenverlichting</i>
(Buurt)bewoners	<b>Aanwezigheid bewoners</b> <i>Woning bewoond laten lijken, de deur nooit zomaar openen: intercom, kierstandhouder</i>		<b>Aanwezigheid toezicht in de buurt</b> <i>Ingrijpen bij potentieel gevaar</i>	

**Tabel 3:** Preventieve handelingsmogelijkheden woninginbraken

In de volgende twee paragrafen wordt aan de hand van de adviezen die door instanties aan burgers gegeven worden ingegaan op de handelingsmogelijkheden voor burgers tijdens en na een woninginbraak.

### 2.3 Wat te doen tijdens een woninginbraak?

De politie en Vereniging Eigen Huis geven de meeste adviezen over het voorkomen van woninginbraken en de acties die burgers dienen te ondernemen bij slachtofferschap van een woninginbraak. Zij adviseren echter niet over wat burgers dienen te doen tijdens een woninginbraak. Tot voor kort is men altijd erg terughoudend geweest over het optreden van de bewoner tegen inbrekers. Het advies was vaak: niets doen en zo mogelijk de politie bellen. Daarbij kwam de vrees voor strafrechtelijke of civielrechtelijke aansprakelijkheid van de bewoner zodra deze de inbreker te lijf was gegaan. Die tijd lijkt voorbij. Er bestaat meer ruimte – ook juridische ruimte – om op te treden. De bewoner wordt daar zelfs toe aangemoedigd. Zo adviseerde minister-president Rutte bij de presentatie van het regeerakkoord tussen de fracties van VVD en CDA op 30 september 2010: *‘En mocht u onverhoopt geconfronteerd worden met een inbreker in huis, en u slaagt erin om die met een paar ferme tikken het huis uit te jagen, dan wordt de inbreker in de boeien afgevoerd en niet u’.*

Instanties die burgers adviezen geven over wat te doen tijdens een woninginbraak zijn echter nog terughoudend over het eigenhandig optreden van de bewoner. De website [www.wonend.nl](http://www.wonend.nl) die tips formuleert op het gebied van wonen en deze op één plek verzamelt, adviseert om de confrontatie met de inbreker te vermijden. Bij het horen van verdachte geluiden en/of het vermoeden dat er een inbreker in de woning is, wordt geadviseerd te laten merken dat er iemand thuis is door bijvoorbeeld het licht aan te doen of lawaai te maken. Het advies dat zij geven op het moment dat er een confrontatie met de inbreker plaatsvindt, is om rustig te blijven en te doen wat de inbreker zegt, ook al gaat dit ten koste van het bezit van je spullen. Tot slot adviseren zij om goed te letten op de inbreker, zodat de politie naderhand voldoende aanwijzingen kan krijgen om de dader op te sporen. Op de website [www.mijnhuisbeveiligkzelf.nl](http://www.mijnhuisbeveiligkzelf.nl) wordt hierbij aangesloten en wordt benadrukt dat het aangaan van de confrontatie ten koste kan gaan van de eigen veiligheid. Hiernaast wordt op deze website het advies gegeven om

bij het afgaan van het alarmsysteem deze niet uit te schakelen, aangezien het afgaande alarmsysteem omwonenden kan waarschuwen en inbrekers kan afschrikken.

In tabel 4 zijn de adviezen voor burgers tijdens woninginbraken schematisch weergegeven.

Situatie	Wat te doen?
Vermoeden dat er ingebroken wordt	Licht aan doen en lawaai maken
Confrontatie met de inbreker	Maak reële inschatting eigen vermogen en capaciteiten inbreker. Op basis daarvan kiezen tussen overmeesteren of rustig blijven, doen wat de inbreker zegt en goed letten op de inbreker.
Afgaan alarmsysteem	Niet uitschakelen

**Tabel 4:** Adviezen voor burgers tijdens woninginbraken

## 2.4 Slachtoffer van een woninginbraak?

De politie geeft een aantal adviezen voor slachtoffers van woninginbraken. Het eerste advies is het bellen van het alarmnummer wanneer het vermoeden bestaat dat de dader(s) nog in de buurt zijn. Het tweede advies is het niet opruimen voordat er met de politie gesproken is. Het derde advies is het aangifte doen van de woninginbraak. Voor het vergoeden van de schade heeft de verzekering immers een bewijs van aangifte nodig. Aangifte kan gedaan worden door te bellen naar 0900-8844 of langs te gaan bij het politiebureau. Tot slot geeft de politie het advies om bij het verlies van bankpassen of sim-kaarten deze zo snel mogelijk te blokkeren.

De Vereniging Eigen Huis (VEH), de belangenvereniging voor (potentiele) woningbezitters, voegt hier nog een aantal adviezen aan toe. De VEH geeft aan dat de verzekeringsmaatschappij gebeld dient te worden om de vermissingen door te geven en geeft het advies om de woning extra te beveiligen om herhaling te voorkomen. Hiernaast geeft de VEH aan om een week te wachten tot het bestellen van een nieuw paspoort, rijbewijs of kentekenbewijs, omdat deze documenten regelmatig na diefstal ergens anders worden teruggevonden. Tot slot geeft de VEH het advies om bij behoefte contact op te nemen met Slachtofferhulp Nederland via 0900-0101, zodat het slachtoffer over zijn/haar ervaring kan praten.

In tabel 5 zijn de adviezen voor burgers die slachtoffer zijn geworden van een woninginbraak schematisch weergegeven.

Situatie	Wat te doen?	Hoe uit te voeren?
(vermoeden) dat inbreker in de buurt is	Alarmnummer bellen	112 bellen
Schade in de woning	Niet opruimen	Eerst contact hebben met de politie
Slachtoffer woninginbraak	Aangifte doen	0900-8844 bellen of langs gaan bij het politiebureau
Pinpas gestolen	Blokkeren	Bellen naar je bank

Telefoon gestolen	Simkaart blokkeren	Bellen naar je provider
Spullen gestolen	Vermisingen doorgeven aan verzekeringsmaatschappij	Bellen naar je verzekeringsmaatschappij
Slachtoffer woninginbraak	Overweeg het risico om slachtoffer te worden van een woninginbraak opnieuw	Internet
Paspoort, rijbewijs of kentekenbewijs gestolen	Een week wachten	Na een week nieuwe documenten aanvragen bij gemeente (paspoort, rijbewijs) of online (kentekenbewijs)
Behoeft om bij te praten	Contact opnemen met Slachtofferhulp Nederland	0900-0101 bellen

**Tabel 5:** Adviezen voor burgers bij slachtofferschap woninginbraken

## 2.5 Gebruikte bronnen

### Boeken

Bernasco, W. & Nieuwbeerta, P. (2003). *Hoe kiezen inbrekers een pleegbuurt? Een nieuwe benadering voor de studie van criminele doelwitselectie*. In: Tijdschrift voor Criminologie, 45(3), pp. 254-270.

Bos, R. (2012). *Woninginbraak: Landelijke plan van aanpak*. In opdracht van Heeres, F. & Schalken. H.

Centrum voor Criminaliteitspreventie en Veiligheid (2011). *Woon veiliger met het Politiekeurmerk Veilig Wonen*. Politie Amsterdam-Amstelland.

Handel, van den C., Nauta, O., Van Soomeren, P., & Van Amersfoort, P. (2009). *Hoe doen ze het toch? Modus Operandi Woninginbraak*. Amsterdam: DSP-Groep.

Korrel, P. (1993). *Samenleving en criminaliteitsbeheersing*. Lelystad: Koninklijke Vermande bv.

Landelijk Bureau Voorkoming Misdrijven (1991). *Woninginbraak: Motieven en werkwijzen vanuit daderperspectief*. Amsterdam: Directie criminaliteitspreventie.

Nauta, O. (2004). *De effectiviteit van het Politiekeurmerk Veilig Wonen®*. Amsterdam: DSP-groep.

Politie IJsselland (2012). *Versterking preventieve aanpak woninginbraken*. Vastgesteld in regionaal college op 1 februari 2012.

Stijf, D. (2012). *Weest waakzaam: sluit deuren en ramen! Onderzoek naar het effect van een preventieactie op het inbraakpreventief gedrag van burgers*. Masterthesis Bestuurskunde. Nijmegen: Radboud Universiteit.

Tulder, van F. (2010). *De markt van misdaad*. In: Tijdschrift voor Criminologie, 52(2), pp. 218-229.



Verwee, I., Ponsaers, P. & Enhus, E. (2007). *'Inbreken is mijn vak'. Textuur en praktijk van woninginbraak*. Den Haag: Boom Juridische uitgevers.

#### *Websites*

Mijnhuisbeveiligkzelf (2014). *Wat te doen na of tijdens een inbraak..* Vinddatum 1 september 2014 op <http://www.mijnhuisbeveiligkzelf.nl/content/23-wat-te-doen-na-of-tijdens-een-inbraak>

NRC (2010). *Van Rutte mag je inbrekers best een ferme tik geven.* Vinddatum 1 september 2014 op <http://www.nrc.nl/next/van/2010/oktober/08/van-rutte-mag-je-inbrekers-best-een-ferme-tik-geven-11952550>

Politie (2014). *Woninginbraak*. Vinddatum 29 augustus 2014 op <http://www.politie.nl/onderwerpen/woninginbraak.html>

Vereniging Eigen Huis (2014). *Wat te doen bij inbraak?* Vinddatum 29 augustus 2014 op <https://www.eigenhuis.nl/onderhoud-en-verbouwen/veilig-gezond/veilig/inbraak/wat-doen-bij-inbraak/>

Wonend.nl (2014). *Inbraak... en nu?* Vinddatum 1 september 2014 op <http://www.wonend.nl/beveiliging/tips/inbraak-en-nu.html>

## 3. Huiselijk geweld

---

### 3.1 Inleiding

In deze paragraaf wordt ingegaan op het onderwerp huiselijk geweld. Onder huiselijk geweld wordt het volgende verstaan:

*'Geweld dat door iemand uit de huiselijke of familiekring van het slachtoffer wordt gepleegd.'*

In deze definitie wordt duidelijk dat huiselijk geweld ook buitenshuis plaats kan vinden, maar dat er bij huiselijk geweld altijd sprake is van een dader en slachtoffer die afkomstig zijn uit dezelfde huiselijke of familiekring. Met huiselijk wordt dus de relatie tussen de dader en het slachtoffer, en niet de locatie bedoeld. De huiselijke of familiekring kan bestaan uit (ex-)partners, gezinsleden, familieleden en huisvrienden. Binnen huiselijk geweld kan er een onderscheid gemaakt worden tussen (ex-) partnergeweld, kindermishandeling, oudermishandeling, ouderenmishandeling en eengerelateerd geweld.

Bij (ex-) partnergeweld gaat het om huiselijk geweld dat gepleegd wordt door de partner of ex-partner van het slachtoffer. De definitie van kindermishandeling is:

*'Elke vorm van voor een minderjarige bedreigende of gewelddadige interactie van fysieke, psychische of seksuele aard, die de ouders of andere personen ten opzichte van wie de minderjarige in een relatie van afhankelijkheid of van onvrijheid staat, actief of passief opdringen, waardoor ernstige schade wordt berokkend of dreigt te worden berokkend aan de minderjarige in de vorm van fysiek of psychisch letsel.'*

In deze lange definitie uit de Wet op de jeugdzorg staat de afhankelijkheid en onvrijheid van het kind centraal. Daarbij is gekozen voor een ruime formulering (elke vorm, ook passief opgedrongen) waaronder ook valt de situatie waarin het kind getuige is van geweld. Kinderen zijn in 80% van de gevallen van partnergeweld getuige, waardoor er tegelijkertijd sprake is van kindermishandeling.

Onder oudermishandeling wordt verstaan:

*'Regelmatige, althans niet incidentele fysieke aanvallen, of bedreigingen met geweld zonder dodelijke afloop, van een inwonend kind tegenover één of beide (stief-, pleeg-) ouder(s).'*

Er heerst nog veel taboe op deze vorm van huiselijk geweld, mede doordat ouders door schaamte deze vorm van geweld zoveel mogelijk proberen te verbergen. Hierdoor is er

nog weinig bekend over oudermishandeling. Naast oudermishandeling bestaat ook ouderenmishandeling. De definitie van ouderenmishandeling is:

*'Al het handelen of nalaten van handelen van al degenen die in een persoonlijke en/of professionele relatie met de oudere (ouder dan 65 jaar) staan, waardoor de oudere persoon (herhaaldelijk) lichamelijke en/of psychische en/of materiële schade lijdt dan wel vermoedelijk zal lijden en waarbij van de kant van de oudere sprake is van een vorm van gedeeltelijke of volledige afhankelijkheid.'*

Ouderenmishandeling vindt vaak opzettelijk plaats maar kan ook onopzettelijk plaatsvinden, bijvoorbeeld door beperkte zorgmogelijkheden.

Tot slot wordt onder eerge relateerd geweld het volgende verstaan:

*'Elke vorm van geestelijk of lichamelijk geweld gepleegd vanuit een collectieve mentaliteit in reactie op een (dreiging van) schending van de eer van een man of vrouw en daarmee van zijn of haar familie waarvan de buitenwereld op de hoogte is of dreigt te raken.'*

Door schending van de familie-eer kan de familie zich genoodzaakt voelen om deze eer te zuiveren. Binnen de bovengenoemde geweldssoorten is er onderscheid te maken tussen verschillende vormen van huiselijk geweld, namelijk fysiek geweld, geestelijk geweld, seksueel geweld, verwaarlozing, financiële uitbuiting en belaging of *stalking*. Huiselijk geweld is de meest omvangrijke geweldsvorm in onze samenleving en komt hierbinnen in alle sociaal economische klassen en alle culturen voor. Ruim 40% van de Nederlanders is ooit slachtoffers geweest van ernstig huiselijk geweld. In tabel 6 is het aantal geregistreerde incidenten van huiselijk geweld weergegeven.

	2010	2011	2012
<b>Geregistreerde incidenten huiselijk geweld</b>	97.181	91.869	95.541

**Tabel 6:** Aantal geregistreerde incidenten huiselijk geweld

Over het percentage incidenten dat daadwerkelijk geregistreerd wordt, is in de literatuur geen eenduidigheid, maar geschat wordt dat dit tussen de 10% en 20% zal liggen. Dit betekent dat er in Nederland jaarlijks ongeveer tussen de 480.000 en 960.000 incidenten van huiselijk geweld voorvallen. Hiermee is huiselijk geweld de meest voorkomende vorm van geweld in Nederland. Redenen waarom incidenten van huiselijk geweld niet altijd geregistreerd worden, zijn angst, schaamte/schuld en praktische belemmeringen. In tabel 7 zijn deze redenen nader toegelicht.

Angst	Schaamte/schuld	Praktische belemmeringen	Overige
Voor meer geweld, zowel tegen zichzelf als tegen medebewoners	Slachtoffer schaamt zich voor de buitenwereld	Verlies van woning	Loyaliteit jegens de dader
Om het geweld toch niet te kunnen stoppen	Slachtoffer zoekt oorzaak bij zichzelf (soms aangepraat door dader)	Financiële afhankelijkheid	Voorrang geven aan het belang van de kinderen

Voor onbegrip van de buitenwereld	Schaamte om als man slachtoffer te zijn	Zorgafhankelijkheid (met name voor ouderen)	
Voor bedreiging of chantage van de dader (machtsongelijkheid)		Het recht op verblijf in Nederland (met name voor allochtone slachtoffers)	
		Sociale en emotionele behoeften	

**Tabel 7:** Oorzaken van het lage percentage registraties huiselijk geweld

In paragraaf 3.2 wordt ingegaan op de mogelijkheden voor burgers om huiselijk geweld te voorkomen. Paragraaf 3.3 gaat in op handelingsmogelijkheden voor burgers op het moment dat er huiselijk geweld gaande is. Tot slot zal in paragraaf 3.4 ingegaan worden op de handelingsmogelijkheden voor burgers nadat het huiselijk geweld heeft plaatsgevonden.

