

# Woningaanpassingen van A-Z



# Inleiding

Deze publicatie is bedoeld als ondersteuning bij het realiseren van een woningaanpassing in een zelfstandige woning voor volwassenen en kinderen. Heeft u of uw kind een (chronische) ziekte of beperking en worden daardoor problemen ervaren in de woning? Denkt u dat een woningaanpassing een oplossing kan bieden? Dit product over woningaanpassingen wijst de weg in het traject dat doorlopen moet worden wanneer u een woningaanpassing wilt aanschaffen.

## Voorbeelden

Het aanbrengen van woning- aanpassingen is vaak maatwerk. De volgende voorbeelden illustreren dit.

### ■ Voorbeeld 1: een natte cel met plafondlift

Stijn is 4 jaar en woont met zijn ouders in een eengezinswoning in Utrecht. Stijn heeft een spierziekte en zit in een rolstoel. Tot voor kort tilden Stijns ouders Stijn naar boven en hielpen zij hem onder de douche, maar doordat Stijn steeds groter wordt, is dat voor de ouders van Stijn eigenlijk te zwaar. Op de begane grond laten ze een slaapkamer en badkamer voor Stijn bouwen, met een plafondlift, zodat Stijn met de plafondlift van zijn bed direct naar de badkamer kan worden gebracht, zonder dat het zijn ouders teveel kracht kost. Ook hoeft Stijn niet meer naar boven toe. De plafondlift en realisatie van de badkamer en slaapkamer zijn gesubsidieerd door de gemeente (Wmo).



### ■ Voorbeeld 2: een onderrijdbare keuken met verstelbaar werkblad

Els Kok is 38 jaar, alleenstaand en woont in een eengezinswoning in Amerongen. Bij Els is 10 jaar geleden Multiple Sclerose (MS)\* geconstateerd. Els loopt al geruime tijd met krukken, maar haar benen werken steeds minder mee. Els gebruikt daarom vaker een rolstoel. Omdat het ernaar uitziet dat Els op korte termijn alles vanuit haar rolstoel zal moeten doen, wil ze aanpassingen laten aanbrengen. In haar woning moet onder andere de keuken worden aangepast. Het aanrecht is namelijk veel te hoog om er vanuit de rolstoel goed bij te kunnen. De kraan kan ze vanuit de rolstoel niet bedienen. Els heeft zich georiënteerd op diverse keukenaanpassingen en na een gedegen advies een onderrijdbare keuken met een verstelbaar werkblad uitgezocht. Zo kan zij straks met haar rolstoel gemakkelijk onder het aanrecht rijden en een heerlijke maaltijd bereiden!

\* MS, Multiple Sclerose is een chronische ziekte van het centrale zenuwstelsel, waarbij onder andere de spieren steeds slapper worden.

### ■ Voorbeeld 3: traplift

De heer Van Vliet is 70 jaar en woont samen met zijn vrouw in een hoekhuis in Nijmegen. Hij heeft al geruime tijd last van kortademigheid, benauwdheid en astmatische aanvallen. Helaas wordt dit steeds erger. Een kleine wandeling is al genoeg om een paar uur benauwd op de bank door te brengen. Naast wandelen begint ook het traplopen steeds meer een probleem te worden. Dit is lastig omdat de slaapkamer en de douche op de eerste verdieping zijn. Toen de heer van Vliet het probleem besprak met zijn arts kwam een traplift ter sprake. Dat is een rail waarop een stoeltje bevestigd is dat elektrisch bediend kan worden. Op deze manier kan de heer Van Vliet automatisch naar boven of beneden worden gebracht. Een ideale oplossing, en het voordeel is dat de familie nu niet hoeft te verhuizen!

# Inhoudsopgave

Inleiding	2
Stap 1: Is een woningaanpassing iets voor u?	4
Stap 2: Welke oplossing is voor u geschikt?	5
Stap 3: Hoe vraagt u een vergoeding aan?	12
Stap 4: Wat moet u weten bij het aanbrengen van een woningaanpassing?	17
Stap 5 : Voldoet de gerealiseerde woningaanpassing?	18
Adressen en handige websites	19
Colofon	22
BIJLAGEN	23
Bijlage 1	24
Bijlage 2	32
Bijlage 3	37
Bijlage 4	41
Bijlage 5	42

## Stap 1: Is een woningaanpassing iets voor u?

Woningaanpassingen kunnen het leven (weer) een stuk aangenamer maken. Vooral als de aanpassing helpt bij het uitvoeren van activiteiten in huis. Er zijn veel verschillende woningaanpassingen denkbaar. Het kan echter moeilijk zijn om een keuze te maken. Het gaat tenslotte niet alleen om praktische oplossingen voor zaken als opstaan, douchen, toiletgang of bereiden van maaltijden, ook emotionele aspecten spelen een rol. U moet misschien kiezen tussen verbouwen of verhuizen. Hoe zelfstandig wilt en kunt u (uw kind) zijn en in hoeverre bent u bereid uw woning anders in te richten of zelfs te verbouwen?

Als u zich afvraagt wat er nodig is om zelfstandig te kunnen wonen, gaat u uit van de beperkingen en problemen, maar óók van de wensen en (lichamelijke) mogelijkheden. Met behulp van het werkblad mijn situatie (zie bijlage 1) kunt u de problemen en wensen in kaart brengen. Print het werkblad uit en vul het in. Het ingevulde werkblad kunt u gebruiken als u op zoek gaat naar een passende oplossing en bij het aanvragen van een vergoeding.



Een badkamer met erg veel aanpassingen

### Tips

- U kunt gebruik maken van de diensten van een ergotherapeut. Via de huisarts kunt u een verwijzing voor een ergotherapeut krijgen. De meeste zorgverzekeringen vergoeden adviezen van de ergotherapeut. Informeer vooraf bij uw eigen zorgverzekeraar of u in aanmerking komt voor een vergoeding!
- Sta goed stil bij de problemen die u in huis ervaart en bedenk wat er allemaal zou moeten kunnen. Houd bijvoorbeeld een paar dagen een dagboekje bij van dagelijkse handelingen en noteer waar en wanneer daarbij problemen worden ervaren.
- Zoek contact met mensen die een soortgelijke woningaanpassing hebben gerealiseerd. Zijn zij tevreden, en waarmee wel en waarmee niet? Misschien kunt u bij andere mensen thuis eens kijken hoe deze woningaanpassing er in het echt uitziet.
- Probeer in te schatten hoe de toekomst eruit zal zien. U kunt navraag doen bij kinderen/volwassenen met dezelfde beperking, fysiotherapeut, ergotherapeut, revalidatiearts en/of patiëntenvereniging.
- Twee mensen weten meer dan één! Bespreek het werkblad met familie/vrienden. Ook kunt u hulp vragen aan een ergotherapeut, bij een patiëntenvereniging of bij een gehandicaptenplatform in uw buurt (contactgegevens zijn te vinden bij 'Adressen').
- Laat het kind meedenken (indien mogelijk) en zijn/haar voorkeur aangeven. Zij hebben aanpassingen gezien bij vriendjes/vriendinnetjes en weten vaak goed wat zij willen.
- Betrek ook eventueel andere kinderen binnen het gezin bij het zoeken naar een oplossing en het maken van een keuze. Als de aanpassing voor kinderen zonder beperking ook leuk en aantrekkelijk is, ontstaat er meer samenspel tussen de kinderen met en zonder beperking.

## Stap 2: Welke oplossing is voor u geschikt?

Als er een goed beeld is van de knelpunten in huis, kunt u zichzelf afvragen welke activiteit(en) u (uw kind) wilt blijven doen en op welke manier. Stijn (en zijn ouders), uit het eerder genoemde voorbeeld, heeft dit ook gedaan. De vraag van Stijn was: Hoe kan ik met zo min mogelijk hulp van mijn bed naar de badkamer?

In deze stap kunt u bekijken of en welke woningaanpassingen een antwoord bieden op úw vraag. Om dit te bepalen gaat u op zoek naar specifieke informatie over de woningaanpassing(en) die uw belangstelling hebben.

Ga bij het zoeken naar een oplossing niet alleen uit van de huidige behoeften, maar probeer ook voor te stellen hoe u (uw kind) er over 5 tot 7 jaar voor staat. Heeft u (uw kind) tegen die tijd misschien andere problemen en behoeften? Probeer in te schatten wat het hoogst haalbare niveau van functioneren in de toekomst zal zijn. Om een woningaanpassing langere tijd te kunnen gebruiken moet het met de veranderende behoeften 'mee kunnen groeien'. Een vergoeding voor een aanpassing wordt in principe maar eenmaal in de 5 of 7 jaar gegeven.

Gebruikt u (uw kind) hulpmiddelen voor een bepaalde activiteit in huis (bijvoorbeeld een rolstoel)? Ga dan na of deze hulpmiddelen en de uitgezochte woningaanpassing elkaar niet nadelig beïnvloeden. Zo kan het plaatsen van beugels bijvoorbeeld de breedte van een doorgang verkleinen, waardoor u (uw kind) er met krukken, een rollator of een rolstoel niet meer zo gemakkelijk langs kunt.

Aan de hand van voorbeelden beschrijven we vier gezinssituaties en laten we zien hoe zij hun wensen en problemen hebben opgelost middels diverse aanpassingen in en om de woning.

