

Gaat u maar zitten

Staan douchen kan voor sommigen gevaar opleveren. Een douchestoel is dan een uitkomst. Deze kan los staan of vast aan de muur worden bevestigd. Bewegingsruimte in de douche is belangrijk: zorg daarom dat de deur naar buiten toe draait, of kies voor schuifdeuren.

Wastafel

Kies voor een hendelkraan op de wastafel, bijvoorbeeld een thermostatische kraan waarmee u de kans op verbranden verkleint. Als lang staan moeite kost en u zittend uzelf wilt wassen, is een platte wasbak zonder onderkastjes praktisch. Voor rolstoelgebruikers is dit absolute noodzaak.

Denk ook aan een grote, hoge spiegel waarin iedereen zich kan zien: klein kind, rolstoelgebruiker en iemand van twee meter of groter.

Bad

Beugels die het in- en uitstappen vergemakkelijken zijn voor veel mensen geen overbodige luxe. Wilt u graag een bad (houden), maar ziet u op tegen de hoge in- en uitstap? Informeer u dan eens naar baden met een waterdicht deurtje.

Toilet

Een wandcloset kunt u op de meest comfortabele hoogte laten plaatsen. Het ziet er fraai uit én is ook nog eens ruimtebesparend. Over besparing gesproken: er zijn extra 'waterzuinige' typen verkrijgbaar, ook als wandcloset. Heel handig is toiletverlichting die automatisch aangaat zodra u de deur opent. De toiletdeur moet trouwens ook altijd van de buitenzijde te openen zijn, bijvoorbeeld in geval van nood. Kunt u uw hand of arm minder goed gebruiken? Overweeg dan een toilet met een douche-föhninstallatie.

Beugels en steunen: extra veiligheid

Ook in beugels en steunen is er tegenwoordig zoveel keus dat er vast een set is die ook in kleur en vorm prima in uw toilet past. Om bukken te voorkomen kunt u ook de toiletborstelhouder op hoogte laten monteren. Nog even iets over maten: in het toilet moet er bij voorkeur zo'n 90 bij 120 centimeter vrije ruimte zijn.

Vloer

Een badkamervloer wordt vaak nat. Ook dan mag de vloer niet glad worden. Kies daarom voor een stroeve vloer. In de praktijk is er volop keus. Laat u hierover goed voorlichten door de vakmensen.

Kijk snel op www.langzultuwonen.nl

Wilt u meer informatie?

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

Laat u ook inspireren door onze andere folders:

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

Folders kunt u aanvragen via www.langzultuwonen.nl

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



Lang zult u wonen
Postbus 489, 7500 AL Enschede
info@langzultuwonen.nl
www.langzultuwonen.nl

Tips voor uw badkamer en toilet

Voor meer comfort en veiligheid



“Ons bad is eruit, we hebben nu een veilige, superdeluxe douche. Heerlijk!”

Kijk snel voor meer informatie op:
www.langzultuwonen.nl

“Met deze badkamer kunnen we heel oud worden”

“Zo mooi kan een veilige bad- en toiletruimte zijn!”

Voor meer comfort en veiligheid

Tine Nijkamp: “We begonnen die badkuip steeds meer een ruimtevreter te vinden. En dan te bedenken dat we bijna nooit toekomen aan uitgebreid badderen; overdag werken we beiden als vrijwilliger en daarnaast hebben we een druk sociaal leven.” Haar man Maarten: “Op tv zagen we een programma over badkamers met onder andere een prachtige doucheruimte. Met douchekoppen boven en aan de zijkanten, met instelbare waterkracht en aparte draaikoppen. We waren meteen verkocht.”

“Deze inlopdouche past perfect in onze badkamer”, aldus Tine. “Als we dat vergelijken met de instapbak die we hadden. Een wereld van verschil! Doordat het bad eruit ging, kregen we ruimte voor een prachtig meubel. Wilde ik altijd al graag. En we hadden ook nog wat budget over voor een andere wens: een wandcloset. Wat is die ruimte daarvan opgeknapt!”

Tine en Maarten Nijkamp hebben hun badkamer en toilet aangepast:

- badkuip verwijderd
- luxe inlopdouche in plaats van douchebak
- badkamermeubel met ladekast
- antislip tegelvloer
- eenhendelmengkraan bij wastafel
- wandcloset met waterbesparende spoeling
- automatische toiletverlichting

“Onze badkamer en toilet zijn nu een stuk comfortabeler,” vertelt Maarten. “Laatst toen ik een verstuipte enkel had na een val bij het fietsen, kon ik toch zo de

douche in. Dat was bij onze vorige douche nog een heel probleem geworden. Met deze badkamer kunnen we hier nog heel lang blijven wonen.”

We gaan dagelijks naar badkamer en toilet, de ruimte waar ook in Nederland nog geregeld ongelukjes en ongelukken gebeuren. Natte, gladde vloeren zorgen voor nare uitglijers en te heet water kan leiden tot verwondingen. Met een paar aanpassingen kan elke badkamer een stuk veiliger en comfortabeler worden gemaakt en ook nog mooier. Fijn, dat veilig en fraai zo goed kunnen samengaan!

Douchebak eruit, inlopdouche erin

Er valt in veel badkamers nog veel te winnen. Wie nog een douchebak heeft, zou eens moeten denken aan een inlopdouche. De badkamer gaat er ruimer uitzien en u bent een vervelende hindernis kwijt. Over de rand van de douchebak is namelijk al menigeen bij het in- of uitstappen vervelend terecht gekomen.

Nooit te heet water

In de doucheruimte kunt u met een paar kleine ingrepen heel wat verbeteren. Denk bijvoorbeeld eens aan een thermostatische douchemengkraan. Bij zo'n kraan stelt u de maximum watertemperatuur vooraf in, bijvoorbeeld 38°C. U weet dan zeker dat het stromende water nooit te heet zal worden. Zorg dat de kraan niet recht onder de douchekop wordt geplaatst. ‘Iemand van buiten’ kan de kraan dan bedienen zonder nat te worden.



1. Antislipvloer

maakt de hele badkamer veiliger.

2. Inlopdouche

in plaats van douchebak, dit voorkomt struikelpartijen.

3. Thermostatische mengkraan

geen kans op brandwonden.

4. Ruimte onder de wasbak

ook voor rolstoelgebruikers.

5. Draaiende douchedeur

naar buiten draaiend zodat meer ruimte vrij blijft in de douche.

6. Wandcloset

op comfortabele hoogte: de ideale brilhoogte ligt tussen 46 en 52 centimeter.

Badkamer- en toilettip

Het ziet er vaak mooi uit, zo'n losliggende mat midden in de badkamer of bij de closetpot, in harmoniserende of juist contrasterende kleur. Maar ... voor veel mensen is zo'n mat of kled al een struikelblok geweest. Kies daarom voor een dunne, vastliggende mat of voor anders gekleurde tegels op die plaats.

Inspiratie opdoen? Zien hoe anderen het hebben gedaan?

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