### 3.2 Wat te doen om huiselijk geweld te voorkomen

Het antwoord op deze vraag is moeilijk te geven, aangezien huiselijk geweld voornamelijk achter gesloten deuren plaatsvindt. Mede daarom was er tot eind jaren '90 in Nederland nog de gedachte dat (de gezondheidsgevolgen van) het huiselijk geweld wel meeviel(en). Na een grootschalig survey-onderzoek in opdracht van het Ministerie van Justitie in 1997, bleek het probleem echter groter dan gedacht. Sindsdien is er een groot aantal (overheids-)initiatieven geweest om het huiselijk geweld te proberen terug te dringen. Voorbeelden hiervan zijn:

- Oprichting van Advies- en Steunpunten Huiselijk Geweld (vanaf 2001)
- Beleidsnota 'Privé Geweld – Publieke Zaak' 2002-2008 (meer dan vijftig maatregelen om de aanpak van huiselijk geweld te verbeteren)
- Landelijke registratie huiselijk geweld (vanaf 2005)
- Oprichting Centra voor Jeugd en Gezin (vanaf 2007)
- Wetgeving (zoals Wet Verbod op gebruik van geweld in de opvoeding (2007), Wet Tijdelijk Huisverbod (2009) en Wet Verplichte Meldcode Huiselijk Geweld en Kindermishandeling (2013))
- Publiekscampagnes, zowel gericht op slachtoffers, plegers als omstanders.
- Oprichting taskforces (zoals 'Huiselijk geweld en dierenmishandeling' en 'Kinder-mishandeling en seksueel misbruik')
- Actieplannen (zoals de aanpak kindermishandeling 2012-2016 'Kinderen Veilig' en 'Ouderen in veilige handen')
- Projecten op scholen (zoals het Marietje Kesselsproject en het project 'Stay in love')
- Plan van aanpak 'Aandacht voor geweld in afhankelijkheidsrelaties in opleidingen', zodat er voldoende aandacht besteed wordt aan het thema 'huiselijk geweld' in de initiële opleidingen, vervolgoopleidingen en na- en bijscholingstrainingen
- Onderzoeken (zoals naar de aard en omvang huiselijk geweld, evaluatie Wet Tijdelijk Huisverbod en inventarisatie gemeentelijke ondersteuning van lokale zelforganisaties)
- Oprichting Landelijke Expertisecentra (zoals voor eengerelateerd geweld (2011) en kindermishandeling (2014))

- Ontwikkeling trainingen voor professionals om huiselijk geweld te herkennen en er is een groot aantal overige interventies tegen huiselijk geweld ontworpen (zoals 'Kindspoor', 'Aware' en het 'Risicotaxatie-instrument Huiselijk Geweld').

Hiernaast zijn veel initiatieven van de overheid in het afgelopen decennium gericht geweest op een ketenaanpak, waarbij een groot aantal actoren betrokken zijn, zoals ministeries, politie, Openbaar Ministerie, reclassering, kinderbescherming, hulpverleningsinstanties, gemeenten en bureaus Slachtofferhulp.

Uit deze initiatieven blijkt de onmacht van de overheid om daadwerkelijk huiselijk geweld te voorkomen. De overheid richt zich namelijk vooral op gezinnen waar het huiselijk geweld al plaatsvindt en op de vraag hoe dit geweld door omstanders gesignaleerd kan worden. Hoewel de overheid dit ook preventieve maatregelen noemt, zullen de handelingsmogelijkheden van burgers in deze situaties beschreven worden in paragraaf 3.4, aangezien het huiselijk geweld dan al heeft plaatsgevonden.

Om inzicht te krijgen in de mogelijkheden voor burgers om huiselijk geweld te voorkomen, zal er ingegaan worden op de oorzaken van huiselijk geweld. Er zijn vanuit de literatuur een aantal algemene oorzaken van huiselijk geweld op te noemen, waar burgers zelf beperkt invloed op uit kunnen oefenen. Dit zijn de intergenerationele overdracht waarbij jeugdslachtoffers een verhoogd risico dragen om dader te worden, de relatieve onzichtbaarheid voor buitenstaanders en maatschappelijk en cultureel bepaalde machtsverschillen tussen slachtoffer en dader. Hiernaast is er een aantal oorzaken van huiselijk geweld waar wel handelingsmogelijkheden voor burgers uitgehaald kunnen worden. De meest voorkomende oorzaken zijn in tabel 8 weergegeven.

(Ex-)partner geweld	Kinder-mishandeling	Ouder-mishandeling	Ouderen-mishandeling	Eergerelateerd geweld
Jaloezie	Persoonlijke problemen ouders (onmacht)	Inconsistent gedrag ouders	Financieel gewin	Niet in ere houden familietradities (vaak religieus)
Controlerend gedrag	Gedragsproblemen kind (onmacht)	Macht spelen kind	Desinteresse	Gedwongen huwelijk
Macht spelen			Wraak	
Gebruik alcohol /drugs (in 50% van de gevallen)			Gebrek aan signaleringsvermogen bij betrokkenen	
Emoties niet kunnen uiten		Emoties niet kunnen uiten		

**Tabel 8:** Meest voorkomende oorzaken huiselijk geweld

Om huiselijk geweld daadwerkelijk te voorkomen ligt de basis in het doorbreken van de patronen en ongewenste machtsverhoudingen die het huiselijk geweld veroorzaken. Inzicht in deze patronen kan verkregen worden door een open houding en een goede communicatie, waardoor de wensen en tegemoetkomingen van elkaar helder zijn. Als er alreeds sprake is van spanning in de huiselijke sfeer kan de huisarts ingeschakeld worden, waarbij ook psychotherapie kan worden overwogen. Bij veel huisartsen zit al een of twee keer per week iemand van een GGZ-instelling voor (ook) dit soort gevallen.

Tevens kan contact met de politie gezocht worden om af te spreken wie er kan worden gebeld of kan contact gezocht worden met personen die je vertrouwt en vertrouwenspersonen. Hiernaast kan de kans op gewelddadig gedrag beperkt worden door de gelegenheid hiertoe te beperken, bijvoorbeeld door mogelijke wapens op te bergen en te zorgen voor een vrije doorgang in de woning. Naast deze algemene handelingsmogelijkheden wordt in tabel 9 nog specifiek ingegaan op de handelingsmogelijkheden die specifiek gericht zijn op de afzonderlijke geweldsvormen.

(Ex-)partner geweld	Kindermishandeling	Oudermishandeling	Ouderenmishandeling
Inschakelen huisarts of hulpverleners	Opvoedingsondersteuning ouders Centrum Jeugd en Gezin: <a href="http://www.cjg.nl">www.cjg.nl</a>	Opvoedingsondersteuning ouders Centrum Jeugd en Gezin: <a href="http://www.cjg.nl">www.cjg.nl</a>	Mantelzorg familieleden
Cursus 'Omgaan met frustraties'		Cursus 'Omgaan met frustraties'	

**Tabel 9:** Adviezen voor burgers om huiselijk geweld te voorkomen

### 3.3 Wat te doen tijdens huiselijk geweld

Evenals de adviezen om huiselijk geweld te voorkomen, zijn de adviezen tijdens het huiselijk geweld beperkt. In tabel 10 zijn deze adviezen weergegeven:

Situatie	Wat te doen?
Ongewenst gedrag	Duidelijk communiceren dat het gedrag niet getolereerd wordt
Gewelddadig gedrag	Ertegen optreden / verdedigen
	Vluchten
	Politie inschakelen
Vermoeden van gewelddadig gedrag (omstanders)	Aanbellen en ingrijpen

**Tabel 10:** Adviezen voor burgers tijdens huiselijk geweld

### 3.4 Slachtoffer van huiselijk geweld

Er is veel geschreven over de handelingsmogelijkheden voor burgers nadat huiselijk geweld heeft plaatsgevonden. Hierbij kan een onderscheid gemaakt worden tussen handelingsmogelijkheden voor slachtoffers, voor plegers en voor omstanders van huiselijk geweld.

#### *Slachtoffers*

De eerste stap die slachtoffers van huiselijk geweld dienen te nemen is het tonen van burgermoed en er zo snel mogelijk mee naar buiten komen. Huiselijk geweld is namelijk niet normaal en houdt ook niet vanzelf op. Dit kan gedaan worden door de situatie te bespreken met iemand die je vertrouwt, zoals vrienden, familieleden, burens, een hulpverlener, een huisarts, een dominee, een imam of een advocaat. Voor informatie, hulp of advies kan het Advies- en Steunpunt Huiselijk Geweld gebeld worden of op de website [www.vooreenveiligthuis.nl](http://www.vooreenveiligthuis.nl) gekeken worden. Als er sprake is van kindermis-

handeling kan advies ingewonnen worden bij het Advies- en Meldpunt Kindermishandeling. Hiernaast kan eveneens Meld Misdaad Anoniem ingeschakeld worden. Overigens worden vanaf 1 januari 2015 het Advies- en Steunpunt Huiselijk Geweld en het Advies- en Meldpunt Kindermishandeling samengevoegd tot meldpunt 'Veilig thuis'.

De tweede stap is het daadwerkelijk inschakelen van professionele hulp. Huiselijk geweld kan namelijk leiden tot psychische problemen, angst- en gedragsstoornissen of verslavingsproblemen. Afhankelijk van het soort geweld dat er gepleegd is, kunnen naast de bovengenoemde instanties, onder andere de Kindertelefoon (zowel telefonisch als per chat), Bureau Jeugdzorg, Ouderentelefoon, Hulplijn seksueel misbruik en het Centrum Seksueel en Familiaal geweld ingeschakeld worden. Voor psychische ondersteuning van het verwerken van een gebeurtenis kan Slachtofferhulp Nederland telefonisch of via het contactformulier op de website benaderd worden.

Mocht de situatie niet meer hersteld kunnen worden, dan is het van belang om het huis te verlaten. Via het Advies- en Steunpunt Huiselijk geweld, vrouwenopvanghuizen en [www.opvangatlas.nl](http://www.opvangatlas.nl) kunnen er veilige verblijfplekken geregeld worden.

Tot slot kan er gekozen worden om aangifte te doen. Hiervoor kan bewijsmateriaal verzameld worden door foto's van eventuele wonden of stukgeslagen interieur te maken.

### *Plegers*

Voor plegers is het goed om te vermelden dat boosheid en woede normale en natuurlijke emoties zijn, maar als dit zich uit in slaan en dreigen er sprake is van huiselijk geweld. Plegers van huiselijk geweld kunnen terecht bij het Advies- en Steunpunt Huiselijk Geweld. Hiernaast kunnen zij ook naar de website [www.vooreenveiligthuis.nl](http://www.vooreenveiligthuis.nl) gaan om bijvoorbeeld via het forum aan informatie te komen.

Hiernaast is het van belang dat de pleger van huiselijk geweld in de toekomst gewelddadig gedrag gaat voorkomen. De pleger zal moeten leren om conflicten zonder geweld op te lossen en om relationele vaardigheden eigen te maken. Hiervoor is een groot aantal (online) cursussen beschikbaar, zoals de e-cursus 'Betere Relaties met Iedereen' van Newstart en de cursus 'Red je relatie' die te volgen is via <http://jerelatieterug.nl>.

### *Omstanders*

Voor omstanders geldt het eveneens om burgermoed te tonen en actie te ondernemen. Bij (vermoedens van) huiselijk geweld is het voor het slachtoffer fijn om een luisterend oor te hebben en aandacht te krijgen. Tevens kunnen personen in de omgeving die bekenden zijn van het slachtoffer van waarde zijn om tijdelijk op de kinderen te passen, extra attent en direct bereikbaar voor hulp te zijn. Hiernaast kunnen omstanders (bij

twijfel) altijd het Advies- en Steunpunt, het Advies- en Meldpunt Kindermishandeling of de politie om informatie en adviezen vragen.

Tot slot is het van belang om als omstander huiselijk geweld te kunnen signaleren. Hierbij moet benadrukt worden dat het in de praktijk vaak om een combinatie van factoren gaat. Er kan hierbij een onderscheid gemaakt worden tussen lichamelijke signalen, psychiatrische signalen, gedragsmatige signalen en overige signalen. In tabel 11 zijn de meest voorkomende signalen van huiselijk geweld weergegeven, waarbij tevens specifiek ingegaan wordt op unieke signalen bij kindermishandeling en ouderenmishandeling.

Soorten signalen	Voorbeelden
Lichamelijke signalen	Herhaalde verwondingen (blauwe plekken, snij-, bijt-, of hoofdwonden, kneuzingen, fractures (met name neus, pijpbeenderen, ribben), ontwrichtingen (met name kaak en schouder), brandwonden, verlies van tanden, schedelletsel en genitale beschadigingen
Psychiatrische signalen	Depressiviteit, trillen, vaak hoofd- of maagpijn, vermoeidheid, angst, slaapstoornissen, hyperventilatie/hartkloppingen
Gedragsmatige signalen	Plotseling vertoon ander gedrag, onderdanige houding, onzekerheid/negatief zelfbeeld, onduidelijke hulpvragen, schrikachtig, vrouwen die altijd worden vergezeld door partner of cliënten die op het laatste moment een afspraak met een huisarts of hulpverlener afzeggen, praten in termen: 'ik mag niet van mijn man', relatie- en seksuele problemen, verslavingen, moeite met oogcontact, afspraken steeds uitstellen, onderdrukken emoties/moeite met huilen, afgeven tegenstrijdige boodschappen, niet over eigen geld (mogen) beschikken, sociaal isolement/weinig contacten buitenshuis, wantrouwend, moeite relaties aan te gaan, problemen met intimiteit en seksualiteit, onverzorgd uiterlijk, slechte hygiëne en voeding
Overige signalen	Problemen op het werk, problemen met huisvesting, financiële problemen, wisselingen in persoonlijke situatie
Specifiek bij kindermishandeling	Groeistoornissen, duidelijke ontwikkelingsachterstand, niet vloeiend bewegen, onhandelbaar gedrag laten zien, heel stil of juist heel druk zijn, angstig zijn, veel huilen, stemmingswisselingen, geen vriendjes hebben, leer- en concentratieproblemen op school, lichamelijke klachten, plotselinge gedragsveranderingen, terugtrekken, baldadigheid, boosheid, teruggetrokken gedrag, bedplassen, eetproblemen, onvoldoende kleding, ongevallen door onvoldoende toezicht, onverschillige en niet betrokken ouders
Specifiek bij ouderenmishandeling	Urinegeur, somber en lusteloos gedrag, onderdanig gedrag

**Tabel 11:** Signalen huiselijk geweld

De handelingsmogelijkheden voor slachtoffers, plegers en omstanders zijn in tabel 12 weergegeven.