### 2.1 Voorbeelden

#### 2.1.1 Marie, 4 jaar heeft spina bifida

Marie woont samen met haar ouders en zus in een koopwoning. Het is een hoekwoning met een trap tussen de 1e en 2e woonlaag. Gezien haar diagnose zal Marie naar verwachting altijd gebruik maken van een handbewogen rolstoel om zich te verplaatsen. De trap zal ze nooit zelf op/af kunnen. Tot haar 3e jaar werd ze getild, maar dat werd te zwaar. Haar ouders kregen schouder-, nek- en rugklachten. Marie de trap op en af tillen was niet langer veilig. Samen met de gemeente (Wmo) zijn de mogelijkheden bekeken voor een plateaulift, waarmee Marie in haar rolstoel zittend over de trap verplaatst kan worden. De trap in de woning heeft echter een draai waardoor dit niet mogelijk is. In overleg is besloten de bestaande garage naast de woning aan het huis te verbinden. In deze nieuwe ruimte op de begane grond zijn een slaapkamer, badkamer en een berging voor alle hulpmiddelen gemaakt. In de toekomst zal bekeken moeten worden hoe Marie zelf vanuit haar rolstoel bijvoorbeeld in haar bed en douchestoel kan komen. Mogelijk zal er dan gebruik gemaakt moeten worden van een tillift. In de inrichting van de nieuwe slaap- en badkamer is al rekening gehouden met de ruimte die voor het gebruik van de tillift nodig is.



Verbouwde garage waarin op de begane grond een slaapkamer, badkamer en een berging voor alle hulpmiddelen zijn gemaakt.

Momenteel wordt ze gekatheteriseerd door haar ouders, maar als ze ouder wordt zal ze dit zelf gaan leren. In de toekomst zullen haar darmen ook gespoeld gaan worden; eerst door haar ouders, maar later steeds meer door Marie zelf. Hierbij moet ze na het inbrengen van de vloeistof gedurende 30-45 minuten op het toilet zitten. In eerste instantie gebeurde het katheteriseren op bed, maar nu wordt er gebruik gemaakt van een douche-toiletstoel, die over het toilet gereden wordt. Om er voor te zorgen dat Marie zich in de rest van woning kan verplaatsen met haar rolstoel zijn er diverse dingen aangepast.



In de badkamer kan gebruik gemaakt worden van een douchestretcher die voorzien is van een centrale afvoer met opvangbak, zodat het afvalwater direct wordt afgevoerd. Zo kan direct na het wassen op de stretcher afgedroogd worden. Een ander hulpmiddel in de badkamer is een douche-toiletstoel. Dit is een stoel die een goede zitondersteuning geeft. In de muren zijn nissen gemaakt waarin gemakkelijk diverse verzorgingspullen opgeborgen kunnen worden.



Een in hoogte verstelbare wastafel met een kraan die voorzien is van een lange hendel, zorgt ervoor dat de wastafel bruikbaar is vanuit een rolstoel. De kantelbare spiegel zorgt ervoor dat je jezelf ook kunt zien.

### 2.1.2. Inge, 10 jaar is spastisch (cerebrale parese)

Inge woont met haar ouders en oudere zus in een klein, oud huis. Zij hebben een aanbouw laten plaatsen waar de keuken en de woonkamer zijn gemaakt. Voor Inge is op de begane grond een slaapkamer en aangrenzende badkamer gemaakt. Inge verplaatst zich in en om de woning met behulp van een elektrische rolstoel. De entree aan de voorzijde van de woning heeft een vrij hoge opstap. Vanuit de hal is er ook een groot hoogteverschil naar de aanbouw. De elektrische rolstoel kan dit hoogteverschil niet overbruggen. De hal is echter te klein om een hellend vlak te gebruiken. Tevens wordt daarmee het gebruik van de deur van o.a. het toilet onmogelijk gemaakt. Doordat er een pad naast de woning is, die de straat met de achtertuin verbind, is er voor gekozen om Inge altijd via de achterzijde de woning in/ uit te laten gaan. Het hoogteverschil tussen de aanbouw en de hal, waar ze doorheen moet om naar haar slaapkamer te komen, is opgeheven door middel van een hellend vlak.

Toen ze nog een peuter was konden haar ouders haar nog goed wassen in een babybadje of mee nemen in bad, maar daar is ze allang veel te groot voor. Inmiddels maakt ze gebruik van een douchestoel die haar de benodigde ondersteuning biedt. Haar ouders vinden het niet praktisch om haar, als ze nat is na het douchen, op haar bed te moeten afdrogen, want dan wordt haar bed helemaal nat.

Ze hebben een grote aankleedtafel gemaakt waar ze haar nu op kunnen afdrogen en aan/uitkleden. Inge kan niet meehelpen bij het maken van transfers en is veel te groot en zwaar om nog getild te worden. Er wordt voor de transfers gebruik gemaakt van een plafondlift. Hier is in overleg met de gemeente voor gekozen, omdat dit type lift de minste ruimte inneemt bij het gebruik en er is geen ruimte nodig om te stallen. Een verrijdbare tillift was gezien de beschikbare ruimte niet mogelijk. Inge is op een leeftijd waarbij ze zich met vriendinnen/ haar zus terug wil kunnen trekken op haar eigen kamer. Veel kinderen met een handicap hebben, doordat ze naar het speciaal onderwijs gaan, ook vrienden die een handicap hebben. De slaapkamer wordt daardoor op latere leeftijd deels ook een woonkamer waar een jongere zich terug wil kunnen trekken. Deze ruimte moet dan groot genoeg zijn voor twee personen die gebruik maken van een verplaatsingshulpmiddel.



Een elektrische in hoogte verstelbaar bed vergemakkelijkt de verzorging voor de ouders. Een plafondlift brengt het kind van het bed naar de badkamer. Op deze manier hoeft ze niet getild te worden.



De tuin is zodanig aangelegd dat het hoogte verschil in stappen wordt overbrugd. De verhoogde plantenbakken zorgen ervoor dat je veilig met de rolstoel kan verplaatsen en niet in de aarde vast komt te zitten.



Een hoogteverschil wordt middels een hellend vlak overbrugd. Zorg ervoor dat de helling niet te stijl is. Het kind moet het hellende vlak zelf kunnen overbruggen

### 2.1.3 Peter, 6 jaar heeft een ontwikkelingsachterstand waarvan de oorzaak onbekend is

Peter woont samen met zijn ouders, broer en zus in een geschakelde woning met 3 woonlagen. Peter kan zich niet zelf verplaatsen en wordt nog geheel door zijn ouders geholpen met alles. Zijn ontwikkelingsachterstand is dusdanig groot dat zijn ouders hem niet meer op een gewone manier kunnen verzorgen. In overleg met de gemeente (Wmo) is besloten, ondanks dat de diagnose niet bekend is, toch de woning aan te gaan passen, omdat zijn ouders hem anders niet langer thuis kunnen verzorgen.

De trap in de woning is recht waardoor het mogelijk is een plateaulift te plaatsen die het verplaatsen over de trap zittend in de rolstoel mogelijk maakt. Zo kan Peter zelfstandig van de benedenverdieping naar boven.



Omdat Peter al groot en zwaar is, maar de beschikbare ruimte in de slaapkamer beperkt is, is er gekozen voor een plafondlift. De badkamer wordt gebruikt door het hele gezin. Zij moeten dus ook gebruik kunnen maken van de douche zonder dat de douchestretcher, waarop Peter gewassen wordt, in de weg staat. Een opklapbare stretcher biedt een goede oplossing. Door middel van het in hoogte verstelbaar maken van de wastafel kan het hele gezin ook hiervan gebruik maken.

Een plafondlift kan iemand 'tillend' van de ene naar de andere ruimte verplaatsen. Dit kan een uitkomst zijn als er beperkte ruimte beschikbaar is. Door middel van kruispunten kan er van richting veranderd worden binnen dezelfde ruimte. Ook als een dragend deel in de muur tussen twee ruimtes de rail onderbreken, zijn er oplossingen mogelijk. Vraag advies bij een leverancier van plafondliften.



#### 2.1.4 Suzanne, 5 jaar is spastisch (cerebrale parese) en heeft epilepsie

Suzanne woont met haar ouders en oudere broer in een eengezinswoning. Suzanne kan zich momenteel met behulp van een achterwaartse rollator binnenshuis verplaatsen. Traplopen is motorisch heel moeilijk en lukt niet vanwege het tekort aan stabiliteit, wat ze op kan bouwen in stand. Het is de verwachting dat ze rond de puberteit te zwaar gaat worden om zich nog lopend met een rollator te kunnen verplaatsen. Ze zal dan gebruik gaan maken van een rolstoel. Ze zal dan ook met de rolstoel op de bovenverdieping moeten kunnen komen en zich daar kunnen verplaatsen. De trap in de woning is niet geschikt voor een plateaulift, waar de rolstoel op kan. Uiteindelijk is er door haar ouders en de gemeente (Wmo) besloten om een aanbouw op de begane grond te maken waarin een slaapkamer en badkamer voor Suzanne worden gemaakt.

Haar ouders slapen op de eerste verdieping. Er is een camerabewakingssysteem aangevraagd via de zorgverzekering zodat haar ouders Suzanne ook 's nachts in de gaten kunnen houden zonder dat ze elke keer uit bed hoeven. Zo slaapt iedereen rustig en worden haar ouders tijdig gealarmeerd als Suzanne een aanval heeft. De ruimtes in de woning waar Suzanne moet komen zijn geschikt om een tillift te gebruiken. De gemeente (Wmo) stelde dat een verrijdbare tillift de goedkoopst adequate oplossing is. De ouders hebben aangegeven dat ze de voorkeur geven aan een plafondlift, omdat ze deze prettiger vinden in het gebruik en deze minder ruimte inneemt. Zo blijft er meer tuin over doordat de aanbouw kleiner kan blijven. In overleg is besloten dat de ouders de meerprijs voor het plafondliftsysteem zelf betalen. Ze hebben er nu voor gekozen dat ze alleen de plafonds aanpassen zodat deze een dergelijke constructie kunnen dragen. De plafondlift wordt pas later geplaatst omdat deze nu nog niet nodig is. In de badkamer is er ruimte beschikbaar zodat er in de toekomst een douchestretcher gebruikt kan worden.