Voor wie?	Toon burgermoed	Professionele hulp inschakelen	Vervangende woonruimte zoeken	Aangifte doen
Slachtoffers	<i>Bespreekbaar maken</i>	<i>Benader hulpverleningsinstanties</i>	<i>Instanties benaderen</i>	<i>Politie</i>
	<b>Toon burgermoed</b>	<b>Gewelddadig gedrag leren voorkomen</b>		
Plegers	<i>Bespreekbaar maken</i>	<i>Cursussen volgen</i>		
	<b>Toon burgermoed</b>	<b>Alert zijn op signalen huiselijk geweld</b>		
Omstanders	<i>Bespreekbaar maken</i>	<i>Gezond wantrouwen</i>		

**Tabel 12:** Adviezen voor burgers na huiselijk geweld



### 3.5 Gebruikte bronnen

In dit hoofdstuk is gebruik gemaakt van de volgende literatuur:

#### *Beleidsdocumenten en boeken*

- Blom, Y. (2010). *Huiselijk geweld kent geen kleur, of toch? Inzicht in en bespreekbaar maken van huiselijk geweld onder verschillende bevolkingsgroepen*. Deventer: Drukkerwerkdeal.
- Bunthof, A. (2009). *Kindermishandeling en samenwerking*. In: *Maatwerk*, 10(4), pp. 36-37.
- Delfgaauw, M. & Everts, D. (2007). *Partnerrelatietherapie bij huiselijk geweld. Nu is het genoeg!*. In: *Psychopraxis*, 9(5), pp. 186-190.
- Jongebreur, W., Lindenberg, R. & Plaisier, J. (2011). *Landelijk beleid huiselijk geweld. Theoriegestuurde evaluatie periode 2002-2011*. Barneveld: Significant.
- Ministerie van Justitie (2008). *Plan van aanpak Huiselijk Geweld tot 2011. 'De volgende fase'*. Den Haag.
- Ministerie van Justitie (2002). *Privé geweld, publieke zaak. Een nota over de gezamenlijke aanpak van huiselijk geweld*. Den Haag: Hega Offset.
- Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (2011). *Professionals: meldcode nodig om huiselijk geweld en kindermishandeling terug te dringen*. In: *Zorg en Financiering*, 10(5), pp. 67-68.
- Zalm, van der G. (2009). *Achtergronden van huiselijk geweld*. In *Bijblijven*, 25(5), pp. 8-15.

#### *Websites*

- [Ministerie van Justitie \(2004\). \*Op eigen kracht\*. Vinddatum 16 september 2014 op \[http://www.huiselijkgeweld.nl/doc/publicaties/op\\\_eigen\\\_kracht\\\_jus.pdf\]\(http://www.huiselijkgeweld.nl/doc/publicaties/op\_eigen\_kracht\_jus.pdf\)](http://www.huiselijkgeweld.nl/doc/publicaties/op_eigen_kracht_jus.pdf)
- Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (2014). *Huiselijkgeweld.nl*. Vinddatum 11 september 2014 op [www.huiselijkgeweld.nl](http://www.huiselijkgeweld.nl)
- Movisie (2013). *Huiselijk geweld: Aard en omvang, gevolgen, hulpverlening en aanpak*. Vinddatum 11 september 2014 op <https://www.movisie.nl/publicaties/factsheet-huiselijk-geweld-0>

Politie (2014). *Huiselijk geweld*. Vinddatum 16 september 2014 op <http://www.politie.nl/onderwerpen/huiselijk-geweld.html>

Rijksoverheid (2014). *Eergerelateerd geweld*. Vinddatum 12 september 2014 op <http://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/eergerelateerd-geweld>

Rijksoverheid (2014). *Huiselijk geweld*. Vinddatum 12 september 2014 op <http://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/huiselijk-geweld>

Rijksoverheid (2014). *Kindermishandeling*. Vinddatum 12 september 2014 op <http://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/kindermishandeling>

Rijksoverheid (2014). *Ouderenmishandeling*. Vinddatum 12 september 2014 op <http://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/ouderenmishandeling>

Slachtofferhulp Nederland (2014). *Huiselijk geweld*. Vinddatum 18 september 2014 op <http://www.slachtofferhulp.nl/geweld/Delicten/Huiselijk-geweld>

Slachtofferwijzer (2014). *Ik heb te maken (gehad) met huiselijk geweld*. Vinddatum 15 september 2014 op <http://www.slachtofferwijzer.nl/seksueel-geweld/huiselijk-geweld>

Steunpunt Huiselijk geweld (2014). *Huiselijk geweld*. Vinddatum 12 september 2014 op <http://www.vooreenveiligthuis.nl/huiselijkgeweld>

Steunpunt Huiselijk geweld (2014). *Huiselijk geweld. Nu is het genoeg*. Vinddatum 11 september 2014 op <http://www.fjc-mb.nl>

Steunpunt Huiselijk geweld (2014). *Wat is huiselijk geweld?* Vinddatum 11 september 2014 op <http://www.eerstehulpbijhuiselijkgeweld.nl/wat-is-huiselijk-geweld/wat-is-huiselijk-geweld/item7>

VNG Magazine (2014). *Nieuw meldpunt: Veilig Thuis*. Vinddatum 18 september 2014 op <http://www.vngmagazine.nl/nieuws/16427/nieuw-meldpunt-veilig-thuis>

## 4. Woningbrand

---

### 4.1 Inleiding

Het derde onderdeel dat zal worden besproken is brand. Onder een brand wordt het volgende verstaan:

*‘Vuur dat ongewenst is, schade of gevaar veroorzaakt en zich ongehinderd kan uitbreiden.’*

Brand komt weliswaar veel minder vaak voor dan bijvoorbeeld inbraak, maar de gevolgen kunnen veel ernstiger zijn. Uit de cijfers blijkt dat er in Nederland dagelijks in ca. 16 woningen brand uitbreekt. Dit komt neer op ca. 6000 woningbranden per jaar, waarbij ongeveer 600 mensen gewond raken en tientallen mensen om het leven komen. In 2013 zijn er volgens tellingen van de Brandweeracademie van het Instituut Fysieke Veiligheid 52 mensen om het leven gekomen door brand. In 45 gevallen betrof het een brand in een woning met een dodelijke afloop. Opvallend is dat elk jaar een aanmerkelijk deel (ongeveer 33%) van het aantal dodelijke slachtoffers oudere mensen (vanaf 66 jaar) en alleenstaanden betreft. Veel mensen zijn zich er niet van bewust hoe snel een klein beginnend brandje kan uitgroeien tot een uitslaande brand met verduisterende en giftige rook.<sup>1</sup> Op grond van een experiment van Efectis (centrum voor brandveiligheid), waarbij in een simulatiewoning een vuurtje aangestoken is in de prullenmand, blijkt dat je bij een beginnend brandje 3 kostbare minuten de tijd hebt om je huis uit te komen.<sup>2</sup>

Cijfers branden in gebouwen in 2013
52 dodelijke slachtoffers in totaal
10 dodelijke slachtoffers meer dan in 2012
13 ouderen onder branddoden
45 dodelijke slachtoffers in woningen
6.000 woningbranden = 16 per dag
circa 600 gewonden

**Tabel 13:** Cijfers branden in gebouwen in 2013

<sup>1</sup> Na ontsteking kan een ruimte binnen twee minuten volledig in brand staan en ontstaat rookontwikkeling. De snelheid van de brand verschilt naar de omstandigheden, vooral afhankelijk van de aanwezige materialen. Zie uitgebreid over de verschillen die variëren van langzame tot ultrasnelle branden: Lieven Schoonbaert (2010), Kwantificering van de brandtechnische gelijkwaardigheid van gebouwen door toepassing van een probabilistische risicoanalyse, Gent: Universiteit Gent. Zie ook Kobes (2008), *Zelfredzaamheid bij brand*.

<sup>2</sup> Friendly fire syndrome: Mensen erkennen het verstikkende gevaar van rook ook niet (Proulx, 1997).

## 4.2 Wat te doen om woningbrand te voorkomen

Brand ontstaat meestal door een samenloop van onvoorziene omstandigheden. Toch heb je als burger veel mogelijkheden om de kans op brand te verkleinen. Het is van groot belang dat je als burger op de hoogte bent van wat de mogelijke brandgevaaren in je huis zijn en welke maatregelen je kunt nemen. Als eigenaar of bewoner van een woning ben je primair verantwoordelijk om zelfredzaam op te treden bij brand en hierbij zelf brand te voorkomen en in geval van brand de gevolgen zelf te beperken.

Het Instituut Fysieke Veiligheid heeft onderzoek gedaan naar het ontstaan van de fatale woningbranden anders dan door brandstichting in de periode 2008 t/m 2012. Een fatale woningbrand is hierbij als volgt gedefinieerd:

*‘Een fatale woningbrand is een brand waarbij dodelijke slachtoffers als gevolg van brand zijn te betreuren, die heeft plaatsgevonden in een gebouw met een woonfunctie of in een ander ‘woon-gerelateerd’ object en niet door opzet is veroorzaakt.’*

Hieronder eerst het overzicht met het aantal fatale woningbranden over de afgelopen periode waarvan de oorzaken zijn geanalyseerd.

	2008	2009	2010	2011	2012
<b>Fatale woningbranden</b>	44	22	30	26	26
<b>Aantal dodelijke slachtoffers</b>	49	25	30	28	28

**Tabel 14:** Cijfers fatale woningbranden

De data zijn verzameld in samenwerking met het Nederlands Brandweer Documentatiecentrum, de bij de betreffende branden betrokken brandweerkorpsen en teams brandonderzoek. Op basis van een analyse van deze data blijkt dat in de onderzochte jaren tezamen de meeste dodelijke slachtoffers zijn gevallen ten gevolge van brand door (het in slaap vallen tijdens) roken. De andere twee belangrijke oorzaken zijn kortsluiting en koken (V&J, 2014). Opmerkelijk is dat ondanks de beleidsmaatregel in 2011 van LIP5 (zelfdovende) sigaretten het percentage fatale woningbranden ten gevolge van roken (ongeveer 33%) niet is afgenomen.

Het is echter niet precies bekend hoe de branden ten gevolge van roken zijn ontstaan.

*‘Kortsluiting kan ook door meerdere oorzaken ontstaan. Het ontstaat bijvoorbeeld wanneer één of meer elektrische draden met elkaar in contact komen. Andere oorzaken zijn een storing, veroudering, een kapot apparaat of een beschadigde kabel. Bij een kortsluiting loopt de stroom niet meer veilig door uw elektrische apparaten en kan er brand ontstaan. (Gelukkig schakelt de stop of automaat in de meterkast (als het goed is) direct de stroom uit).’*

Bij brand tijdens koken is er sprake van een vlam in de pan. Een vlam in de pan ontstaat wanneer er bij overkoken olie in de gasvlam of warmtebron terecht komt of wanneer de olie de zelfontbrandingstemperatuur bereikt. De kans dat iemand daadwerkelijk

overlijdt ten gevolge van brand is veel groter als de door het vuur ontstane rook (koolmonoxide) ingeademd wordt.

Door diverse instellingen en organisaties worden brandpreventiemaatregelen onder de aandacht gebracht en adviezen gegeven. De belangrijkste maatregel, die ook in de wetgeving vastgelegd is en onderdeel is van het Politiekeurmerk Veilig wonen Nieuwbouw, is het ophangen (en onderhouden) van werkende rookmelders die voldoen aan de veiligheidseisen. Onderzoek heeft aangetoond dat je met een werkende rookmelder 100% meer kans hebt om de brand te overleven (Nederlandse Brandwondenstichting). Het is een mythe dat je wel wakker wordt van rook. De gevaarlijke koolmonoxide is geurloos en tijdens het slapen is ons reukvermogen uitgeschakeld. Bovendien werkt de koolmonoxide als slaapgas. Een rookmelder is wel in staat om beginnende rook te detecteren en alarmeert ons in een vroeg stadium, zodat er nog tijd is om het beginnende brandje uit te maken en/of jezelf en anderen in veiligheid te brengen. De Brandweeracademie, Brandweer Nederland en de Brandwonden Stichting wijzen mensen dan ook op het belang van goedwerkende rookmelders. Aanvullend wordt door First Alert ook gewezen op het belang van het plaatsen van een koolmonoxidemelder.

Op de website [www.watdoeijbijbrand.nl](http://www.watdoeijbijbrand.nl) worden adviezen gegeven waarin belangrijke handelingsmogelijkheden gegeven worden aan burgers om brand in hun woning te voorkomen. De site is mogelijk gemaakt door de Brandweer, de Nederlandse Brandwondenstichting, het ministerie van Veiligheid en Justitie en First Alert. Een deel van de adviezen heeft betrekking op de risicobronnen van brand. Onvoorzichtig omgaan met elektrische apparatuur vormt een van de grootste risico's voor het ontstaan van brand. Daarom is het belangrijk om, bijvoorbeeld, een wasdroger stofvrij te maken zodat de warmte weg kan. Een ander deel van de adviezen heeft betrekking op het preventief handelen om de kostbare minuten om jezelf en anderen in veiligheid te brengen en om tijdens de brand zo effectief mogelijk te kunnen optreden. Een voorbeeld hiervan is het opstellen van een vluchtplan of op een vaste plaats bewaren van de huissleutel. Over het algemeen liggen er handelingsmogelijkheden in iedere gang of kamer in het huis. Hieronder volgt een overzicht van de gegeven adviezen:

	Materieel	Gedragsverandering
Risicobron	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rookmelder ophangen</li> <li>• Blusdeken beschikbaar in de keuken.</li> <li>• Werkende brandblusser ophangen.</li> <li>• Koolmonoxidemelder ophangen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Maak het filter van de wasdroger schoon.</li> <li>• Maak uw elektrische huisapparaten regelmatig schoon.</li> <li>• Blijf ruim onder het maximaal aantal watts van de haspel.</li> <li>• Rol een kabelhaspel altijd helemaal uit en zet hier nooit een meubel op.</li> <li>• Laat zonder toezicht geen kaarsen branden in de buurt van kleine kinderen branden.</li> <li>• Zorg ervoor dat er geen brandbare spullen in de buurt liggen of hangen.</li> <li>• Zet kaarsen nooit op de verwarming of in de buurt van gordijnen.</li> <li>• Zorg voor voldoende afstand tussen</li> </ul>

		lampen en brandbaar materiaal. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Huis uit? Apparaten uit!</li> <li>• Test de rookmelder regelmatig (met het verzetten van de klok bijv.)</li> <li>• Controleer of de brandblusser werkt en weet hoe die werkt.</li> <li>• Zet de verlichting van de kerstboom uit als u weggaat.</li> <li>• Maak sigaretten op een veilige plaats uit.</li> </ul>
<b>Vluchtroute</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stel een vluchtplan op en oefen deze.</li> <li>• Installeer een vluchtladder.</li> <li>• Zorg voor een goed zichtbaar huisnummer t.b.v. de brandweer.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Houd de vluchtroute vrij.</li> <li>• Bewaar de sleutel van de (voor-) deur op een vaste bereikbare plek.</li> </ul>

**Tabel 15:** Preventieve handelingsmogelijkheden voor burgers bij brand

### 4.3 Wat te doen tijdens een woningbrand

Kobes (2008) onderscheidt drie verschillende strategieën om een brand in een gebouw te overleven. Op het moment dat er brand ontstaat, kan men er voor kiezen om te vechten (blussen), schuilen en wachten op redding, en vluchten. Aan het besluit voor een bepaalde overlevingsstrategie gaat een proces van bewustwording en gevaarperceptie vooraf.<sup>3</sup> Een inschatting van de grootte van de brand en mogelijke risico's (gevaarperceptie) is bepalend voor de manier van actie. Bij een beginnende brand, die met één emmer water kan worden gedoofd, ligt de handelingsmogelijkheid van burgers in het blussen van de brand. Het advies is om als de brand zo groot is dat dit niet mogelijk is te maken dat men wegkomt (zie: Veiligheid NL).

Een voorbeeld waarbij een burger rustig over kan gaan tot het blussen van een brand is bij een vlam in de pan. Hiervoor gebruikt men een passende deksel of een blusdeken. Het advies wordt gegeven om een vlam in de pan nooit met water te blussen. Het blussen met water kan een steekvlam veroorzaken.

*'Doordat het water bij contact met de hete olie onmiddellijk gaat koken ontstaat in de olie een stoomwolk. De stoomwolk verspreidt fijne oliedeeltjes in de lucht en er ontstaat een steekvlam.'*

Daarnaast wordt op de website [www.WatdoeJlBijBrand.nl](http://www.WatdoeJlBijBrand.nl) het advies gegeven om in het geval van een vlam in de pan de afzuigkap en de warmtebron direct uit te zetten. Een brand ontstaat namelijk wanneer door een combinatie van brandstof en zuurstof de (zelf)ontbrandingstemperatuur van de brandstof wordt bereikt. Dit wordt vaak aangeduid met de brand- of vuurdriehoek. Door één zijde van de branddriehoek weg te nemen gaat de brand uit.

<sup>3</sup> In de literatuur wordt het proces van ontvluchting onderverdeeld in drie verschillende fasen (Sime, 1995; Purser, 2003; Pires, 2005; en anderen).

1) de fase van bewustwording (ontdekken van het incident)  
 2) de fase van besluitvorming (gevaarperceptie en keuze van overlevingsstrategie)  
 3) de fase van actie (vechten, schuilen of vluchten).

Om te bepalen of men een beginnende brand zelf kan blussen is het van belang te weten welk materiaal er in brand staat. De verschillende materialen zijn ingedeeld in klasse A t/m E. Het advies is om alleen een beginnende brand te blussen met een brandblusser die geschikt is voor het blussen van materiaal uit een bepaalde categorie. Ga met een brandslanghaspel (water) die alleen geschikt is voor materiaal uit categorie A dus geen gasfles (categorie C) of gasleiding blussen. Een poederblusser is hier wel geschikt voor. Het advies van de brandweer is om dus altijd goed te controleren voor welke categorieën het brandblusapparaat geschikt is. De letters van de categorieën staan altijd vermeld op het brandblusapparaat. Het overzicht van de kleine blusmiddelen en de verschillende categorieën waarvoor zij geschikt zijn, is weergegeven in tabel 16.

De blusdeken is een klein brandblusmiddel dat naast het blussen van een vlam in de pan hoofdzakelijk geschikt is voor het blussen van een prullenbak en het blussen van personen. Bij het blussen met een blusdeken is het van groot belang dat de brand geheel wordt omsloten. Er mag geen zuurstof meer bij kunnen komen. Het advies van NIBHV is om in het geval van het blussen van een persoon, de persoon van boven naar beneden in het deken te wikkelen. Het hoofd moet hierbij vrijgehouden worden. Tijdens een BHV training leert men hoe een brand precies geblust moet worden. Blusdekens zijn er in verschillende maten. Door de brandweer van Sittard wordt geadviseerd om een branddeken van minstens 120x120cm aan te schaffen. Een gewoon deken volstaat alleen als deze 100% van wol is gemaakt.

In het geval van een grotere brand waarbij de vluchtroute vol met rook staat kan men volgens Proulx e.a beter schuilen en wachten op redding dan vluchten, laat staan zelf blussen. De kans om niet gewond te raken en de brand te overleven is zoals blijkt uit incidentevaluaties groter op het moment dat je op een veilige plek zit dan dat je zonder beschermende middelen zelfstandig door de giftige rook naar buiten probeert te vluchten (O' Connor, 2005; Proulx, 2001b). Rookinhalatie is in veel gevallen van fatale brand de doodsoorzaak geweest, soms zelfs uren na de ontvluchting (Kobes, 2008).

Als men kiest voor 'schuilen en wachten op redding' liggen de handelingsmogelijkheden voor burgers in het redden en waarschuwen van huisgenoten, het inschakelen van de brandweer, het vluchten naar een veilige ruimte en het proberen kalm te blijven. Bij het redden van huisgenoten is het belangrijk te beseffen dat je geen professional bent en hierdoor niet over dezelfde expertise en bescherming beschikt als de brandweer. Het advies van Brand Veilig Nederland is daarom om enkel mensen te redden als dit zo acuut is dat het geen seconde kan wachten. Er dient volgens het actieplan van Brand Veilig Nederland zo snel mogelijk worden overgegaan tot het bellen van de brandweer. De landelijke norm voor de aanrijtijd van de brandweer is 8 minuten en iedere minuut dat de brandweer later ingeschakeld wordt, betekent een minuut langer wachten. Bij het vluchten naar een veilige ruimte is het van belang om, voor zover mogelijk, alle deuren en ramen te sluiten. Op deze manier stopt de zuurstoftoevoer die ervoor zorgt dat de brand zich snel ontwikkelt. Een nadeel van schuilen en wachten op redding is

dat het risico bestaat om ingesloten te worden door (de effecten van) brand. De mate waarin het schuilen en wachten in een veilige ruimte daadwerkelijk effectief is, hangt af van de mogelijkheid voor rook om binnen te dringen, de fysieke kenmerken van de woning en het gemak waarmee de brandweer de veilige plek kan bereiken (Kobus, 2008).

Uit diverse studies blijkt dat als een brand door mensen als zeer gevaarlijk wordt gezien, mensen geneigd zijn om meters door rook te lopen. Zelfs als men op de hoogte is van de ernstige effecten van rookinhalatie (Kobus, 2008?). Een vluchtproces kent drie fasen namelijk: bewustwording van gevaar door een externe stimulus (auditief signaal of visueel signaal), validatie van (herkennen en interpreteren) en reactie op gevaarsignalen en het verplaatsen naar een veilige omgeving (Kobus, 2008). Het advies van het NIBHV is om maximaal 30 seconden door rook te lopen. De maximale loopafstand is, evenals voorschriften over (beschermde) vluchtroutes en gestelde normen aan de brandweer, ook vastgelegd in het Bouwbesluit. Als men door rook loopt, is het belangrijk dicht bij de grond te blijven en als het kan een natte lap voor de mond te houden (Brandweer Amsterdam Amstelland). Bij een brand in een afgesloten ruimte kan de temperatuur vlak onder het plafond na het ontstaan van vlammen binnen enkele minuten oplopen tot 1000-1200 graden Celsius (Kobus, 2008). De warme rook (koolmonoxide+ roetdeeltjes) die hierbij vrijkomt stijgt op naar het plafond *en bij een aanhoudende rookontwikkeling zal de rook-laag onder het plafond zo in volume toenemen dat het binnen enkele minuten een gehele afgesloten ruimte vult*. Een hogere woning betekent dus iets meer tijd om te vluchten.

De handelingsmogelijkheden van een burger liggen in het waarschuwen van andere bewoners, kalm blijven, sluiten van deuren en ramen, vluchten via een veilige vluchtroute en het bellen van het alarmnummer buiten. Als de vluchtroute vol met rook staat wordt geadviseerd om een andere vluchtroute te nemen. Als de brand en de rook zich in een bepaalde ruimte bevindt, is het belangrijk om de deur achter u te sluiten. Sluit als dat mogelijk is ook andere deuren en ramen (Brandweer Amsterdam Amstelland). Als men beschikt over een vluchtladder en niet gemakkelijk via de gewone vluchtroute naar buiten kan, is de vluchtladder (vanuit kamer op de bovenverdieping) de meest veilige optie (FirstAlert). Wees er wel op bedacht dat u de vluchtladder goed opgehangen heeft. Een andere mogelijkheid is om via het balkon of dakraam naar het dak van de buurman te vluchten.

De effectiviteit van het vluchtproces is in een huis afhankelijk van het gebouwoontwerp, de omgevingscondities (hoeveelheid rook in de vluchtroute etc.), maar bovenal ook van de persoonlijke omstandigheden. Mensen met een verminderde mobiliteit (zoals kinderen en ouderen) hebben over het algemeen een langere vluchttijd. Het is dan ook niet verwonderlijk dat ongeveer 33% van dodelijke slachtoffers senioren betreft. Daarnaast blijkt uit gegevens van Watdoeijbijbrand dat er minder senioren over een rookmelder beschikken. De veiligheidsregio van Groningen (waaronder ook de brandweer valt) gaat een kaart samenstellen met daarop aangegeven waar senioren (65 plussers) wo-



nen en voorlichtingsbijeenkomsten organiseren voor deze doelgroep in de hoop dat het risico op brand bij deze doelgroep wordt verkleind.

Het percentage senioren dat getroffen wordt door brand zal ten gevolge van de vergrijzing, langere levensverwachting en de trend om langer thuis te blijven wonen immers alleen maar toenemen (tot 2030 met 80%). De campagne WatdoeJIBijbrand is er dan ook op gericht om senioren er bewust van te maken dat zij preventieve maatregelen kunnen nemen om de brand te voorkomen.

Een handelingsmogelijkheid voor burgers ligt in het helpen van buurtbewoners op oudere leeftijd (65-plussers) om weg te komen wanneer er brand is in hun (zorg)woning. De brandweer Zwolle heeft onderzoek gedaan naar het 'sociale kapitaal' (beschikbaarheid van mensen die bereid zijn hulp en bijstand te verlenen) in de buurt van een sociale zorginstelling. Deze blijkt best groot te zijn en initieert de inzet van buurtbewoners bij een brand in een zorginstelling. Dit ter ondersteuning van de BHV'ers. Naast hulp in zorginstellingen, kunnen buurtbewoners hulp bieden bij brand in woningen in de buurt door, zolang er geen rookontwikkeling is, de woning te betreden en de bewoners te redden.

	Brand-slanghaspel	ABC-poeder	BC-poeder	D-poeder	CO <sub>2</sub>	Sproei-schuimblusser	Schuim-blusser	Vetblusser	Blusdeken
Klasse A Vaste stoffen	++	+	-	-	-	++	-	-	++
Klasse B Vloeistoffen	-	++	++	-	++	++	++	-	+
Klasse C Gassen	-	++	++	-	X	+	-	-	-
Klasse D Metalen	-	-	-	++	-	-	-	-	-
Klasse F Vet	-	X	X	-	X	+	+	++	++
Brand met elektriciteit	☠	++	-	-	++	+	-	-	-

++ = zeer geschikt  
- = ongeschikt

+ = geschikt  
☠ = gevaarlijk

X = kan worden gebruikt als er niets anders aanwezig is

**Tabel 16:** Overzicht van kleine blusmiddelen en de verschillende categorieën waarvoor zij geschikt zijn

Situatie	Wat te doen?	Hoe uit te voeren?
Vlam in de pan	1) Zet de warmtebron en de afzuigkap direct uit. 2) Doof de vlam in de pan.	n.v.t. Sluit de bovenkant van de pan af met een passende deksel of een blusdeken. Blus NOOIT met water.
Brandende prullenbak en brandende personen	1) Omsluit de brand in z'n geheel met een blusdeken of een deken van 100% wol.	Wikkel een persoon van boven naar beneden in het deken. Laat het hoofd hierbij vrij. BHV-cursus.

Beginnend brandje in huis	1) Controleer of de brand met 1 emmer geblust kan worden. 2) Bekijk wat voor (categorie) materiaal er in brand staat. 3) Controleer of de brandblusser geschikt is voor die categorie. 4) Blus.	4) Houdt de slang bij het tuutje vast en houdt minstens 5 meter afstand. BHV-cursus.
Uitslaande brand met onveilige vluchtroutes	Schuilen en wachten op redding: 1) Waarschuwen van huisgenoten 2) Schakel de brandweer in 3) Vlucht naar een veilige ruimte 4) Blijf rustig wachten	
Uitslaande brand	Vluchten: 1) Waarschuw/red andere bewoners. 2) Blijf kalm 3) Sluit deuren en ramen 4) Vlucht via een veilige (afgesproken) vluchtroute 5) Bel het alarmnummer, zodra men veilig is.	3) Doe deur achter je dicht of het raam in de buurt/ houd ramen gesloten. 4) Blijf laag en houd als het kan een natte lap voor je mond.
Brand in een seniorenwoning/zorginstelling	Ga naar de woning(instelling) toe, meld je en voer acties uit.	Volg instructies BHV'er.

**Tabel 17:** Acties per type brand

#### 4.4 Slachtoffer van een woningbrand

De brandweer geeft de volgende adviezen voor slachtoffers van een woningbrand.

*1. Het bellen van de verzekeringsmaatschappij indien er brandschade is.*

Ga na of men een opstal-of inboedelverzekering heeft. In het geval van een huurwoning is het tevens van belang de huiseigenaar in te lichten. Over het algemeen schakelt de brandweer al snel na een brandmelding de kosteloze hulp van Stichting Salvage in. Stichting Salvage helpt (in de eerste 24 uur) onder meer (onverzekerde) particulieren bij het opnemen van de brandschade, schakelt afhankelijk van de schade (gespecialiseerde) calamiteitenbedrijven in, geeft praktische adviezen en helpt bij het vinden van vervangende huisvesting tot de eerst volgende werkdag. De hulp van Stichting Salvage wordt afgerond met een schriftelijk verslag aan de brandweer.

*2. Het laten liggen van beschadigde spullen.*

Op deze manier wordt de schaderegeling voor de verzekeringsexpert gemakkelijker. Onderneem geen verdere stappen zonder tussenkomst van een verzekeringsexpert.

*3. Het beschermen van overgebleven spullen.*

Het is van belang voor de verzekering om onbeschadigde of lichtbeschadigde bezittingen weg te halen of te beschermen tegen verdere beschadiging. 'Vergeet niet-zo mogelijk- bederfelijke waren uit uw koelkast en/of vriezer te halen.'

*4. Het inventariseren van beschadigde spullen.*

Om de brandschade in kaart te brengen is het belangrijk een inventarisatielijst te maken. Op deze lijst vermeldt men welke spullen er beschadigd zijn en wat de nieuwwaarde van het product zou zijn. Bij de verzekeringsmaatschappij is zo'n inventarisa-

tielijst beschikbaar. Het is goed om deze opgave met de verzekeringsmaatschappij te bespreken.

5. *Het (laten) afsluiten van de woning wanneer niemand het huis meer in mag.*  
Op deze manier beschermt men het huis tegen ongewenste bezoekers.
  
6. *Het bedenken van vervangend onderdak op het moment dat de woning afgesloten is.*  
Stichting Salvage biedt hierbij hulp. Ga na of u ook voor langdurig vervangend onderdak verzekerd bent.
  
7. *Het informeren van leveranciers (waterenergiebedrijf, kabelexploitant en KPN) bij beschadigingen aan leidingen en meters of telefoontoestellen.*
  
8. *Het laten controleren van de gas- en elektriciteitsleidingen en daarop aangesloten apparatuur door een erkend installateur wanneer het huis weer bewoonbaar is.*  
In het geval van een huurwoning is dit een taak van de woningeigenaar. De beschadigingen aan leidingen door de ontstaande rook en hitte kunnen onzichtbaar zijn. De brandweer raadt aan om ook even goed te laten kijken naar de centrale verwarming. De installateur kan er daarnaast voor zorgen dat een afgesloten gas-of elektriciteitstoevoer weer volgens voorschriften in werking wordt gesteld.
  