Nu voldoet een douchestoel prima. Ook het toilet is nu met simpele middelen uit de bouwmarkt aangepast, maar is wel dusdanig aangelegd dat er in de toekomst een toiletstoel overheen geplaatst kan worden. Zo weten haar ouders zeker dat Suzanne de hulp kan krijgen die ze nodig heeft, maar ook zoveel mogelijk zelf kan doen.



Tussen de slaapkamer en de badkamer is een schuifdeur geplaatst. Dit neemt minder ruimte in. Door een verticaal geplaatste handgreep op de deur te plaatsen is de deur makkelijker open/dicht te doen.

In de douche zijn twee douchestoelen met ieder een eigen douchekop en glijstang geplaatst. Zo kan de ouder samen met het kind douchen en het kind helpen met wassen. Bij het toilet is een toiletverkleiner met trapje geplaatst. Zo kan het kind met minimale hulp op en van het toilet komen. Het aankleedkussen achter de toiletbril geeft steun aan de rug van het kind.



Het terras, de tuin en het huis met de uitbouw zijn goed op elkaar afgestemd zodat ook in een rolstoel zelfstandig gebruik gemaakt kan worden van een deel van de tuin. Dit is onder andere gedaan door trapjes en drempels te vermijden en brede paden aan te leggen. >



## Tips

- Laat de ruimte er zo min mogelijk ‘aangepast’ uit zien en geef de kamer een brede functionaliteit. Plaats bijvoorbeeld een televisie in de aangepaste slaapkamer zodat alle kinderen van het gezin samen televisie kunnen kijken.
- Houdt rekening met een stukje privacy, ook voor kinderen.
- Is een snelle oplossing gewenst? Dan is een tijdelijke aanbouw (woonunit) wellicht een oplossing.

## 2.2 Verschillende soorten oplossingen

Er zijn veel verschillende woningaanpassingen op de markt. Door het grote aantal mogelijkheden kunt u vaak kiezen uit meerdere oplossingen. Er zijn eenvoudige woningaanpassingen (bijlage 2) die u zelf kunt realiseren en oplossingen voor complexe(re) problemen (bijlage 3) waarbij het inwinnen van advies aan te bevelen of noodzakelijk is.

### 2.2.1 Eenvoudige woningaanpassingen

Het loont de moeite eerst na te gaan wat de mogelijkheden zijn om zelf uw probleem in huis te verhelpen. Gaat dit gemakkelijk? Dan komt u waarschijnlijk niet in aanmerking voor een vergoeding van de woningaanpassing. In dat geval kunt u zelf op zoek gaan naar een oplossing en hoeft u geen (soms langdurige) aanvraagprocedure op te starten.

Voorbeelden van eenvoudige oplossingen zijn:

- Vaak is het mogelijk uw meubels in de woning slimmer op te stellen (of te vervangen) en zodoende een verbetering in uw leefsituatie te realiseren. Bekijk met familie of vrienden de mogelijkheden of vraag advies aan een ergotherapeut of binnenhuisarchitect met ervaring op dit gebied.
- Maak gebruik van meubels op wieltjes, waardoor ze makkelijk te verplaatsen zijn.
- Kijk voor meer voorbeelden op de overzichtsjijst “zelf te realiseren woningaanpassingen” in Bijlage 2.

### 2.2.2 Oplossingen voor complexe problemen

Als u op langere termijn niet uit de voeten kunt met aanpassingen die zelf aan te brengen/realiseren zijn, dan biedt een grotere (complexere) aanpassing mogelijk uitkomst. Er zijn verschillende mogelijkheden denkbaar: van een beugel (in toilet of douche) die aan de muur wordt gemonteerd tot een (complete) uitbouw aan uw woning. U kunt u laten adviseren door een ergotherapeut of een bouwkundig adviseur die gespecialiseerd is in dit soort woningaanpassingen. Zeker als u voor verschillende activiteiten aanpassingen nodig heeft, zijn zij in staat de mogelijkheden te overzien.

Voorbeelden van dit soort aanpassingen zijn:

- Drempels verwijderen, zodat u daarvan niet langer hinder ondervindt bij het gebruik van een rollator of rolstoel.
- Het aanbrengen van een traplift, zodat u zonder traplopen naar boven en beneden kunt.
- Kijk voor meer voorbeelden op de overzichtsjijst “complexe woningaanpassingen, waarbij deskundig advies gewenst is” in Bijlage 3.

### 2.3 Hoe maakt u een weloverwogen keuze?

U kunt zich laten adviseren door een ergotherapeut. (Bij voorkeur een ergotherapeut die ervaring heeft met woningaanpassingen en met de beperking van u (uw kind) en u deskundig kan adviseren over de benodigde aanpassingen.) De ergotherapeut kan de belangrijkste knelpunten in uw woning en mogelijke oplossingen omschrijven. Het gaat om een programma van eisen voor de activiteiten van het dagelijks leven. Bij het opstellen van het eisenpakket is het belangrijk dat u (uw kind) de eigen mogelijkheden optimaal kan benutten. Voor de verzorgers is het belangrijk dat zij in een zo min mogelijke belastende houding kunnen helpen/verzorgen.

Neem rustig de tijd voordat u beslist welke aanpassingen u wilt laten uitvoeren. Vraag u hierbij af welke oplossing het meest praktisch is in uw woning. Werk een aantal oplossingsmogelijkheden uit. Gebruik daarvoor een plattegrond van uw woning om de huidige situatie te bestuderen, en geef op een kopie van deze plattegrond aan wat de nieuwe situatie wordt. Er is een ontwerpinstrument (bijlage 4) beschikbaar die u hierbij kunnen helpen.

Bij montage van hulpmiddelen in een ruimte (bijvoorbeeld een traplift) en bij verbouwing van het huis is het verstandig en vaak zelfs noodzakelijk hiervoor ook een aparte tekening te (laten) maken, waarin de technische specificaties weergegeven worden. Hiervoor kunt u de hulp inroepen van een bouwkundig adviseur of architect.

Soms kan het (financieel) aantrekkelijker zijn om te kiezen voor een minder zelfstandig leven. U kunt hierbij denken aan het aanvragen van hulp of zorg, maar soms is verhuizen de beste optie. Vraag hulp bij het maken van deze moeilijke afwegingen (van een familielid of adviseur).

#### Tip

- Aedes-Actiz Kenniscentrum Wonen-Zorg heeft een uniek online programma voor het ruimtelijk ontwerpen van zorgwoningen. Dit programma geeft professionals inzicht in de ruimte die nodig is bij de ontwikkeling van zorg-woningen. Zie voor meer informatie [www.zorginwoningen.nl](http://www.zorginwoningen.nl).

## Stap 3: Hoe vraagt u een vergoeding aan?

U kunt bij uw gemeente een aanvraag indienen als u in aanmerking wilt komen voor een vergoeding van de woningaanpassing. Het aanvragen van woningaanpassingen valt binnen de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo). De gemeente beslist uiteindelijk of u een woningaanpassing vergoed krijgt, welke aanpassing u vergoed krijgt en indien van toepassing, hoeveel u eventueel zelf moet bijbetalen.

Woningaanpassingen zijn vaak niet binnen enkele weken of maanden te realiseren. Tussen de aanvraag en het in gebruik kunnen nemen van de aanpassing kan veel tijd zitten. Heeft u hulp nodig bij de procedure, meldt u dan aan bij een MEE-organisatie in uw omgeving.

Om uzelf voor te bereiden en te oriënteren op het traject van aanvragen, kunt u gebruik maken van de volgende

### Tips

- Bedenk dat de gemeente de goedkoopste adequate oplossing vergoed. U krijgt niet altijd wat u in eerste instantie heeft aangevraagd. Als de kosten een probleem vormen, dan kunt u vragen of de door u gewenste aanpassing gerealiseerd kan worden met een bijbetaling.
- Leg alle afspraken schriftelijk vast en houd uw eigen dossier bij. Bewaar alle brieven en andere documenten van de indicatiesteller, de gemeente en u zelf. Zo kunt u alles rustig nakijken en in het geval van problemen deze stukken als bewijs aanleveren.
- Neem iemand mee tijdens het indicatiegesprek. Twee mensen weten meer dan één! Maak zo nodig aantekeningen tijdens het gesprek.
- Als u bezwaar wilt gaan maken, laat dan eerst door een deskundige een second opinion opstellen. Hiermee kunt u soms aantonen dat de gemeente in gebreke blijft.
- Als u spoedig een oplossing nodig heeft kunt u een brief schrijven naar het college van burgemeester en wethouders in uw gemeente. Zij kunnen in geval van (hoge) uitzondering de hardheidsclausule toepassen (een rechtstreekse toewijzing). Dit gebeurt alleen in hele uitzonderlijke gevallen en is een lang traject.
- Informeer tussentijds regelmatig naar de stand van zaken van uw aanvraag. Vraag allereerst om een vaste contactpersoon bij de gemeente. U hoeft dan niet telkens opnieuw uw situatie uit te leggen. Bovendien kunt u aan de contactpersoon (bijvoorbeeld Wmo-consulent) vragen hoe lang het duurt voordat u antwoord krijgt op uw aanvraag en wat u nadien kunt verwachten.

### 3.1 Wet- en regelgeving

In Nederland is het mogelijk om door de gemeente voorzieningen zoals (complexe) woningaanpassingen vergoed te krijgen. De vergoeding van deze voorzieningen is bepaald in de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo). Deze wet heeft als doel mensen met een functiebeperking zo zelfstandig mogelijk te laten deelnemen aan het sociale en maatschappelijke leven. Wanneer u door een woningaanpassing langer zelfstandig thuis kunt blijven wonen, kunt u een beroep doen op deze wet.