9. *Het controleren van afvoeren op mogelijke verstoppingen en indien nodig een loodgieter in te schakelen.*
  
10. *Het opruimen van brandresten.*
  
11. *Geen etenswaren nuttigen of medicijnen innemen die in de ruimte gelegen hebben waar de brand zich bevond.*

Daarnaast worden op de website [www.slachtofferwijzer.nl](http://www.slachtofferwijzer.nl) organisaties/instanties weergegeven die men kan benaderen in het geval er praktische, emotionele, financiële of juridische hulp nodig is na een woningbrand. De huisarts kan ook benaderd worden indien men graag met iemand wil spreken over de impact die men van de brand heeft ervaren.

Situatie	Wat te doen?	Hoe uit te voeren?
Brandschade	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ga na of men een opstal-en inboedelverzekering heeft.</li> <li>• Bel de verzekeringsmaatschappij.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tik het nummer van uw verzekeringsmaatschappij in en/of wacht op hulp van Stichting Salvage.</li> </ul>
De woning is vrijgegeven door de brandweer	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laat beschadigde spullen liggen.</li> <li>• Haal onbeschadigde of lichtbeschadigde spullen weg of bescherm ze op een andere manier.</li> <li>• Inventariseer overgebleven spullen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Overleg voor verdere stappen met de verzekeringsexpert</li> <li>• In overleg met de Salvagecoördinator. Ruim ook de koelkast/vriezer uit.</li> <li>• Maak een lijst van de vernietigde of beschadigde spullen en vermeldt de nieuwwaarde er achter en bespreek deze met uw verzekeringsmaatschappij.</li> </ul>
Het huis is	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sluit de woning af.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Draai de deuren op slot en/ of zorg</li> </ul>

ongeschikt/ onbewoonbaar verklaard	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bedenk vervangend onderdak</li> <li>• Ga na of men voor langdurig vervangend onderdak verzekerd is.</li> </ul>	ervoor dat open ramen/ deuren met planken dichtgetimmerd worden. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bel familie/vrienden of laat Stichting Salvage dit voor u regelen.</li> <li>• Bel en overleg met uw verzekeraar of zoek op internet.</li> </ul>
Het huis is weer bewoonbaar verklaard	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informeer leveranciers.</li> <li>• Laat gas- en elektriciteitsleidingen en daarop aangesloten apparatuur controleren.</li> <li>• Controleer afvoeren</li> <li>• Ruim brandresten op.</li> <li>• Gebruik geen medicijnen/etenswaren uit een ruimte waar de brand is geweest.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bel het nummer van het waterenergiebedrijf, de kabelexploitant en/of KPN.</li> <li>• Bel in geval van een koopwoning een erkend installateur (bijv. aangesloten bij de UNETO-VNI)</li> <li>• Raadpleeg bij ernstige verstoppingen een loodgieter.</li> <li>• Verpak zoveel mogelijk in vuilniszakken en geef ze als huisvuil met de vuilniswagen mee of bel de reinigingsdienst voor het ophalen van groot vuil.</li> <li>• Raadpleeg doktersdiensten voor recepten voor onmisbare medicijnen.</li> </ul>

**Tabel 18:** Advies voor burgers na brand

#### 4.5 Gebruikte bronnen

##### *Boeken en documenten*

Instituut Fysieke Veiligheid (2013). *Fatale woningbranden 2008 t/m 2012: Een vergelijking*. Vinddatum 4 september 2014 op [http://www.ifv.nl/adviesennovatie/Documents/Vergelijking\\_fatale\\_woningbranden\\_2008-2012.pdf](http://www.ifv.nl/adviesennovatie/Documents/Vergelijking_fatale_woningbranden_2008-2012.pdf).

Kobus, M. (2008). *Zelfredzaamheid bij brand. Kritische factoren voor het veilig vluchten uit gebouwen*. Dissertatie. Den Haag: Boom Juridische Uitgevers

Ministerie van Veiligheid en Justitie (2014, 12 juni). *26 956 Beleidsnota Rampenbestrijding nr. 197*. Vinddatum 3 september 2014 op <https://zoek.officielebekendmakingen.nl/dossier/26956/kst-26956-197?resultIndex=1&sorttype=1&sortorder=4>

Nederlands Instituut voor Bedrijfshulpverlening (n.d.). *Beperken en bestrijden van een beginnende brand*. Vinddatum 12 september 2014 op <http://grrmpff.home.xs4all.nl/bhv/05.pdf>

Nederlandse Vereniging voor Brandweezorg en Rampenbestrijding (NVBR) *Wat te doen na een brand?* Vinddatum 11 September 2014 op <http://www.brandveilig.com/onderwerpen/brandverzekering/salvage-wat-te-doen-na-een-brand-27066>

Rijksoverheid (2012). *Infoblad Vluchten bij brand-Bouwbesluit 2012*. Vinddatum 11 september 2014, op <http://www.rijksoverheid.nl/documenten-en-publicaties/brochures/2012/10/09/infoblad-bouwbesluit-2012-vluchten-bij-brand.html>

### Websites

Brandweer Amsterdam- Amstelland (2008). *Brandveilig wonen*. Vinddatum 4 september 2014, op [https://www.brandweer.nl/amsterdam-amstelland/brandveiligheid/veilig\\_wonen/](https://www.brandweer.nl/amsterdam-amstelland/brandveiligheid/veilig_wonen/)

Brandweer-Nederlandse Brandwondenstichting (2013). *Waarom een rookmelder?* Vinddatum 3 september 2014, op <https://www.watdoeijbijbrand.nl/rookmelder/>

Brandweer Nederland (2014). *Relatief veel doden door brand in eerste kwartaal 2014*. Vinddatum 3 september 2014 op [http://www.brandweernederland.nl/actueel/brwnl\\_nieuws/@38731/relatief-doden-brand/](http://www.brandweernederland.nl/actueel/brwnl_nieuws/@38731/relatief-doden-brand/)

Brandweer Nederland (n.d.) *Bedreven in Brandveilig leven in Zwolle*. Vinddatum 3 september 2014. [http://www.brandweernederland.nl/algemene\\_onderdelen/brandveilig-leven/bedreven-brandveilig-0/](http://www.brandweernederland.nl/algemene_onderdelen/brandveilig-leven/bedreven-brandveilig-0/)

Centrum voor Criminaliteitsbeheersing en Veiligheid (2014). *52 doden door brand in 2013*. Vinddatum 3 september 2014 op <http://www.hetccv.nl/nieuws/2014/01/52-doden-door-brand-in-2013.html>

Centrum voor Criminaliteitspreventie en Veiligheid (2014). *PKVW Nieuwbouw*. Vinddatum 5 september 2014 op <http://www.politiekeurmerk.nl/keurmerk/over-het-keurmerk/pkvw-nieuwbouw/>

Dagblad van het Noorden. *'Brandweer maakt 'ouderenkaart'*. 9 september 2014.

Liander (2014). *Kortsluiting*. Vinddatum 12 september 2014 op [http://www.liander.nl/liander/veiligheid\\_preventie/veilig\\_met/kortsluiting.htm](http://www.liander.nl/liander/veiligheid_preventie/veilig_met/kortsluiting.htm)

Nederlandse Brandwondenstichting (n.d.). *Rookmelders redden levens*. Vinddatum 3 september 2014 op <http://brandwondenstichting.nl/brand-voorkomen/snelle-melding/rookmelders-redden-levens/>

Stichting Salvage (2010). *Brandpreventie*. Vinddatum 4 september 2014 op <http://www.stichtingsalvage.nl/tips/>

VeiligheidNL (n.d.) *Vluchtladder*. Vinddatum 3 september 2014 op <http://www.veiligheid.nl/tips-en-advies/vluchtladder?open&gclid=CJj2-6CywsACFUjHtAodtW0ASg>

VeiligheidNL. *Rookmelders*. Vinddatum 3 september 2014 op <http://www.veiligheid.nl/tips-en-advies/rookmelders?open&gclid=CL6Lqp2T8sACFSQXwwodPpkAhA>

Brandweer en Nederlandse Brandwondenstichting (2013). *Bewaarklapper 'Wat doe Jij bij brand?'*. Vinddatum 11 september 2014 op <http://brandwondenstichting.nl/wp-content/uploads/2013/09/Informatieklapper.pdf>

## 5. Ongevallen in huis

---

### 5.1 Inleiding

Hoewel je jezelf of je kinderen in huis in veiligheid denkt te hebben gebracht ligt het gevaar om aan onveiligheid blootgesteld te worden voortdurend op de loer. Een belangrijk veiligheidsrisico is de kans op een ongeval in huis. Ongevallen in en rond het huis worden door het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, in de literatuur en vandaar ook in de statistieken geschaard onder privé-ongevallen. Onder privé-ongevallen worden verstaan:

*'Alle ongevallen voor zover het géén arbeids-, verkeers- of sportongeval betreft. Het gaat vaak om letsel dat is opgelopen in of om het huis, in openbare gebouwen, op straat of tijdens vrijetijdsbesteding. Opzettelijk toegebracht letsel en letsel ontstaan tijdens medische behandeling vallen er buiten.'*

In 2012 waren er 1,1 miljoen letsels ten gevolge van een privé-ongeval die een medische behandeling behoefden. De huisarts heeft 660.000 letsels behandeld en er zijn 430.000 letsels behandeld door de afdeling Spoedeisende Hulp (SEH). In totaal zijn er 3.175 mensen aan hun verwondingen (schade) overleden. Van de 430.000 mensen die het SEH hebben bezocht moesten 70.000 mensen opgenomen worden in het ziekenhuis. In totaal zijn er in 2012 87.000 mensen opgenomen in het ziekenhuis. Daarnaast zijn honderdduizenden voor hun letsel ten gevolge van een privé-ongeval behandeld door een fysiotherapeut (360.000 letsels) en honderdduizenden door een medisch specialist (290.000 letsels). De totale som aan maatschappelijke kosten ten gevolge van een privé-ongeval bedroeg in 2012 2.600 miljoen euro (directe medische kosten: 1.500 miljoen euro).<sup>4</sup>

Ongeveer de helft van het aantal privé-ongevallen (met bekende locatie) waarvoor iemand behandeld is op de Spoedeisende hulp vond plaats in huis en dit percentage is met betrekking tot een aanvullende ziekenhuisopname zelfs nog iets groter (58%). De grootste risicogroepen voor (ernstige) letsel ten gevolge van een ongeluk in een woonhuis vormen de allerkleinsten (kinderen van 0 t/m 4 jaar; 59% van ongevallen op bekende locatie) en de ouderen (55+) in de samenleving. In 2012 betrof 1 op de 3 letsels die behandeld moesten worden op de SEH een persoon uit de leeftijdscategorie 55+ en in bijna 1 op de 10 gevallen een kind in de leeftijd 0 t/m 4 jaar. Ruim de helft, 59%, van de behandelde letsels op de SEH in 2012 is veroorzaakt door een valongeval. Bij de risicogroepen ligt dit percentage zelfs nog hoger. Bij de leeftijdscategorie 13-54 jaar

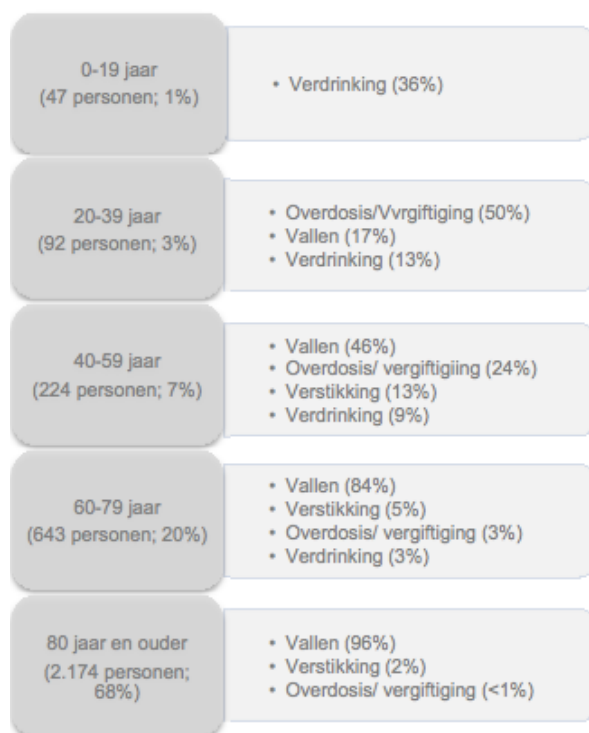
---

<sup>4</sup> Het aantal letsels ten gevolge van een privé-ongeval+ miljoen euro maatschappelijke kosten die besteed is ten gevolge van privé-ongevallen over 2012 is identiek aan de cijfers die het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport vermeld over 2011. Zie: [http://www.veiligheid.nl/csi/veiligheidnl.nsf/0/570534666D308FE2C1257D3200374EC2/\\$file/Cijfersfaactsheet%20Priv%C3%A9-ongevallen.pdf](http://www.veiligheid.nl/csi/veiligheidnl.nsf/0/570534666D308FE2C1257D3200374EC2/$file/Cijfersfaactsheet%20Priv%C3%A9-ongevallen.pdf)

wordt het percentage valongevallen in bijna gelijke mate gevolgd door contact met een object (zoals stoten, snijden of bekneld raken).

In 2012 was twee derde van de in totaal 3.175 dodelijke slachtoffers in de leeftijdscategorie 80+. In bijna alle gevallen (94%) was de doodsoorzaak het gevolg van een valongeval (heupfractuur en hersentrauma). Bij kinderen en jongvolwassenen (0-20 jaar) was de belangrijkste doodsoorzaak verdrinking en bij de leeftijdsgroep (20-39 jaar) was er in de helft van de gevallen sprake van een vergiftiging/overdosis. Opmerkelijk is dat er in de leeftijdscategorie 25- 40 jaar 4x zoveel mannen als vrouwen in deze leeftijdscategorie zijn overleden, terwijl de man-vrouwverhouding in deze leeftijdscategorie gelijk is verdeeld.

Over het algemeen dragen mannen onder de 55 jaar meer risico op een privé-ongeval dan vrouwen en is dit in de leeftijdsgroep van de 55-plussers precies andersom.



## 5.2 Wat te doen om ongevallen in huis te voorkomen

In deze paragraaf zal ingegaan worden op het ontstaan van de privé-ongelukken in en om huis. Op deze manier wordt duidelijk waar de handelingsmogelijkheden voor burgers liggen om het risico op een ongeval in huis te verkleinen (en directe medische kosten te besparen).

## Valongelukken

- **Valongeluk bij ouderen**

De meeste ouderen (ongeveer negen op de tien) die een privé-ongeluk hebben gehad worden in het ziekenhuis opgenomen ten gevolge van een val. Meestal komen zij ten gevolge van botbreuken (heupfractuur) en hersentrauma in het ziekenhuis terecht. (Dit zijn ook de voornaamste doodsoorzaken na een valincident bij ouderen.)