#### 3.1.1 De Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo)

De Wmo is een raamwet. Dit betekent dat gemeenten, binnen de wettelijk gestelde grenzen, zelf de regels (het beleid) voor vergoeding van woningaanpassingen mogen bepalen. Die regels worden vastgesteld in de gemeentelijke verordening. Met andere woorden: wat de ene gemeente wel vergoedt, valt in de andere gemeente misschien buiten de regeling.

De volgende regels gelden echter in alle gemeenten:

- De woningaanpassing moet een individuele voorziening zijn. Dat wil zeggen: het biedt voor één persoon een oplossing. Zodra de aanpassing voor 'iedereen' een verbetering is en bovendien in de reguliere handel te koop is (bijvoorbeeld een thermostatische mengkraan) ziet de gemeente de aanpassing als algemeen gebruikelijk en wordt deze niet via de Wmo vergoed.
- De gemeente vergoedt slechts (gedeeltelijk) de goedkoopst adequate oplossing. Het kan betekenen dat het geven van een vergoeding voor verhuiskosten de goedkoopst adequate oplossing is. De gemeente vraagt u dan te verhuizen naar een woning die beter geschikt is voor u (uw kind). Hierbij moet de gemeente rekening houden met uw sociale omstandigheden: de oplossing moet immers voor uw situatie geschikt zijn.

De gemeente kan de woningaanpassing in verschillende vormen vergoeden:

- Een algemene woonvoorziening; bijvoorbeeld het realiseren van een algemene lift in een wooncomplex/flat.
- Een woonvoorziening in natura; dit betekent dat de gemeente bijvoorbeeld een onderrijdbare keuken in uw woning plaatst.
- Een persoonsgebonden budget voor een woonvoorziening; de gemeente geeft u een standaard bedrag om de gevraagde woningaanpassing te realiseren.
- Een financiële tegemoetkoming in de kosten van een woonvoorziening; u ontvangt een bedrag dat besteed kan worden aan een woningaanpassing.

### 3.1.2 Financiële weetjes

- Als u in een huurhuis woont, dient de verhuurder de woningaanpassing aan te brengen. Een deel van de kosten kan de gemeente verhalen op de verhuurder. In veel gevallen zal de verhuurder deze kosten bij u in rekening brengen in de vorm van een huurverhoging. Informeer of dit gebeurt. Dit voorkomt onaangename verrassingen. De huurverhoging kan voor een deel ongedaan worden gemaakt, door meer individuele huursubsidie aan te vragen. De netto huurverhoging, dus na aftrek van de extra huursubsidie, mag nooit uw financiële draagkracht te boven gaan.
- De gemeente kan om een eigen bijdrage vragen voor de tegemoetkoming in de kosten voor woningaanpassingen. De eigen bijdrage is afhankelijk van uw inkomen en is per gemeente verschillend, maar heeft wel een landelijk vastgesteld maximum.
- De financiële bovengrens voor woonvoorzieningen wordt jaarlijks vastgesteld. Als de woningaanpassing hoger begroot is komt u dus zeker niet in aanmerking voor een gedeeltelijke vergoeding. Dure woningaanpassingen worden vooral gesubsidieerd als daarmee een nog duurdere voorziening als verpleging in een AWBZ-instelling (woonvorm of zorgcentrum) wordt voorkomen. Er wordt alleen bij hoge uitzondering van deze regel afgeweken. De eigen bijdrage kan, afhankelijk van uw inkomen, vele duizenden euro's bedragen.
- De kosten voor woningaanpassingen zijn aftrekbaar bij de belasting via aftrek buitengewone uitgaven. Dit kan alleen als de woning op medisch voorschrift wordt aangepast. Bovendien is de eigen bijdrage aftrekbaar bij de belasting. Let wel op: uw woning mag door de aanpassing niet meer dan 10% van de aanpassingskosten in waarde stijgen. Is dit wel het geval dan geldt een ingewikkelde berekening. Het is aan te raden hiervoor advies in te winnen bij een belastingadviseur. Bij Adressen kunt u websites vinden waar meer informatie hierover is opgenomen.
- Wanneer u niet meer in uw huidige woning kunt blijven wonen, kunt u een tegemoetkoming in de verhuiskosten aanvragen bij uw gemeente (Wmo). U moet dan bij uw woningbouwvereniging een medische urgentie aanvragen. Dit is alleen mogelijk als u verhuist naar een zelfstandige woonruimte, dus niet als u gaat wonen in een AWBZ-instelling. U dient de vergoeding vóór de verhuizing aan te vragen, zodat de gemeente de noodzaak voor verhuizing kan vaststellen.



Het hoogte verschil tussen de straat en de entree van de woning is opgelost middels een licht hellend pad. De opstaande randen zorgen ervoor dat je niet met de rolstoel vast komt te zitten in de aarde.

### 3.2 Het aanvraagtraject

Als u weet welke woningaanpassing u wilt gaan aanvragen en waarom u dat wilt, dan kunt u de aanvraag in gang zetten.

#### 3.2.1 Aanvraag indienen bij de gemeente

Informeer bij de afdeling Wmo van uw gemeente naar de procedure “Aanvraag Wmo woningaanpassingen”. Vaak moet u hiervoor een standaardformulier invullen. Op het formulier staat vermeld welke aanvullende informatie nodig is (bijvoorbeeld een verwijsbrief van de huisarts/specialist of inkomensgegevens). Probeer zo duidelijk mogelijk te omschrijven wat uw hulpvraag is: Voor welk probleem zoekt u een oplossing en aan welke voorwaarden moet deze oplossing voldoen? Om de gemeente te overtuigen van de noodzaak van de aangevraagde aanpassing is een goede motivatie bij uw aanvraag belangrijk. Beschrijf kort en bondig waarom u de aanpassing noodzakelijk acht. U kunt daarbij de gegevens uit het ingevulde werkblad ‘mijn situatie’ gebruiken, uit stap 1. Vul de onderbouwing zo nodig aan met foto’s van de huidige situatie (leg duidelijk vast waar het probleem schuilt). Voeg ook een verklaring toe van de behandelend arts, ergo- of fysiotherapeut of medisch specialist. In deze verklaring kunnen zij uitleggen waarom u (uw kind) de woningaanpassing (medisch gezien) nodig heeft.

#### Tips

- Bewaar altijd zelf een kopie van het aanvraagformulier met de bijlagen, voor het geval er iets mis gaat of zoek raakt.
- Laat deskundigen naar de bouw- en kostentechnische consequenties van uw ideeën kijken. Zo staat u sterker tegenover degenen die uw aanvraag behandelen. Dit kan bijvoorbeeld met behulp van het ontwerpinstrument.
- Vraag de gemeente een ontvangstbevestiging te sturen zodra de aanvraag binnen is. Na een week kunt u contact opnemen met de gemeente om te vragen of uw aanvraag voldoet aan alle eisen. Is dit niet het geval, dan kunt u de ontbrekende informatie nazenden en voorkomt u mogelijk een grote vertraging van uw aanvraag.

#### 3.2.2. Intakegesprek bij de gemeente

De gemeente toetst uw aanvraag. Dat wil zeggen: ze beoordeelt of uw aanvraag voldoet aan alle eisen. Deze toetsing vindt vaak, afhankelijk van uw aanvraag, plaats via een intakegesprek (een kennismakingsgesprek). Als de aanvraag compleet is, volgt een gesprek met een indicatiesteller/ -adviseur.

#### 3.2.3 Indicatiegesprek/huisbezoek

Na de eerste toetsing door de gemeente neemt een indicatiesteller/-adviseur contact met u op. De indicatiesteller voert een gesprek met u (en uw kind) om te beoordelen of u in aanmerking komt voor de door u aangevraagde voorziening. Afhankelijk van uw vraag gaat de indicatiesteller in op de problemen,

wensen en mogelijkheden.

Het gesprek vindt thuis, bij de gemeente of telefonisch plaats. Naast een gesprek met de indicatiesteller kan ook een medisch onderzoek door een arts plaatsvinden. Aan de hand van het gesprek en het eventuele onderzoek wordt bepaald waar u (uw kind) recht op heeft.

## Tips

- Probeer bij de indicatie uw hulpvraag zo duidelijk mogelijk te verwoorden. Stel de situatie niet beter of slechter voor dan dat hij werkelijk is. Geef de indicatiesteller bij het eerste gesprek ook alle kopieën van uw eigen voorbereiding: de omschrijving, inclusief foto's, van de (probleem) situatie en, indien u al zover bent, een omschrijving van de door u voorgestelde oplossing (inclusief onderbouwing).
- Vraag de indicatiesteller om een kopie van de rapportages. Bespreek of u mag reageren, voordat het advies doorgestuurd wordt naar de gemeente. De indicatiesteller is overigens wel gemachtigd het rapport zonder uw toestemming door te sturen naar de gemeente.

### 3.2.4. Specificatie woningaanpassing: een gemeentevorstel

Als de indicatiesteller vaststelt dat u (uw kind) op medische gronden een voorziening nodig heeft, stelt hij / zij een advies op aan de gemeente. Het advies van de indicatiesteller bevat een voorstel voor een bepaalde woningaanpassing. Voordat de gemeente beslist of u in aanmerking komt voor vergoeding, moet eerst duidelijk zijn hoeveel de aanpassing gaat kosten. Om hierachter te komen stelt de gemeente een voorstel op met een bijbehorend programma van eisen, dit wordt ook wel een principevoorstel genoemd. Het voorstel kunt u op uitdrukkelijk verzoek met de gemeente bespreken. Er kunnen dan eventueel nog wijzigingen worden doorgevoerd, echter dat is niet meer zo gemakkelijk. Mocht u uiteindelijk niet akkoord gaan met de voorgestelde oplossing dan wordt de aanbesteding stopgezet. De gemeente brengt u hiervan schriftelijk op de hoogte.

U kunt, als de gemeente zijn budget dreigt te overschrijden, aanbieden zelf een deel van de woningaanpassing te realiseren. Overleg met uw gemeente wat er mogelijk is.

### 3.2.5. Offertes (prijsopgaven) opvragen en indienen

Aan de hand van het principevoorstel vraagt u of uw gemeente offertes aan voor de woningaanpassing. De procedure verschilt voor huur- en koopwoningen.

In geval van een huurwoning vraagt de gemeente de woningcorporatie een offerte uit te brengen voor het realiseren van de aanpassing. De woningcorporatie regelt dan verder de aanvraag met de gemeente.

In geval van een koopwoning moet u zelf offertes opvragen bij minimaal twee verschillende aannemers. Meestal kunt u deze zelf selecteren. Vraag naar de ervaring die een aannemer heeft met woningaanpassingen. Soms werkt een gemeente met vaste, gecontracteerde aannemers, dan bent u verplicht bij deze aannemers een offerte op te vragen. De aannemer dient rekening te houden met het programma van eisen van de gemeente en met aanvullende eisen van bijvoorbeeld een welstandscommissie, de brandweer en de toetsingscommissie bouwzaken. Bespreek in geval van een aanbouw de plannen met de aannemer en een bouwkundige om ervoor te zorgen dat de aannemer goed weet wat de bedoeling is. De door u ontvangen offertes dient u vervolgens door te sturen naar de gemeente ter beoordeling. In sommige gevallen zult u de afdeling bouw en woningtoezicht van de gemeente ook schriftelijk op de hoogte moeten stellen van de bouwplannen en een vergunning aan moeten vragen. Hiervoor heeft u bouwtekeningen nodig.

Op het moment van indienen van offertes en bouwplannen lopen er feitelijk meerdere aanvragen tegelijk bij de gemeente. Bij de afdeling Wmo heeft u om vergoeding van de woningaanpassing gevraagd, daarom hebben zij de offerte nodig. Bij een ingrijpende verbouwing vraagt u bij de afdeling bouwzaken toestemming om de woning te mogen verbouwen.

U moet technische tekeningen van de plannen indienen om deze vergunning te krijgen. Houd er rekening mee dat de afdeling bouwzaken geen inzicht krijgt in uw dossier dat beheerd wordt door de afdeling Wmo (ter bescherming van uw privacy).

Voor de afdeling bouwzaken dient u met uw bouwplannen en offerte dus een nieuwe (aparte) aanvraag in. Voor deze aparte aanvraag wordt een apart dossier gemaakt en een ander beoordelingstraject gevolgd dan de aanvraag voor de vergoeding.

## Tips

- Het is verstandig aannemers te benaderen die ervaring hebben met woningaanpassingen.
- Controleer de offerte van de aannemer goed (of laat dit doen door een bouwkundig adviseur). Aannemers die geen ervaring hebben met specifieke woningaanpassingen kunnen moeite hebben met het omzetten van het programma van eisen in een offerte.

### 3.2.6. Vaststelling definitieve beschikking (woningaanpassing)

Op grond van het advies van de indicatiesteller en de offertes neemt de gemeente een besluit dat schriftelijk aan u wordt meegedeeld (dit wordt een beschikking genoemd). Wees mondig naar de betrokken instanties. Neem niet zonder meer genoegen met wat u in eerste instantie aangeboden wordt als u daar zwaar gegronde bezwaren tegen heeft. Bent u het niet eens met de beschikking dan kunt u binnen zes weken een bezwaarprocedure opstarten. Het is verstandig om uw bezwaren goed te motiveren en redenen te geven waarom de voorgestelde aanpassing niet adequaat is. De gemeente houdt geen rekening met woonwensen en vergoedt alleen de goedkoopste aanpassingen die noodzakelijk zijn voor het dagelijks functioneren. Wordt de bezwaarprocedure niet naar tevredenheid afgerond, dan kunt u daarna nog in beroep gaan. Hoe dit in zijn werk gaat, staat in de regeling 'Bezwaar en beroep' van de gemeente waar u de aanvraag heeft ingediend.



Een kamer voor een kind met beperkingen kan ook echt een kinderkamer zijn als daar bij het ontwerp en de inrichting rekening mee wordt gehouden.



## Stap 4: Wat moet u weten bij het aanbrengen van een woningaanpassing?

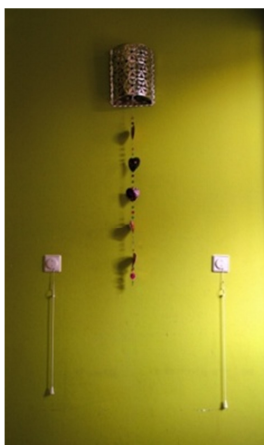
Na de definitieve beschikking wordt begonnen met de bouwtechnische uitwerking van de plannen. Indien een bouwvergunning noodzakelijk is en deze is verleend, kan de aanpassing gerealiseerd worden.

Controleer de plannen, inclusief de begrote kosten, voordat het ingehuurd bedrijf begint met het aanbrengen / bouwen van de woningaanpassing. Maak afspraken met de aannemer over de wijze van uitvoer en de tijdsduur en zet deze afspraken in een schriftelijke overeenkomst. Bij complexe aanpassingen is het verstandig een onafhankelijke bouwkundige de bouw te laten begeleiden. Als er acute problemen zijn dan kunnen deze snel worden opgepakt. Zorg dat er altijd iemand bij u thuis aanwezig is als de aannemer aan het werk is.

### Tips

- Om te voorkomen dat bijvoorbeeld de gehele woning onder het stof komt is het verstandig goede afschermvoorzieningen aan te brengen.
- Bekijk of de woningaanpassing is aangebracht zoals afgesproken en test de aanpassing zelf. U kunt dan aangeven of het naar wens is. Wanneer dit niet het geval is dan kan het ongemak wellicht direct verholpen worden. Let op: er hoort altijd een opleveringsmoment te zijn waarbij u de kans krijgt om gebreken ter sprake te brengen. Doet u dit in een later stadium, dan is het vaak moeilijker om noodzakelijke wijzigingen kosteloos vergoed te krijgen. U kunt voor de zekerheid een foto maken van het defect, als u deze al direct bij de oplevering constateert.
- Vraag de aannemer of de leverancier van de aangebrachte aanpassing om een uitleg hoe u deze dient te gebruiken.
- Informeer goed hoe het onderhoud geregeld is wanneer de aanpassing een aan de woning gemonteerd hulpmiddel of apparaat betreft. Welk onderhoud is nodig? Wie moet er voor zorgen dat het gebeurt? Wie moet daar voor betalen?

Als de aanpassing is gerealiseerd vindt de administratieve verwerking plaats. Hierbij worden alle financiële zaken op een rij gezet.



Een lichtschakelaar met een touwtje zorgt ervoor dat je vanuit een zittende positie de lichtschakelaar kunt bedienen. <



Om ervoor te zorgen dat het water uit de badkamer wordt tegengehouden is het plaatsen van een drempel vaak noodzakelijk. De drempel loopt wat rond. Door de vorm is de drempel gemakkelijk te overbruggen met een rollator of rolstoel.

## Stap 5: Voldoet de gerealiseerde woningaanpassing?

### Genieten van uw nieuwe woning met woningaanpassing!

Als u (uw kind) de aanpassing gebruikt, kunt u na enige tijd nagaan hoe deze aanpassing bevalt. Zijn de problemen met de komst van de aanpassing opgelost of moet er meer gebeuren?

Als er problemen worden ervaren met de uitgevoerde aanpassing of als u vragen heeft omdat u niet weet wat u moet doen in een bepaalde situatie, neem dan contact op met uw gemeente, lokale belangenvereniging of MEE (onafhankelijke adviseurs). U kunt ook contact opnemen met een ergotherapeut of met de leverancier van de woningaanpassing / hulpmiddel. Een ergotherapeut kan u (uw kind) leren omgaan met de aanpassingen. De leverancier kunt u benaderen als u specifieke vragen heeft over het hulpmiddel (of de aanpassing) die hij /zij u geleverd heeft.

Naast het evalueren van de uiteindelijk gerealiseerde woningaanpassing kunt u ook het traject van aanvraag tot de ingebruikname evalueren. Hoe hebt u dit traject ervaren? Wat gaat u een volgende keer anders aanpakken? Het evaluatieformulier (bijlage 5) helpt u uw ervaringen op een rijtje te zetten. U kunt het gebruiken in uw communicatie naar gemeente of leverancier.

Uw situatie kan veranderen. Als u nu tevreden bent met de aanpassing, kan het zijn dat dit over een tijd niet meer zo is. Wanneer dit gebeurt kunt u dit kenbaar maken aan de gemeente (afdeling Wmo). Er wordt dan opnieuw naar uw situatie gekeken.

### Tips

- Uw woning is goed aangepast, maar hoe zit het met uw straat en de rest van uw omgeving? Heeft u problemen vanwege bijvoorbeeld slecht onderhoud van bestrating of door losliggende tegels of spullen? Dan kunt u de gemeente op de hoogte brengen van uw problemen / wensen met betrekking tot de openbare ruimte. Als er bijvoorbeeld stoeptegels los liggen, kunt u dat aangeven zodat de straat weer hersteld kan worden. In de gemeentegids staat meestal beschreven waar u dit soort problemen kunt melden.
- Vilans heeft enkele brochures met informatie over oplossingen in en om het huis. Deze zijn:  
De keuken te lijf! - zelfstandig met keukenhulpmiddelen  
Hulpmiddelen voor bad, douche en toilet - verkenning van oplossingen

# Adressen en handige websites

Deze publicatie is gemaakt om u te ondersteunen bij het realiseren van een woningaanpassing in uw eigen woning. Op de website vindt u algemene informatie. Let wel op dat de regelingen per gemeente kunnen verschillen; laat u daarom goed informeren. Als u meer informatie wilt over woningaanpassingen dan kunt u via de volgende organisaties informatie vinden die u verder kan helpen.