Door Stichting Consument & Veiligheid is onderzocht wat de meest risicovolle ruimte in huis is voor ouderen om te vallen en mogelijk een botbreuk op te lopen met soms ernstige gevolgen. Hiervoor is het aantal ongelukken op een bepaalde plaats afgezet tegen het aantal minuten dat je op die plaats doorbrengt. Gebaseerd op de gegevens van de Landelijke Medische Registratie 2005-2009 blijkt dat de meeste 65-plussers medische behandeling nodig hebben omdat ze 1) gestruikeld zijn of 2) gevallen zijn van de vaste trap. Daarna volgen val van hoogte, uitglijden, val door ziekte (onwel worden) en zwikken. De meest gevaarlijke plaats in huis is dus de trap. Hoewel slechts 78% van de woningen van 55-plussers over een vaste trap beschikt en men er relatief weinig tijd doorbrengt, vinden de meeste ongelukken met ouderen plaats op de trap. Er is dus sprake van een relatief zeer groot risico. Na de trap is de badkamer de plaats waar relatief gezien de meeste ongevallen met ouderen gebeuren. Hier liggen dan ook de handelingsmogelijkheden voor burgers in deze leeftijdscategorie. (Absoluut gezien vinden de meeste ongevallen na de val van de vaste trap plaats in woonkamer en slaapkamer.)

Door Consument & Veiligheid wordt een aantal handelingsmogelijkheden aangereikt aan ouderen of verzorgers. Deze handelingsmogelijkheden zijn naar voren gekomen in het onderzoek van Consument & Veiligheid dat in opdracht van Aedes is uitgevoerd om een kostenbesparing (45 a 60 miljoen euro directe medische kosten) door woningaanpassingen in en om het huis en bij zorginstellingen te realiseren. Uit onderzoek is namelijk gebleken dat het aantal valincidenten met 30-40% teruggebracht kan worden op het moment dat er preventieve maatregelen genomen worden in seniorenwoningen (Clemson, 2008; Turner, 2011). Om het risico op vallen van de trap te verkleinen liggen de handelingsmogelijkheden van burgers in trapaanpassing. Het is belangrijk om te zorgen voor een stroeve trap en een stevige trapleuning aan beide kanten.

Een ander handelingsmogelijkheid voor burgers ligt in het verminderen van trapgebruik door het plaatsen van een tweede toilet boven. Om het risico op uitglijden te verkleinen liggen de handelingsmogelijkheden van burgers in het aanbrengen van antislip op de vloer van de badkamer en de douche en het weghalen van losse vloerkleedjes. Om de badkamer veiliger te maken wordt eveneens geadviseerd om extra aanpassingen in badkamer en toilet te doen zoals beugels voor steun, een douchestoel en een veilige toilethoogte. Om het risico op struikelen te verkleinen liggen de handelingsmogelijkheden van burgers in het verwijderen van drempels, het wegwerken van losliggende snoeren, het zorgen voor voldoende loopruimte en het zorgen voor voldoende licht. Een veilige toegang tot de woning is ook een maatregel die wordt geadviseerd om



kosten te besparen. Een veilige toegang tot de woning helpt struikelen op het pad, in de tuin en bij deuren en drempels te voorkomen. Een advies van Consument & Veiligheid is tot slot om een huishoudtrap te gebruiken. Men kan beter niet op een stoel of een krukje gaan staan om iets boven het hoofd te pakken of weg te zetten. Door Stichting Welzijn & Ondersteuning wordt aanvullend geadviseerd om verantwoord om te gaan met medicijngebruik en meer te bewegen. Tot slot kunnen tevens omstanders een rol spelen bij het voorkomen van valongelukken van ouderen. Omstanders kunnen enerzijds ouderen aanspreken om bepaalde activiteiten niet uit te voeren en anderzijds bij klussen zelf het initiatief nemen om deze uit te voeren.

VeiligheidNL (voorheen Stichting Consument en Veiligheid) heeft in samenwerking met andere instanties voor verschillende organisaties een handboek 'Halt u valt' ontwikkeld. De handboeken bieden praktisch handvatten voor medici en paramedici, thuiszorg, welzijnsorganisaties, de gemeente en GGD om in een lokale context een effectief valpreventieprogramma op te zetten en uit te voeren. Door samen te werken aan het verminderen van de valrisico's van senioren (75-plussers) in een gemeente kunnen het aantal valgevallen en de hoge directe medische kosten (810 miljoen euro per jaar) die hierdoor ontstaan teruggebracht worden. Bovendien wordt op deze manier de kans vergroot dat oudere mensen zo lang mogelijk zelfstandig in hun eigen woning kunnen blijven wonen.

- **Valongelukken bij kinderen in de leeftijd 0-4 jaar**

Het percentage kinderen dat in een woonhuis valt, is het grootst in de leeftijdscategorie 0-4 jaar. (94% van de valongelukken in deze leeftijdscategorie gebeurt in een privé-sfeer en slechts 5% in een verkeerssituatie.) *'In totaal worden per jaar 94.000 letsels behandeld bij kinderen in de leeftijd van 0-4 jaar. Van hen moeten er 9000 in het ziekenhuis behandeld worden; 36 kinderen van 0-4 jaar overlijden als gevolg van een privé-ongeval. Vallen is op deze leeftijd een belangrijke oorzaak voor letsels: 26.000 SEH behandelingen en 4400 ziekenhuisopnamen. In Nederland komen voor behandeling van valletsels iedere dag 70 kinderen op de SEH en worden er 12 opgenomen.'* Jonge kinderen vallen relatief vaak vanaf een hoogte. Het gaat hierbij in bijna de helft van de gevallen om een val van of uit een bed, zitmeubel of de trap. Een handelingsmogelijkheid voor ouders/verzorgers om het risico op een valongeluk van een hoogte te verkleinen is ervoor te zorgen dat een kind niet zo makkelijk uit zijn bed valt. Een aantal adviezen die worden gegeven op de website [www.veiligheid.nl](http://www.veiligheid.nl):

- Als het mogelijk is, haal dan een paar spijlen uit de zijwand, zodat uw kind makkelijk uit bed kan stappen.
- Leg een matras naast het kinderbed, zodat uw kind niet op een harde vloer valt.
- Laat uw kind in een laag bed slapen met een bedhekje. Uw kind kan dan niet spontaan uit bed rollen en langs het bedhek is nog ruimte genoeg om gewoon uit bed te kunnen stappen
- Om te voorkomen dat uw kind zonder toezicht door het huis gaat lopen of kruipen, kunt u op de deur van de kinderkamer eventueel een haakje maken of de deurknop verticaal monteren.

- Als uw kind wel zijn kamer uit kan, zorg dan dat plekken als de trap, badkamer en wasmachine veilig voor uw kind zijn afgesloten.
- Zorg dat er in de kinderkamer geen spullen liggen/staan waaraan uw kind zich kan bezeren of waar ongelukken mee kunnen gebeuren. Denk hierbij onder meer aan stopcontacten en plastic zakken.
- Een ander advies is het gebruiken van een slaapzak (evt. met de rits op de rug) om ervoor te zorgen dat het uit bed klimmen lastiger wordt gemaakt.

Een ander handelingsmogelijkheid voor ouders om het risico op een valongeluk te verkleinen is het zorgen dat een kind veilig in zijn kinderstoel zit tijdens het eten. Een goede graadmeter voor een veilige kinderstoel is dat die aan de Europese norm voldoet (EN 1272). Bijna alle valongelukken met een kinderstoel zijn ontstaan doordat een kind probeerde om uit de kinderstoel te klimmen. Het belangrijkste advies dat dan ook door VeiligheidNL en anderen wordt gegeven is om het kind met een gordeltje vast te zetten in de kinderstoel. Ouders dienen een kinderstoel te kopen met een gordeltje dat je makkelijk vastmaakt en versteld kan worden. Ook is het van belang dat je wipstoeltjes e.d. niet zomaar zonder toezicht op een tafel neerzet.

Vallen van de trap is een van de meest ernstige valincidenten. Met name kinderen tussen de 1 en 2 jaar lopen een groot risico om van de trap te vallen. Een belangrijk advies dat op de website (Kraamzorg) wordt gegeven is ervoor te zorgen dat de trap rommelvrij is om het risico dat men met een kind op de arm onderuitglijdt drastisch te verkleinen. Het tweede advies, is om niet met sokken of gladde schoenen op een trap te lopen. Het derde advies is om te zorgen voor voldoende licht als je op de trap loopt. Het vierde advies dat wordt gegeven is om te zorgen dat je altijd één hand vasthoudt aan de leuning als je met een kind op de arm naar boven of beneden loopt. Wanneer het kind begint te kruipen is het van belang om zowel boven als beneden een traphekje te bevestigen.

Uiteraard is het ook van belang om kinderen op een goede manier te leren traplopen. Op de website [veiligheid.nl](http://veiligheid.nl) zijn speciale tips voor te vinden hoe je dat het beste kunt doen.

Een ander valongeluk waardoor baby's vaak met hersenletsel op de SEH worden gezien, is het vallen van de commode. Laat kinderen nooit alleen op een commode liggen, ook geen 5 seconde.

Daarnaast is het belangrijk om als je een speeltoestel (glijbaantje) in huis hebt te zorgen dat de ondergrond niet uit keiharde stoeptegels of iets dergelijks bestaat. Veel peuters en kleuters lopen ook op deze manier hersenletsel op.

Een goede preventieve maatregel voor ouders van jonge kinderen is het volgen van een speciale cursus 'Eerste Hulp aan Kids.' Er is ook een Eerstehulpwijzer beschikbaar waar in staat hoe men het beste kan handelen bij de 40 meest voorkomende ongelukken met kinderen. De Eerstehulpwijzer is samengesteld in overleg met het Nederlandse Rode Kruis, de stichting Consument en Veiligheid en het Oranje Kruis.

In de periode 2008 t/m 2010 is er een speciale preventie kindercampagne geweest gericht op het reduceren van het risico 'vallen van hoogte'. Het effect hiervan is echter onduidelijk.

### Vergiftigingen

Vergiftiging is na vallen de tweede oorzaak voor ziekenhuisopname (na SEH behandeling) bij jonge kinderen (0-4 jaar). De belangrijkste oorzaak van vergiftigingen vormen geneesmiddelen. De handelingsmogelijkheid voor verzorgers van kinderen ligt in het buiten bereik houden van giftige stoffen bij kinderen. Het advies is om een grondige kinderronde te doen. Ga op je handen en knieën zitten en kruip eens door het huis heen en ontdek welke giftige of gevaarlijke middelen (huishoudproducten/ schoonmaakmiddelen, vaatwastabletten, medicijnen, parfum en verzorgingsproducten, alcoholische dranken, asbakken, giftige planten, etc.) je binnen handbereik tegenkomt. Zet deze producten vervolgens op een veiliger hogere plaats weg, achterin een kastje of in een kastje dat op slot kan. Het is raadzaam om medicijnen in een medicijnenkastje (afgesloten kastje) te bewaren. Bij de apotheek en op de website [www.gifwijzer.nl](http://www.gifwijzer.nl) is een gifwijzer te bestellen. In deze Gifwijzer staan 183 stoffen en planten vermeld met een indicatie van giftigheid en advies over hoe te handelen als er sprake is van vergiftiging bij een kind. De Gifwijzer is geactualiseerd door VeiligheidNL en voldoet aan de Europese Richtlijnen voor Eerste Hulp (EFAM). Een goede preventieve maatregel is het in huis halen van de Gifwijzer. *(Veel jongeren in de leeftijd van 13 t/m 18 jaar worden na een behandeling in het kader van spoedeisende hulp, in het ziekenhuis opgenomen ten gevolge van alcoholvergiftiging.)*

### Verbrandingen

Verbranding is na vallen en vergiftiging de derde oorzaak voor ziekenhuisopname ten gevolge van een ongeluk in huis bij kinderen in de leeftijd van 0-4 jaar. De meeste verbrandingen bij kinderen worden veroorzaakt door een verbranding aan hete vloeistof of damp. Een kwart van de verbrandingen wordt veroorzaakt door contact met een heet object zoals een kachel. Brandwonden ten gevolge van contact met heet water of een ander heet object is een typisch ongelukje in huis dat iedereen weleens overkomt. Kinderen in de leeftijd 0-4 jaar lopen alleen een groter risico, omdat zij het gevaar van hete objecten nog niet inzien. Een belangrijke preventiemaatregel die ouders kunnen nemen om het risico te verkleinen dat kleine kinderen brandwonden oplopen is ervoor te zorgen dat er tijdens het drinken van een warme drank zoals een kopje koffie geen kind op schoot zit. Kleine kinderen zijn vaak nieuwsgierig en willen graag weten wat er in het kopje van diegene (bij wie ze op schoot zitten) zit en als het kopje niet goed vastgehouden wordt is de kans groot dat de koffie omgaat of dat er koffie gemorst wordt. Laat om deze reden ook de theepot niet zomaar zonder toezicht in het bereik van kinderen staan en zet pannen altijd op de achterste pitten van het gasfornuis. Bedenk dat sommige kleine kinderen gemakkelijk op het aanrecht kunnen kruipen. Het advies is

dan ook om een kraan te monteren met een temperatuurbegrenzer of een thermostaat aan te schaffen. Een belangrijke notie is dat preventiemaatregelen nooit het risico op verbranding kunnen uitsluiten. Ouders (opvoeders) hebben dan ook de verantwoordelijkheid om hun kind op een veilige manier om te leren gaan met de kraan (eerst koud water opendraaien dan warm en bij afsluiten precies andersom) en ze het gevaar van hete dingen te leren inzien.

Zet verder géén kopjes koffie of thee (onbeheerd) op een tafelkleed. Het tafelkleed kan door een kind makkelijk van tafel getrokken worden en dan bestaat het risico dat het kind de warme koffie of thee over zich heen krijgt. De huid van een klein kind is erg dun en brandwonden zijn hierdoor al gauw ernstig van aard. Een ander groot gevaar is de ovenruit. Het advies is daarom om een ovenruitbeschermer te gebruiken. Een andere preventiemaatregel die genomen kan worden door ouders om het risico op een ongeluk in huis met heet water te verkleinen, is het gebruik van een badthermometer met leesbare cijfers. Op deze manier weet je zeker dat het kind zich niet aan het water brandt als het in bad gaat (veilige marge van het watertemperatuur is tussen 36 en 38 graden). Je kunt natuurlijk ook gewoon je elleboog in het water steken, maar dat is iets minder nauwkeurig.

### *Verstikkingen*

Verstikking vormt de belangrijkste doodsoorzaak bij kleine kinderen die om het leven zijn gekomen ten gevolge van een privé-ongeluk. In 2011 zijn er elf kinderen in de leeftijd van 0-4 jaar om het leven gekomen door verstikking. Gemiddeld worden er jaarlijks ongeveer 170 kinderen opgenomen in het ziekenhuis ten gevolge van verstikking. Er komen ongeveer net zoveel slachtoffers per jaar in het ziekenhuis terecht als gevolg van verstikking in voedsel als in verstikking in een voorwerp. Vrijwel alle verstikkingsgevallen (waarvan de locatie bekend is) gebeurden in of rond huis. Naarmate men ouder wordt neemt het risico op verstikking toe. Risicofactoren voor oudere mensen zijn naast hun gevorderde leeftijd, een slecht gebit en alcoholconsumptie. Oudere mensen hebben net als kleine kinderen meer moeite om grotere stukken voedsel weg te werken. Een belangrijke preventiemaatregel voor verstikking bij kleine kinderen is om het speelgoed te controleren. Het is belangrijk dat kinderen geen kleine voorwerpen in hun mond stoppen. Laat zelf ook geen kleine voorwerpen als (knoop)batterijen of plasticzakjes slingeren.