Voor informatie over de regelingen en voorbeelden van gerealiseerde woningaanpassingen bij u in de buurt, neemt u contact op met uw gemeente (afdeling Wmo), de belangenvereniging in uw buurt (gehandicaptenplatform), SWO of Thuiszorgorganisatie. Kijk in het telefoonboek voor contactgegevens.

## Vilans

Vilans verzamelt, bewerkt en verspreidt toepasbare kennis waarmee vraag en aanbod van zorg, wonen en welzijn beter op elkaar afgestemd wordt. Met als resultaat dat de kwaliteit van leven van kwetsbare ouderen en mensen met een handicap of chronische ziekte verbetert en dat zij binnen hun eigen mogelijkheden optimaal maatschappelijk kunnen participeren.

## Adviesorganisaties over woningaanpassingen en het aanvragen van de aanpassing:

### Stichting Cliëntenbelang Utrecht

Stichting Bouw Advies Toegankelijkheid Utrecht geeft brochures en checklisten uit die woningcorporaties en particulieren kunnen helpen bij het keuzeprocess voor woningaanpassingen. Bijvoorbeeld de brochures 'Gradaties in toegankelijkheid' en 'Voetpaden voor iedereen'. Alle informatie kunt u gratis downloaden vanaf de website [www.batutrecht.nl](http://www.batutrecht.nl). BAT geeft geen particuliere adviezen voor woningaanpassingen.

Kaap Hoorndreef 42  
3563 AV Utrecht  
T: 030 262 80 24  
E: [info@clientenbelangutrecht.nl](mailto:info@clientenbelangutrecht.nl)  
I: [www.clientenbelangutrecht.nl](http://www.clientenbelangutrecht.nl)

### Leefwijzer

Informatie voor mensen met een chronische aandoening en/of handicap over wetten, geldzaken, hulpmiddelen, wonen, recreatie en leren.  
I: [www.leefwijzer.nl](http://www.leefwijzer.nl)

### MEE

Vereniging voor ondersteuning bij leven met een beperking. MEE is onafhankelijk en laagdrempelig en heeft bureaus in alle regio's van Nederland. Het hoofdkantoor is gevestigd in Utrecht:

Postbus 85271  
3508 AG Utrecht  
T: 030 23 63 707  
E: [info@meenederland.nl](mailto:info@meenederland.nl)  
I: [www.mee.nl/nederland/](http://www.mee.nl/nederland/)

### Nederlandse Vereniging voor Ergotherapie (NVE)

De Nederlandse Vereniging voor Ergotherapie heeft adresgegevens van aangesloten ergotherapeuten.

Kaap Hoorndreef 56b  
3563 AV Utrecht  
T: 030 26 28 356  
F: 030 26 15 967  
E: [en@ergotherapie.nl](mailto:en@ergotherapie.nl)  
I: [www.ergotherapie.nl](http://www.ergotherapie.nl)

### **PhiladelphiaSupport**

PhiladelphiaSupport is een belangenvereniging voor mensen met een verstandelijke beperking en hun verwanten.

Maliebaan 71L  
3581 CG Utrecht  
T: 030-236 37 38  
E: [info@philadelphiasupport.nl](mailto:info@philadelphiasupport.nl)  
I: [www.philadelphiasupport.nl](http://www.philadelphiasupport.nl)

### **SCIO Consult**

SCIO Consult levert deskundige adviezen en cursussen op het terrein van zorg-, woon- en mobiliteitsvoorzieningen voor mensen met een beperking. Zij richten zich op organisaties die met de indicatiestelling hiervan te maken hebben.

Postbus 2132  
7420 AC Deventer  
T: 0570 67 71 74  
F: 0570 60 53 40  
E: [info@scioconsult.nl](mailto:info@scioconsult.nl)  
I: [www.scioconsult.nl](http://www.scioconsult.nl)

### **Matarazzi**

Voor advies, begeleiding en administratie bij het aanvragen van woningaanpassingen.

Vrijheidslaan 16-18  
2912 EB Nieuwerkerk aan den IJssel  
T: 06 26 07 87 39  
E: [info@matarazzi.nl](mailto:info@matarazzi.nl)  
I: [www.matarazzi.nl/](http://www.matarazzi.nl/)

### **Belangenverenigingen:**

#### **BOSK**

Vereniging van en voor ouders van gehandicapte kinderen en (jong)volwassenen met een handicap. De kerntaken van BOSK zijn: informatieverstrekking, belangenbehartiging en lotgenotencontact. Via het forum kunt u in contact komen met andere mensen die ook een woningaanpassing hebben gerealiseerd.

Postbus 3359  
3502 GJ Utrecht  
T: 030 245 90 90  
F: 030 231 38 72  
E: [info@bosk.nl](mailto:info@bosk.nl)  
I: [www.bosk.nl](http://www.bosk.nl)

[www.vsn.nl](http://www.vsn.nl) - Op deze website kunt u veel voorbeelden vinden van hulpmiddelen en woningaanpassingen en waar ze te bestellen zijn.

### **Advies over het verbouwen van de woning, het realiseren van de aanpassing:**

#### **Grootveld, architect en adviseur woningaanpassingen**

Naast informatie op de website, kosteloos advies bij korte vragen, kan Ir. Grootveld ook begeleiden bij het volledige traject (opstellen van bouwplan, programma van eisen, in beroep gaan en overleg met instanties).

Burg. A.P. van den Blinklaan 20  
3237 AC Vierpolders  
T: 0181 47 26 90  
E: [info@grootveld.net](mailto:info@grootveld.net)  
I: <http://woningaanpassing.grootveld.net/>

### Ouder worden in eigen huis

Ouder worden in eigen huis is gespecialiseerd in huisvesting voor ouderen en gehandicapten, zowel voor particulieren als voor woonprofessionals en Verenigingen van Eigenaren.

Postbus 260

5670 AG Nuenen

T: 040 29 06 616

E: [info@ouderwordenineigenhuis.nl](mailto:info@ouderwordenineigenhuis.nl)

I: [www.ouderwordenineigenhuis.nl](http://www.ouderwordenineigenhuis.nl)

### Verhoef Woningaanpassing

Is gespecialiseerd in de aanpassing van woningen voor mensen met een lichamelijke beperking. Verhoef regisseert en realiseert alle denkbare woningaanpassingen. Ze geven u een compleet advies en een heldere offerte.

I: [www.verhoef-woningaanpassing.nl](http://www.verhoef-woningaanpassing.nl)

### Adviesbureau Van de Woestijne (regio Zeeland)

Reigersberg 11

4363 BN Aagtekerke

T: 0118 58 33 54

E: [mvdwoestijne@kliksafe.nl](mailto:mvdwoestijne@kliksafe.nl)

### Bouwbedrijf Meliskerke bv (regio Zuid-Beveland en Walcheren)

Dorpstraat 6

4365 AM Meliskerke

T: 0118 56 17 10

E: [info@meliskerkebv.nl](mailto:info@meliskerkebv.nl)

I: [www.meliskerkebv.nl](http://www.meliskerkebv.nl)

[www.aangepast-thuis.nl](http://www.aangepast-thuis.nl) - Voor advisering, ontwikkeling en uitvoering van aanpassingen in en om uw woning, ook met voorbeelden.

[www.woningaanpassingen.nl](http://www.woningaanpassingen.nl) - specialist in woningaanpassingen voor mensen met een lichamelijke beperking.

[www.anderszorgen.nl](http://www.anderszorgen.nl) - DAZ is een bureau dat gespecialiseerd is in zorginnovatie. Een van hun speerpunten is bouwen en wonen.

[www.pasaan.nl](http://www.pasaan.nl) - PasAan levert bouwkundige oplossingen en hulpmiddelen die langer zelfstandig wonen bevorderen van mensen met (lichamelijke) beperkingen.

[www.hodes-bouwsystemen.com](http://www.hodes-bouwsystemen.com) - Hodes bouwsystemen is gespecialiseerd in flexibele huisvesting.

[www.locomotion.nu](http://www.locomotion.nu) - Locomotion is een advies- en onderzoeksbureau op het snijvlak van ergonomie en kwaliteit van zorg.

[www.opmaatadvies.nl](http://www.opmaatadvies.nl) - Opmaat adviseert bij woningaanpassingen voor mensen met een handicap of ouderdomsbeperkingen en voert deze uit.

[www.hetsteunpunt.nl](http://www.hetsteunpunt.nl) - Het Steunpunt is specialist in woningaanpassingen en trapliften voor minder validen.

### Andere handige websites:

[www.gezondenzeker.nl](http://www.gezondenzeker.nl) - Site over preventie van fysieke belasting in de zorg.

[www.sharecare.nl](http://www.sharecare.nl) – Online applicaties die organisatie- en communicatiewerkzaamheden van mantelzorgers en vrijwilligers in van de zorg makkelijker maakt.

[www.bouwenaanleefbaarheid.nl](http://www.bouwenaanleefbaarheid.nl) – Deze website geeft inzicht in de randvoorwaarden om leefbaarheid en leefbaar wonen te bevorderen.

[www.zorginwoningen.nl](http://www.zorginwoningen.nl) - Online programma voor het ruimtelijk ontwerpen van zorgwoningen. Het verhoogt de kwaliteit en verlengt de levensloop van nieuwe én bestaande woningen.

[www.eengoedhulpmiddel.nl](http://www.eengoedhulpmiddel.nl) - Informatie over de mogelijkheden van hulpmiddelen voor gehandicapten en minder validen evenals informatie over wetten en regelgeving.

[www.belastingdienst.nl](http://www.belastingdienst.nl) – Informatie over aftrekbaarheid van specifieke zorgkosten. Dit zijn kosten gemaakt door ziekte of invaliditeit.

# Colofon

Deze uitgave is eigendom van Vilans.

De publicatie 'Woningaanpassingen van A tot Z' is in 2008 geheel vernieuwd met medewerking van Reggy Koster van Rijndam Revalidatie en Twink Hoeksema van BOSK afdeling Rotterdam. Dit is mogelijk gemaakt door het Johanna Kinderfonds en Stichting Rotterdams Kinderrevalidatie Fonds Adriaanstichting.

Vilans bedankt alle professionals en gebruikers die hebben bijgedragen aan deze publicatie. Speciale dank gaat uit naar de gezinnen die hun deur open hebben gezet voor ons, zodat wij hun kennis en ervaringen kunnen gebruiken om anderen te helpen.

Cartoons en tekeningen zijn gemaakt door JAM visueel denken.

Foto's zijn gemaakt door Marion Keizer, Vilans.

Het ontwerpinstrument is gemaakt door Marco van der Venne.

Wilt u contact met ons opnemen? Mail dan naar [info@vilans.nl](mailto:info@vilans.nl) en vermeld dat het gaat over woningaanpassingen.

# BIJLAGEN

# Bijlage 1



## Werkblad “mijn situatie”

Als u dit werkblad voor iemand anders invult dan dient u de vragen te beantwoorden alsof u deze persoon bent. De eerste drie pagina's bevatten meer algemene vragen over uw woonsituatie en mate van beperkingen. Daarna wordt er specifiek ingegaan op de problemen die u (uw kind) in huis ervaart. Bij veel vragen kunt u het meest passende antwoord aankruisen of omcirkelen. Bijvoorbeeld: ik heb geen / weinig / veel uithoudingsvermogen. Omcirkel in dit geval geen, weinig of veel.

Woonsituatie
<p>Hoe woont u?</p> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Alleen</li><li><input type="checkbox"/> Met familie / huisgenoten</li></ul>
<p>In welk type huis woont u?</p> <p>.....</p> <p>(Bijvoorbeeld een tussenwoning, flat, hoekwoning)</p>
<p>Is dit een koop of een huurwoning?</p> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> een koopwoning</li><li><input type="checkbox"/> een huurwoning</li></ul>
<p>Maakt u al gebruik van woningaanpassingen? Zo ja, welke?</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
Ziekte / aandoening / beperking
<p>Welke ziekte / aandoening / beperking heeft u/uw kind?</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
<p>Is dit een progressieve (steeds erger wordende) aandoening en / of ziekte?</p> <p>.....</p> <p>.....</p>



## Hulpmiddelen

Maakt u al gebruik van hulpmiddelen? Hierbij kunt u denken aan een rollator, een rolstoel, een trippelstoel etc.

- Nee
- Ja, ik maak gebruik van

.....  
.....

## Beperkingen die u belemmeren bij het doen van activiteiten in huis

Welke beperkingen ervaart u bij het doen van activiteiten in huis? Omcirkel wat van toepassing is.

### Conditie

- Energie: Ik heb geen / weinig / veel uithoudingsvermogen.
- Armkracht: Ik heb geen / weinig / veel kracht in mijn armen en handen.
- Benen: Ik heb geen / weinig / veel kracht in mijn benen en voeten.
- Concentratie: Ik heb geen / weinig / veel moeite om me te concentreren.

### Zitten en opstaan

- Gaan zitten: Ik heb geen / weinig / veel moeite met het gaan zitten.
- Zitten: Ik heb geen / weinig / veel moeite met zitten.
- Opstaan: Ik heb geen / weinig / veel moeite met op staan uit een stoel of uit bed.
- Overstap: Ik heb geen / weinig / veel moeite om vanaf een stoel of bed naar mijn rolstoel te komen.

### Staan

- Ik heb geen / weinig / veel moeite met langdurig staan.  
Ik kan ongeveer ..... minuten achter elkaar staan.

### Verplaatsen

- Lopen: Ik heb geen / weinig / veel moeite met lopen.
- Trap: Ik heb geen / weinig / veel moeite met traplopen.
- Drempels: Ik heb geen / weinig / veel moeite met drempels en opstapjes.
- Evenwicht: Ik heb geen / weinig / veel moeite met mijn evenwicht (duizeligheid).

Ik heb geen / weinig / veel moeite om overal in huis te komen.

Het gaat dan vooral om de volgende kamers / ruimtes .....

### **Dingen pakken, neerzetten en meenemen**

- Vastpakken: Ik heb geen / weinig / veel moeite om iets (deurkruk) vast te pakken.
- Openen: Ik heb geen / weinig / veel moeite om iets te openen(kraan, potje).
- Handfunctie: Ik heb vooral moeite met mijn linkerhand / rechterhand / allebei mijn handen.
  
- Bukken: Ik heb geen / weinig / veel moeite met bukken.
- Tillen: Ik heb geen / weinig / veel moeite om een tas met melkpak te tillen.
- Reiken: Ik heb geen / weinig / veel moeite met reiken (iets uit de kast pakken).
- Combinatie: Ik heb geen / weinig / veel moeite om een raam open of dicht te doen.

## Problemen met uw activiteiten in en rond uw huis

In dit gedeelte kunt u per kamer / ruimte aangeven welke problemen u ervaart bij het uitvoeren van activiteiten die u wilt doen. Probeer zo nauwkeurig mogelijk te beschrijven wat het probleem is. Geef bij elke ruimte van de woning aan (door het omcirkelen van Nee of Ja) of u daar wel of geen problemen ervaart en geef daarna, als u wel problemen heeft, aan wat de knelpunten zijn.

### Gezamenlijke ruimtes: centrale entree, gangen en trappenhuizen

Ervaart u problemen in de gezamenlijke ruimtes bij uw woning?

Nee

- Ja Ik kan niet..... Activiteiten invullen  
.....  
Dit komt omdat ik niet ..... Knelpunten beschrijven  
..... (wat is precies het  
..... probleem bij het  
..... uitvoeren van de  
..... activiteit, en waarom  
..... is het een probleem)  
Vanwege mijn ..... Reden(en) van het  
..... probleem beschrijven.  
Deze knelpunten ervaar ik ..... keer per dag / week / Wanneer komt u dit  
maand, wanneer ik: ..... knelpunt tegen?  
.....  
.....

*Voorbeeld activiteiten waar u moeite mee zou kunnen hebben: de deur van de centrale hal openen, afstand galerij / eigen voordeur afleggen.*

Hoe belangrijk is het voor u dat u deze activiteit(en) zelf goed kan uitvoeren:

- Heel belangrijk  
 Beetje belangrijk  
 Onbelangrijk

Ervaart u problemen in de badkamer / douche van uw woning?

Nee

- Ja, Ik kan niet *zelf in/uit de rolstoel komen. Ik wordt te zwaar om door mijn ouders getild te worden.* Activiteiten invullen  
Dit komt omdat ik niet *genoeg spierkracht heb, die steeds minder wordt, om deze handelingen zelf te doen/ hierbij te helpen* Knelpunten beschrijven  
(wat is precies het  
probleem bij het  
uitvoeren van de  
activiteit, en waarom  
is het een probleem)  
Vanwege mijn *spierziekte* Reden(en) van het  
probleem beschrijven.  
Dit ervaar ik *minimaal 4* keer per *dag* / week / maand, Hoe vaak komt u dit  
wanneer ik: *in/uit bed ga, gewassen wordt, naar de wc ga* knelpunt tegen bij uw  
(gewenste) routine?

Andere voorbeelden van activiteiten waarbij u problemen tegen kunt komen zijn:  
*Opstaan en naar bed gaan, wassen, douchen en baden, naar het toilet gaan, eten bereiden, afwassen en keuken opruimen, traplopen, telefoneren, de tv bedienen, naar muziek luisteren, in uw tuin of op uw balkon zitten en tuinieren.*

## Keuken

Ervaart u problemen in de keuken van uw woning?

Nee

- Ja Ik kan niet..... Activiteiten invullen  
.....  
Dit komt omdat ik niet ..... Knelpunten beschrijven  
..... (wat is **precies** het  
..... probleem bij het  
..... uitvoeren van de  
..... activiteit, en **waarom**  
..... is het een probleem)  
Vanwege mijn ..... Reden(en) van het  
..... probleem beschrijven.  
Deze knelpunten ervaar ik ..... keer per dag / week / Wanneer komt u dit  
maand, wanneer ik: ..... knelpunt tegen?  
.....  
.....

*Voorbeeld activiteiten waar u moeite mee zou kunnen hebben: (staand of zittend) eten bereiden, afwassen, spullen pakken of opbergen, raam open / dicht doen.*

Hoe belangrijk is het voor u dat u deze activiteit(en) zelf goed kan uitvoeren:

## Hal / entree eigen woning

Ervaart u problemen in uw hal / entree van uw eigen woning?

Nee

- Ja Ik kan niet..... Activiteiten invullen  
.....  
Dit komt omdat ik niet ..... Knelpunten beschrijven  
..... (wat is **precies** het  
..... probleem bij het  
..... uitvoeren van de  
..... activiteit, en **waarom**  
..... is het een probleem)  
Vanwege mijn ..... Reden(en) van het  
..... probleem beschrijven.  
Deze knelpunten ervaar ik ..... keer per dag / week / Wanneer komt u dit  
maand, wanneer ik: ..... knelpunt tegen?  
.....  
.....