### *Verdrinkingen*

Verdrinking vormt samen met verstikking de belangrijkste doodsoorzaak voor kleine kinderen als het gevolg van een privé-ongeval. Peuters van 2 jaar lopen het grootste risico op verdrinking. Volgens de gegevens van het CBS verdrinken per jaar 3 op de 100.000 kinderen in de leeftijd van 2 jaar. In de afgelopen 25 jaar verdronken 669 kinderen jonger dan 5 jaar en 216 kinderen tussen de 5 en de 10 jaar. In de meeste gevallen (ongeveer twee derde) gaat het om peuters waarop even geen toezicht was en die

in de vijver in de tuin of water bij het huis zijn gevallen. In veel minder gevallen ging het om iets oudere kinderen die nog niet of onvoldoende konden zwemmen en in open zwemwater of het zwembad zijn verdronken. Het is verstandig om de vijver te dempen als men het risico op verdrinking van kleine kinderen wilt voorkomen. De plek waar eerst de vijver lag kan bijvoorbeeld tijdelijk gebruikt worden als zandbak. Als men toch besluit een vijver in de tuin aan te leggen in de buurt van kinderen of deze niet wilt dempen is het van belang om preventiemaatregelen te nemen. Een belangrijke handlingsmogelijkheid ligt in het afschermen van de vijver. Zorg voor een hek om de vijver 'minimaal 1,20 meter en verticale spijlen met een afstand van maximaal 10 cm tussen de spijlen' en een rooster op de vijver. Verder is van belang dat je een kind goed in het zicht houdt en er voor zorgt dat je goed zicht hebt op de vijver zodat je een kind makkelijk in de gaten kunt houden. Bovendien is het van belang dat het kind zelf ook goed het verschil kan zien tussen land en water. Probeer de vijver zo goed mogelijk schoon en zichtbaar te houden (voorkom kroos en hoge planten).

#### *Contact met een object*

Een groot aantal ongelukken in huis, met name bij oudere kinderen (13-18 jaar), gebeurt door stoten en snijden. Een belangrijke preventieve maatregel om stoten te voorkomen is het dichtdoen van kastdeurtjes en laden boven je hoofd. Let bij kleine kinderen ook op scherpe punten van kasten en deuren lager bij de grond. Er zijn speciale hoekbeschermers om kneuzingen en verwondingen door stoten tegen scherpe punten te voorkomen.

Een ander ongeluk dat relatief veel voorkomt in een woonhuis met kleine kinderen is een vinger tussen de deur. Jaarlijks bezoeken ongeveer 7000 kinderen de SEH met vingerletsel. Een preventiemaatregel is de deuren te voorzien van een deurspleetbeveiliging. Op deze manier kunnen er geen vingers tussen de scharnierzijde van de deur bekneld raken. Er zijn verschillende deurbeveiligers verkrijgbaar. Een mogelijkheid is ook het gebruik van een deurstopper waardoor een deur niet verder open of dicht kan.

Veel letsels ontstaan ook tijdens het doe het zelve. Minstens 9% van alle privé-ongevallen in de leeftijdscategorie 20-54 jaar gebeurt tijdens het doe het zelve in of om het huis. In totaal 120.000 letsels per jaar. Mannen lopen vaker letsel op dan vrouwen (76% vs. 24 %).

Volgens de communicatieadviseur van Veiligheid NL ontstaan de meeste ongelukken doordat klussers onvoorzichtig zijn. Klussers willen graag snel aan de slag, gebruiken in veel gevallen gereedschap waar ze nog geen ervaring mee hebben, en nemen niet de moeite om preventiemaatregelen te nemen tegen mogelijke risico's. Twee derde van het ledenpanel van Vereniging Eigen huis pleit voor een massamediale leefstijlcampagne om veilig klussen te stimuleren. De rijksoverheid heeft echter besloten deze campagnes af te schaffen en meer doelgericht voorlichting te geven via digitale media en bouwmarkten. De helft van de vrouwen en een kwart van de mannen van het ledenpa-

nel vindt dat de bouwmarkten nog onvoldoende informeren over veiligheidsrisico's bij het klussen. Bouwmarkten hebben een terecht punt door te stellen dat je als klusser zelf een bepaalde verantwoordelijkheid draagt om veilig te klussen en bij twijfels zelf een medewerker kunt aanspreken. Hetzelfde geldt voor het lezen van een gebruikshandleiding bij het in elkaar zetten van bijvoorbeeld een kast. Door Vereniging Eigen Huis wordt een zevental adviezen gegeven om veilig te klussen.

- Begin uitgerust en voorbereid aan iedere klus.
- Ruim je werkplek op.
- Ook tijdens het klussen.
- Vermijd losse kleding of accessoires.
- Draag stevige schoenen met antislipzolen om uitglijden te voorkomen.
- Draag beschermingsmiddelen (veiligheidsbril, gehoorbeschermers, maskers en handschoenen). Vervang het gereedschap tijdig (mesjes, zaagjes).
- Werk bij daglicht en zorg desnoods voor een extra lamp.

### 5.3 Wat te doen tijdens ongevallen in huis

Een privé-ongeluk is in een fractie van een seconde gebeurd. Er is dus ook niet veel wat je kunt doen tijdens een ongeval in huis. Wel is van belang dat je adequaat en in sommige gevallen snel handelt. In de volgende paragraaf zal per oorzaak/type privé-ongeval weergegeven worden hoe er gehandeld dient te worden.

### 5.4 Slachtoffer van ongevallen in huis

#### *Valongelukken*

- **Valongeluk bij oudere mensen**

Veel oudere mensen die zijn gevallen weten (even) niet hoe ze weer op moeten staan. Voor tips over hoe je op oudere leeftijd weer overeind kunt komen zie de website van het AMC.

Als het echt niet lukt om overeind te komen is het van belang dat men op een bepaalde manier (bijv. op de billen) bij een telefoon ziet te komen om het alarmnummer 112 te kunnen bellen. Als men over een persoonlijk alarm beschikt, kan men deze het beste indrukken, zodat er een verzorg(st)er komt om te helpen met opstaan of met het bellen van een ambulance. Als u geen persoonlijk alarm heeft en het niet lukt om een telefoon te bereiken is het belangrijk dat u zoveel mogelijk isolerende spullen om u heen probeert te grijpen en deze onder u legt om zo snelle afkoeling van uw lichaam door de koude ondergrond waarop u ligt tegen te gaan. In het geval iemand in de tuin struikelt over een stoeprandje of met de fiets uitglijdt op een glad wegdek, moet men hulp aan voorbijgangers vragen door hen aan te spreken en de verwachtingen duidelijk te maken, bijvoorbeeld dat er een ambulance gebeld moet worden. Uit onderzoek blijkt dat mensen die hulp bieden wanneer zij direct worden aangesproken.

- **Valongeluk bij kinderen**

Als uw kind van een bepaalde hoogte is gevallen, is het belangrijk dat u let op de signalen die een kind afgeeft. Help een kind niet direct overeind, maar kijk of het kind probeert zelf overeind te komen. Op deze manier weet je of een kind zijn bewustzijn verliest. Dit is wellicht ook het geval als een kind niet direct huilt. Als een kind bewusteloos is, leg het dan op zijn zij. Maak knellende kleding los en controleer of het kind iets in zijn mond heeft. Waarschuw altijd een arts (ook als het kind kort bewusteloos is geweest), laat bewusteloze kinderen liggen en zorg ervoor dat een kind niet afkoelt. Als de dokter een hersenschudding constateert, is het belangrijk dat het kind rust neemt. Met het geven van aspirine volgens de toegestane dosering help je het herstel. Raadpleeg de Eerstehulpwijzer.

### *Vergiftigingen*

Vergiftigingen komen vaak onbewust voor bij kleine kinderen en (in mindere mate) bij verwarde of vergeetachtige ouderen ten gevolge van een ingeslikte stof. Vergiftigingen kunnen door jongeren, volwassenen en ouderen ook bewust veroorzaakt zijn met een overdosis omdat zij de intentie hadden om zichzelf te beschadigen. Wanneer iemand bijna bewusteloos of met ademhalingsmoeilijkheden op de grond ligt, is dat een indicatie voor vergiftiging. Ook kan het zijn dat het slachtoffer zeer grote of kleine pupillen heeft, een vreemde huidskleur, buikkrampen, stuipen, brandwonden of misselijk is. Een vergiftiging kan ontstaan zijn via de adem-weg, via het spijsverteringskanaal en via de huid. Hieronder is weergegeven wat het Rode Kruis adviseert wanneer je bij iemand een vergiftiging constateert:

Wat doe je bij vergiftiging?

- Direct 1-1-2 (laten) bellen bij een ernstige vergiftiging (bewusteloosheid, ademhalingsmoeilijkheden of ernstige brandwonden)
- Bel in alle andere gevallen zo snel mogelijk de huisarts. Wacht niet tot er symptomen verschijnen!
- Volg het advies van de hulpverleners stipt op
- Laat het slachtoffer nooit braken en geef ook geen water, melk of andere middelen te drinken tenzij op uitdrukkelijk advies van een professionele hulpverlener
- Droge giftige stoffen op de huid moeten (voorzichtig) afgeborsteld worden, voordat het slachtoffer afgespoeld wordt met water
- Leg een bewusteloze met een normale ademhaling op zijn zij (stabiele zijligging)

Als de huid in contact met bijtende stoffen is geweest:

- Voorkom zelf aanraking met de bijtende stof
- Spoel met veel water
- Laat het slachtoffer zo nodig de schoenen en besmette kleding uittrekken, voorkom zo mogelijk verder contact met het water of de besmette kleding

Op de website zelfbeschadiging.info staat vermeld wat je kunt doen in het geval je een overdosis ingenomen hebt of iemand in je omgeving dat gedaan heeft. Gebruik de Gif-

wijzer van VeiligheidNL om te zien wat men in het geval van een specifieke vergiftiging het beste kan doen.

### *Verbrandingen*

Als het zo is dat een kind inderdaad hete koffie of thee over zich heen heeft gekregen of zich aan de oven heeft gebrand, is het allereerst belangrijk kalm te blijven. Vervolgens is het van belang om het slachtoffer gerust te stellen en te handelen volgens de eerste hulpregels zoals die gesteld worden door de Nederlandse brandwonden stichting. Bij twijfel over de behandeling dient men de huisarts te bellen of het alarmnummer. Hieronder volgen de eerste hulpregels zoals weergegeven op de site van de Nederlandse brandwonden stichting.

- 1) Koel de wond ca. 10 minuten met lauw zacht stromend leidingwater.
- 2) Voorkom onderkoeling; koel alleen de wond.
- 3) Verwijder alleen de kleding die niet aan de wond kleeft
- 4) Waarschuw altijd een arts bij blaren, een aangetaste huid of elektrische en chemische verbrandingen
- 5) Smeer niets op een brandwond
- 6) Bedek de wond met steriel verband of een schone doek

Door te beginnen met koelen wordt de hitte uit de wond gehaald en de pijn verminderd. Het is altijd goed te koelen, zelfs tot een uur na de verbranding. Als een kind echt in brand staat, moeten de vlammen geblust worden met een blusdeken, zie het onderdeel Brand.

### *Verstikkingen*

Als een kind net een voorwerp in zijn mond heeft gedaan, kun je het met je eigen vingers uit z'n mond halen. Pas op dat je niet forceert door te gaan trekken als het voorwerp niet 'meewerkt'. Op het moment dat je denkt dat er sprake is van verslikking vraag je aan het slachtoffer of hij zich verslikt heeft. Er is sprake van een ernstige verslikking als een kind/volwassene bij bewustzijn is, maar niet meer kan antwoorden of als iemand helemaal niet meer kan spreken, hoesten of ademen of dit in zeer zwakke mate kan. Bel in het geval van een ernstige verslikking direct 112. Sla met de vlakke hand maximaal 5x tussen de schouderbladen. Als dit vervolgens niet blijkt te werken, druk dan vijf maal kort en krachtig op de buik. De beste manier om dit te doen is door toepassing van de Heilich manoeuvre, die als onderdeel van een EHBO-cursus kan worden beoefend. Als de luchtweg dan nog niet vrij is gekomen, wissel de kloppen op de rug tussen de schouderbladen af met het plotselinge drukken op de buik. Start met reanimeren als het slachtoffer niet meer bij bewustzijn is en niet meer normaal adem kan halen. Het is belangrijk dat diegene die zich ernstig verslikt heeft na een verslikking altijd nog gezien wordt door een huisarts. De handelingen bij een baby zijn net iets anders.



## Verdrinkingen

De meeste verdrinkingen in en om het huis gebeuren met hele kleine kinderen. Deze peuters kunnen over het algemeen nog makkelijk gered worden als ze snel uit het water worden gehaald. Door het Rode Kruis wordt geadviseerd om kinderen horizontaal uit het water te halen. Als het kind met behoud van zijn bewustzijn uit het water is gehaald wordt geadviseerd om het kind in een deken te wikkelen en vervolgens met het kind langs de huisarts te gaan. Het water in de longen kan makkelijk voor beschadigingen zorgen. Als het kind buiten bewustzijn uit het water komt met een blauw gelaat is het van belang om de luchtweg vrij te maken. Het kind heeft moeite met ademen door het vele water dat in zijn longen terecht is gekomen.

*‘Leg het kind op de buik met een rol kleren of een opgerolde handdoek onder de maag. Leg één arm boven het hoofd. Leg de beiden handen op de rug van het kind en druk enige malen naar beneden. Gebruik hierbij geen geweld. Er zal water uit de longen en uit de maag lopen, dat via de mond naar buiten komt. Met een doek kan vuil uit de mond verwijderd worden.’*

Als er geen ademhaling meer bij het kind te bemerken is, begin dan direct met krachtige mond-op-mondbeademing zodat de lucht de longen kan bereiken. Verspil geen tijd aan het verwijderen van water uit de longen.

*‘Leg de hand in de nek van het kind zodat het hoofd iets achterover kantelt. Knijp de neus van het kind dicht. Plaats de lippen om de lippen van het kind. Blaas gedurende 1 seconde lucht in de mond. De borstkas van het kind moet omhoog komen. Haal de mond van het kind en kijk of de borstkas weer omlaag komt. Mond-op-mondbeademing wordt vaak in combinatie met hartmassage toegepast. De verhouding is 30:2. 30 maal hartmassage, 2 maal beademen.’*

Als het kind buiten bewustzijn uit het water wordt gehaald met een bleek gelaat, is het kind waarschijnlijk door emotie of koude zijn bewustzijn verloren. Ga dan met het kind naar binnen, trek zijn kleren uit en geef het kind iets warm te drinken. Ga in alle gevallen na de reddingsactie met het kind naar de huisarts of de Spoedeisende Hulp (SEH).

## Contact met andere materialen

In huis kan men door contact met een bepaald object makkelijk een snijwond oplopen. Veel klusongelukken leiden tot soms diepe en pijnlijke snijwonden. Sander Idsinga geeft in het artikel van Vereniging Eigen Huis aan veel klussers met snijwonden en botbreuken op de Spoedeisende Hulp langs te zien komen. Als men een bloedende snijwond heeft, wordt op de website van de EHBO geadviseerd om deze dicht te drukken. Het is verstandig om hierbij handschoenen, steriel verband of een schone doek te gebruiken. Gebruik bij een bloedende snijwond pleisters (hechtstrips of zwaluwstaartjes)

om de snijwondranden bij elkaar te brengen. Dek de snijwond vervolgens af met een steriel kompres/gaas. Als de wond groter is dan de helft van de handpalm van het slachtoffer en/of niet ophoudt met bloeden, wordt geadviseerd om langs de huisarts of de afdeling Spoedeisende Hulp van het ziekenhuis te gaan. De (huis) arts zal ook bekijken of een tetanusprik nodig is. In het geval dat er sufheid bij het slachtoffer optreedt of het slachtoffer in een shock dreigt te raken, is het belangrijk om de hulpdienst te bellen. Op de website van het Rode Kruis wordt aanvullend geadviseerd om een wond met lauw stromend water of een ontsmettingsmiddel te reinigen alvorens het af te dekken met gaas. Ook wordt er nog een aantal andere omstandigheden aangeduid waaronder het raadzaam is om de huisarts of de SEH te bezoeken.

Bij een botbreuk is het van belang om het getroffen gedeelte zo onbeweeglijk mogelijk te houden in de oorspronkelijke positie na het ongeval. Het is van belang om het slachtoffer naar het ziekenhuis te vervoeren. In het geval van een open botbreuk, beenfractuur of als het slachtoffer zich niet goed voelt of wegvalt, wordt geadviseerd om 112 te bellen.

Door beknelling van een object, zoals een vinger tussen de deur, ontstaan veel kneuzingen of verstuikingen. Bij een kneuzing is het van belang om de pijnlijke plek minstens 10 minuten en hoogstens 20 minuten te koelen met ijs of koud water. Het advies is om na 10 minuten te stoppen met koelen als het koelen onaangenaam voelt. In het geval dat men ijs gebruikt is het van belang om ervoor te zorgen dat het ijs niet direct in contact komt met de huid in verband met bevriezing. Zorg daarom voor een doek tussen het ijs en de getroffen plek. Tot slot wordt geadviseerd om het slachtoffer niet alleen te laten, omdat de combinatie van kou en pijn tot een flauwte kan leiden. Het advies is om een (huis) arts in te schakelen in het geval er sprake is van een forse zwelling, de pijn aanhoudt of als men toch een botbreuk vermoedt.

### **Effect van preventiemaatregelen**

Het effect van landelijke leefstijlcampagnes, die tot 2010 zijn uitgevoerd, op de preventie van privé-ongevallen bij de risicogroepen is niet specifiek aan te tonen. In de periode van 2008-2010 was 'vallen van hoogte' het thema van de nationale kinderveiligheidscampagne. Op de website van de Rijksoverheid is weergegeven dat uit de evaluatie is gebleken dat twee derde van de ouders met deze campagne bereikt is. De ouders die door deze campagne op de hoogte zijn gesteld, bleken ook meer maatregelen te treffen. Echter konden er geen verschillen aangetoond worden tussen deze bereikte groep en de groep ouders die niet bereikt is met de campagne. In 2006 en 2007 is door Consument & Veiligheid de kinderveiligheidscampagne 'verbrandingen' uitgevoerd. Ondanks een toegenomen kennis onder ouders is gebleken uit de Veiligheidsmonitor dat veel ouders nog steeds onveilig gedrag vertonen. Een voorbeeld hiervan is het alleen laten van het kind in de keuken tijdens het koken.

Tineke Beirens heeft onderzoek gedaan naar welke preventieve maatregelen ouders nemen om het risico op onveiligheid ten gevolge van de hierboven behandelde oorzaken tegen te gaan. Tevens heeft ze onderzocht in welke mate sociaal-geografische fac-

toren en psychosociale factoren hier een effect op hebben. Uit het onderzoek dat Beirens uitvoerde bij de afdeling Maatschappelijke Gezondheidszorg Erasmus MC, in samenwerking met de Stichting Consument en Veiligheid, is gebleken dat ouders met een lagere opleiding de veiligheid van kinderen thuis beter weten te waarborgen dan ouders met een hoge opleiding. In het onderzoek is verder naar voren gekomen dat 3 van de 4 ouders aangeven medicijnen kindveilig op te bergen, 3 van de 5 ouders aangeven schoonmaakmiddelen buiten het bereik van hun kind te bewaren en 8 van de 10 ouders aangeven in huis over een traphekje te beschikken en dat slechts de helft daar goed gebruik van maakt. Hoewel het advies van onderzoekers is om zowel boven als onder een traphekje te plaatsen, wordt dit maar door één op de twintig ouders uitgevoerd. Een bijzondere uitkomst van haar onderzoek is dat ouders bij hun eerste kind de intentie hebben om veiligheidsmaatregelen te nemen, maar pas bij hun tweede kind daadwerkelijk veiligheidsmaatregelen treffen.

De Veiligheidsbarometer van Consument & Veiligheid geeft ook aanvullende informatie over het effect van adviezen rondom preventie om onveiligheidsrisico's in huis te verminderen. Hieruit blijkt dat op bepaalde terreinen nog steeds winst valt te behalen. Een voorbeeld is dat van 12% die aangeeft een vijver te hebben, iets meer dan 30% geen maatregelen getroffen heeft om het risico dat het kind in het water valt te reduceren. Veel ouders menen zelfs dat dit niet nodig is bij een kleine vijver.

Voor het uitgebreide onderzoek van Beirens (2008) zie: Beirens, T. (2008). Home-related injury prevention and safety promotion in the setting of preventive Youth Health Care. Rotterdam: Erasmus Universiteit.

Voor de resultaten van de veiligheidsbarometer autochtone ouders van 0-12 jarigen van de Stichting Consument en Veiligheid zie:

[www.veiligheid.nl/csi/veiligheidnl.nsf/content/948B167C99949F48C1257ABE002EAF55/\\$file/Veiligheidsbarometer%20autochtone%20ouders%20van%200-12%20jarigen.pdf](http://www.veiligheid.nl/csi/veiligheidnl.nsf/content/948B167C99949F48C1257ABE002EAF55/$file/Veiligheidsbarometer%20autochtone%20ouders%20van%200-12%20jarigen.pdf)

## 5.5 Gebruikte bronnen

<http://brandwondenstichting.nl/brandwonden-voorkomen/>

[www.cjghardenberg.nl/peuter/verzorging-en-veiligheid/water/veilig-in-bad](http://www.cjghardenberg.nl/peuter/verzorging-en-veiligheid/water/veilig-in-bad)

[www.veiligheid.nl/tips-en-advies/kindveilig-huis-vaste-trap](http://www.veiligheid.nl/tips-en-advies/kindveilig-huis-vaste-trap)

[www.cjgvoorschoten.nl/showsite.asp?title=pagina/peuter/verzorging-en-veiligheid/veiligheid-in-en-om-het-huis/trappen-en-traphekjes/600659&map\\_id=600659](http://www.cjgvoorschoten.nl/showsite.asp?title=pagina/peuter/verzorging-en-veiligheid/veiligheid-in-en-om-het-huis/trappen-en-traphekjes/600659&map_id=600659)

[www.amc.nl/web/Zorg/Patient/Zoek-op-specialisme/Geriatrie/Patienteninformatie/Valpreventie-bij-ouderen.-Wat-kunt-u-zelf-doen.htm](http://www.amc.nl/web/Zorg/Patient/Zoek-op-specialisme/Geriatrie/Patienteninformatie/Valpreventie-bij-ouderen.-Wat-kunt-u-zelf-doen.htm)

<http://nl.265health.com/conditions-treatments/choking/1002003205.html#.VBsTFy7V9bs>

(Voor uitgebreide info over hoe je moet gaan staan als je op oudere leeftijd gevallen bent en mogelijke oorzaken)

<http://media.rtl.nl/media/pressroom/Facts%20extern%20onderzoek.pdf>

[www.inshared.nl/preventie/pas\\_op\\_kinderen](http://www.inshared.nl/preventie/pas_op_kinderen)

[http://valpreventie.veiligheid.nl/csi/valpreventie.nsf/content/F5B3E5B8C4583FFAC1257BEE00526328/\\$file/Factsheet%20kosten%20besparen%20door%20woningaanpassingen.pdf](http://valpreventie.veiligheid.nl/csi/valpreventie.nsf/content/F5B3E5B8C4583FFAC1257BEE00526328/$file/Factsheet%20kosten%20besparen%20door%20woningaanpassingen.pdf)

[www.umcutrecht.nl/NR/rdonlyres/C2B9743C-80EA-4411-86C8-A8E9C725B8E8/43600/KinderveiligheidinenomhuisCongres2015.pdf](http://www.umcutrecht.nl/NR/rdonlyres/C2B9743C-80EA-4411-86C8-A8E9C725B8E8/43600/KinderveiligheidinenomhuisCongres2015.pdf)

[www.rodekruis.nl/eerste-hulp/wat-te-doen-bij-verdrinking?gclid=COboxP6w68ACFRHtAodQTkALg](http://www.rodekruis.nl/eerste-hulp/wat-te-doen-bij-verdrinking?gclid=COboxP6w68ACFRHtAodQTkALg)

[www.rodekruis.nl/eerste-hulp/wat-te-doen-bij/snijwond](http://www.rodekruis.nl/eerste-hulp/wat-te-doen-bij/snijwond)

[www.ehbo.nl/tips/kneuzing-verstuiking/](http://www.ehbo.nl/tips/kneuzing-verstuiking/)

[www.aginsurance.be/Retail/nl/gezin/gezin/Paginas/Vijftien-tips-voor-jong-en-oud-om-ongelukken-in-huis-te-voorkomen.aspx](http://www.aginsurance.be/Retail/nl/gezin/gezin/Paginas/Vijftien-tips-voor-jong-en-oud-om-ongelukken-in-huis-te-voorkomen.aspx)

[www.ingoedendoen.nl/kind/ongelukken-huis-voorkomen/](http://www.ingoedendoen.nl/kind/ongelukken-huis-voorkomen/)

[www.veiligheid.nl/tips-en-advies/tuinvijver](http://www.veiligheid.nl/tips-en-advies/tuinvijver)

[WWW.SIRE.NL/CAMPAGNES/ONGELUKKEN-HUIS-MAG-NIET-HELPT-NIET](http://WWW.SIRE.NL/CAMPAGNES/ONGELUKKEN-HUIS-MAG-NIET-HELPT-NIET)

[WWW.EERSTEHULPAANKIDS.NL/ONGELUKKEN-BIJ-KINDEREN-FEITEN-CIJFERS/](http://WWW.EERSTEHULPAANKIDS.NL/ONGELUKKEN-BIJ-KINDEREN-FEITEN-CIJFERS/)

[www.nationaalkompas.nl/gezondheid-en-ziekte/ziekten-en-aandoeningen/letsels-en-vergiftigingen/priv](http://www.nationaalkompas.nl/gezondheid-en-ziekte/ziekten-en-aandoeningen/letsels-en-vergiftigingen/priv)

[www.nationaalkompas.nl/gezondheid-en-ziekte/ziekten-en-aandoeningen/letsels-en-vergiftigingen/priv-ongevallen/omvang/](http://www.nationaalkompas.nl/gezondheid-en-ziekte/ziekten-en-aandoeningen/letsels-en-vergiftigingen/priv-ongevallen/omvang/)

[www.nationaalkompas.nl/gezondheid-en-ziekte/ziekten-en-aandoeningen/letsels-en-vergiftigingen/prive-ongevallen/bereik-effecten/](http://www.nationaalkompas.nl/gezondheid-en-ziekte/ziekten-en-aandoeningen/letsels-en-vergiftigingen/prive-ongevallen/bereik-effecten/)

[www.veiligheid.nl/csi/veiligheidnl.nsf/0/570534666D308FE2C1257D3200374EC2/\\$file/Cijfersfactsheet%20Priv%C3%A9-ongevallen.pdf](http://www.veiligheid.nl/csi/veiligheidnl.nsf/0/570534666D308FE2C1257D3200374EC2/$file/Cijfersfactsheet%20Priv%C3%A9-ongevallen.pdf)

[www.kcwz.nl/doc/levensloopgeschied/opplussen/Presentatie\\_Consument\\_en\\_Veiligheid\\_24\\_maart\\_2011.pdf](http://www.kcwz.nl/doc/levensloopgeschied/opplussen/Presentatie_Consument_en_Veiligheid_24_maart_2011.pdf)

[www.eigenhuis.nl/onderhoud-en-verbouwen/zelf-doen/veilig-klussen/klusongelukken/](http://www.eigenhuis.nl/onderhoud-en-verbouwen/zelf-doen/veilig-klussen/klusongelukken/)

[www.veiligheidswijzer.nl/content.php?t=v&type=subjects&id=20](http://www.veiligheidswijzer.nl/content.php?t=v&type=subjects&id=20)

[www.menselijklichaam.com/eerste-hulp-ehbo/wat-te-doen-bij-een-bijna-verdrinking](http://www.menselijklichaam.com/eerste-hulp-ehbo/wat-te-doen-bij-een-bijna-verdrinking)

[www.rodekruis.nl/eerste-hulp/wat-te-doen-bij-vergiftiging?gclid=CMOck7au48ACFY\\_ItAod9BsApA](http://www.rodekruis.nl/eerste-hulp/wat-te-doen-bij-vergiftiging?gclid=CMOck7au48ACFY_ItAod9BsApA)

[www.amc.nl/web/Zorg/Patient/Zoek-op-specialisme/Geriatrie/Patienteninformatie/Valpreventie-bij-ouderen.-Wat-kunt-u-zelf-doen.htm](http://www.amc.nl/web/Zorg/Patient/Zoek-op-specialisme/Geriatrie/Patienteninformatie/Valpreventie-bij-ouderen.-Wat-kunt-u-zelf-doen.htm)

[WWW.NCJ.NL/PROGRAMMALIJN-KENNIS/THEMAS/KNOOPPUNT/ARTIKEL/?ARTID=140&DOSSID=51](http://WWW.NCJ.NL/PROGRAMMALIJN-KENNIS/THEMAS/KNOOPPUNT/ARTIKEL/?ARTID=140&DOSSID=51)

[www.nationaalkompas.nl/gezondheid-en-ziekte/ziekten-en-aandoeningen/letsels-en-vergiftigingen/prive-ongevallen/](http://www.nationaalkompas.nl/gezondheid-en-ziekte/ziekten-en-aandoeningen/letsels-en-vergiftigingen/prive-ongevallen/)

[www.veiligheid.nl/nieuws/vernieuwde-gifwijzer-helpt-ouders-om-huis-veilig-te-maken-en-geeft-ehbo-advies](http://www.veiligheid.nl/nieuws/vernieuwde-gifwijzer-helpt-ouders-om-huis-veilig-te-maken-en-geeft-ehbo-advies)

[www.zelfbeschadiging.info/vergiftigingen-overdosis.html](http://www.zelfbeschadiging.info/vergiftigingen-overdosis.html)

[www.cbs.nl/nl-NL/menu/themas/bevolking/publicaties/artikelen/archief/2007/2007-2141-wm.htm](http://www.cbs.nl/nl-NL/menu/themas/bevolking/publicaties/artikelen/archief/2007/2007-2141-wm.htm)

[www.veiligheid.nl/tips-en-advies/tuinvijver](http://www.veiligheid.nl/tips-en-advies/tuinvijver)