*Voorbeeld activiteiten waar u moeite mee zou kunnen hebben: de post halen (van de mat rapen), de voordeur openen, over de drempel stappen, de bel horen.*

Hoe belangrijk is het voor u dat u deze activiteit(en) zelf goed kan uitvoeren:

- Heel belangrijk  
 Beetje belangrijk  
 Onbelangrijk

## Gang, trap, overloop

Ervaart u problemen in de gang, op de trap of overloop van uw woning?

Nee

- Ja Ik kan niet..... Activiteiten invullen  
.....  
Dit komt omdat ik niet ..... Knelpunten beschrijven  
..... (wat is **precies** het  
..... probleem bij het  
..... uitvoeren van de  
..... activiteit, en **waarom**  
..... is het een probleem)  
Vanwege mijn ..... Reden(en) van het  
..... probleem beschrijven.  
Deze knelpunten ervaar ik ..... keer per dag / week / Wanneer komt u dit  
maand, wanneer ik: ..... knelpunt tegen?  
.....

*Voorbeeld activiteiten waar u moeite mee zou kunnen hebben: trap op of af gaan, (met hulpmiddel en al) verplaatsen door de gang.*

Hoe belangrijk is het voor u dat u deze activiteit(en) zelf goed kan uitvoeren:

- Heel belangrijk  
 Beetje belangrijk  
 Onbelangrijk

## Slaapkamer

Ervaart u problemen in de slaapkamer van uw woning?

Nee

- Ja Ik kan niet..... Activiteiten invullen  
.....  
Dit komt omdat ik niet ..... Knelpunten beschrijven  
..... (wat is **precies** het  
..... probleem bij het  
..... uitvoeren van de  
..... activiteit, en **waarom**  
..... is het een probleem)  
Vanwege mijn ..... Reden(en) van het  
..... probleem beschrijven.  
Deze knelpunten ervaar ik ..... keer per dag / week / Wanneer komt u dit  
maand, wanneer ik: ..... knelpunt tegen?  
.....

*Voorbeeld activiteiten waar u moeite mee zou kunnen hebben: opstaan uit bed, (met hulpmiddel en al) smalle loopruimtes gebruiken, gordijnen open en dicht doen.*

Hoe belangrijk is het voor u dat u deze activiteit(en) zelf goed kan uitvoeren:

- Heel belangrijk  
 Beetje belangrijk  
 Onbelangrijk

## Badkamer / douche

Ervaart u problemen in de badkamer / douche van uw woning?

Nee

- Ja Ik kan niet..... Activiteiten invullen  
.....  
Dit komt omdat ik niet ..... Knelpunten beschrijven  
..... (wat is **precies** het  
..... probleem bij het  
..... uitvoeren van de  
..... activiteit, en **waarom**  
..... is het een probleem)  
Vanwege mijn ..... Reden(en) van het  
..... probleem beschrijven.  
Deze knelpunten ervaar ik ..... keer per dag / week / Wanneer komt u dit  
maand, wanneer ik: ..... knelpunt tegen?  
.....  
.....

*Voorbeeld activiteiten waar u moeite mee zou kunnen hebben: in of uit bad gaan, kraan opendraaien, (staand / zittend / liggend) douchen, (staand) afdrogen, over natte vloer lopen.*

Hoe belangrijk is het voor u dat u deze activiteit(en) zelf goed kan uitvoeren:

- Heel belangrijk  
 Beetje belangrijk  
 Onbelangrijk

## Toilet

Ervaart u problemen in het toilet van uw woning?

Nee

- Ja Ik kan niet..... Activiteiten invullen  
.....  
Dit komt omdat ik niet ..... Knelpunten beschrijven  
..... (wat is **precies** het  
..... probleem bij het  
..... uitvoeren van de  
..... activiteit, en **waarom**  
..... is het een probleem)  
Vanwege mijn ..... Reden(en) van het  
..... probleem beschrijven.  
Deze knelpunten ervaar ik ..... keer per dag / week / Wanneer komt u dit  
maand, wanneer ik: ..... knelpunt tegen?  
.....  
.....

*Voorbeeld activiteiten waar u moeite mee zou kunnen hebben: gaan zitten / opstaan van de toiletpot, deur open / dicht doen, persoonlijke reiniging, doortrekken.*

Hoe belangrijk is het voor u dat u deze activiteit(en) zelf goed kan uitvoeren:

- Heel belangrijk  
 Beetje belangrijk  
 Onbelangrijk

### Extra kamer (logeerkamer, hobbykamer etc)

Ervaart u problemen in de extra kamer van uw woning?

Nee

Ja Ik kan niet..... Activiteiten invullen  
.....  
Dit komt omdat ik niet ..... Knelpunten beschrijven  
..... (wat is **precies** het  
..... probleem bij het  
..... uitvoeren van de  
..... activiteit, en **waarom**  
..... is het een probleem)  
Vanwege mijn ..... Reden(en) van het  
..... probleem beschrijven.  
Deze knelpunten ervaar ik ..... keer per dag / week / Wanneer komt u dit  
maand, wanneer ik: ..... knelpunt tegen?  
.....  
.....

Hoe belangrijk is het voor u dat u deze activiteit(en) zelf goed kan uitvoeren:

- Heel belangrijk
- Beetje belangrijk
- Onbelangrijk

### Balkon, tuin, garage of berging

Ervaart u problemen op het balkon in de tuin, berging of garage bij uw woning?

Nee

Ja Ik kan niet..... Activiteiten invullen  
.....  
Dit komt omdat ik niet ..... Knelpunten beschrijven  
..... (wat is **precies** het  
..... probleem bij het  
..... uitvoeren van de  
..... activiteit, en **waarom**  
..... is het een probleem)  
Vanwege mijn ..... Reden(en) van het  
..... probleem beschrijven.  
Deze knelpunten ervaar ik ..... keer per dag / week / Wanneer komt u dit  
maand, wanneer ik: ..... knelpunt tegen?  
.....  
.....

*Voorbeeld activiteiten waar u moeite mee zou kunnen hebben: tuinhek of garagedeur open / dichtdoen, naar buiten of binnen gaan, buitenactiviteiten uitvoeren.*

Hoe belangrijk is het voor u dat u deze activiteit(en) zelf goed kan uitvoeren:

- Heel belangrijk
- Beetje belangrijk

## Bijlage 2



### Overzichtslijst 'zelf te realiseren woningaanpassingen'

De onderstaande overzichtslijst van zelf te realiseren woningaanpassingen kunt u gebruiken ter oriëntatie. De lijst is niet compleet maar geeft een idee van de mogelijkheden, waardoor u wellicht tot nieuwe inzichten komt. De oplossingen zijn gegroepeerd naar vertrek in de woning. Heeft u problemen in de badkamer? Kijkt u dan onder de betreffende kop naar mogelijke oplossingen.

Materiaal voor genoemde oplossingen is doorgaans in reguliere winkels (bijvoorbeeld in een bouwmarkt) te koop. Een handige doe-het-zelver of klusjesman kan deze aanpassingen betrekkelijk eenvoudig realiseren. Uiteraard kunt u voor deze aanpassingen ook advies inwinnen bij een expert (bijvoorbeeld een ergotherapeut) op het gebied van woningaanpassingen.

#### Overal in huis

- Haal losliggende matten / kleden weg. Dit verkleint de kans op vallen.
- Zorg voor voldoende (opberg)ruimte voor spullen. Denk aan planken en haken, waarbij het belangrijk is dat deze op een voor u comfortabele hoogte worden geplaatst.
- Plaats spullen die u het meest gebruikt binnen handbereik (verplaats van boven naar beneden etc.) en op een voor u goed bereikbare hoogte.
- Gebruik een verlengsnoer / haspel om het stroomtoevoerpunt op een voor u goed bereikbare plek te brengen.
- Gebruik een tijdklok voor lampen, zodat u geen schakelaars hoeft in te drukken (en niet hoeft te reiken naar lastig bereikbare plekken). Een lamp die via een bewegingsmelder aangaat is ook een mogelijkheid, bijvoorbeeld in het toilet. Gebruik eventueel ook 'klik aan/klik uit' afstandsbedieningen van de bouwmarkt.



'Klik aan/klik uit' afstandsbediening



Gordijnen op afstandsbediening

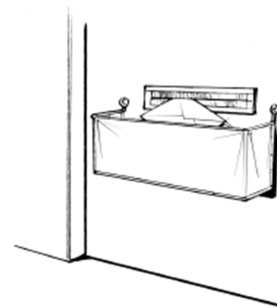
- Overweeg gordijnen of zonneschermen die u gemakkelijk vanaf één plek kunt bedienen (lamellen bijvoorbeeld). Er zijn ook gordijnen en zonneschermen die u met één druk op de knop kunt openen en sluiten.
- Zorg voor een vloer die voor u prettig is (niet te glad of te stroef).
- Woont u in een huis met meerdere verdiepingen, veroorloof u dan, indien mogelijk, de luxe van dubbele gebruiksartikelen, zoals spiegels, stofzuigers of verzorgingsartikelen. U hoeft dan niet telkens naar boven voor een handeling.
- Overweeg om roosters in ramen te plaatsen (bij het vervangen van de huidige ramen). Deze zijn makkelijk bedienbaar en nemen weinig ruimte in.
- Wanneer u meubels op wieltjes plaatst, kunt u de meubels makkelijker verplaatsen wanneer dit nodig mocht zijn om meer ruimte te creëren.



## Gang/trap

- Maak een mandje zodat u niet meer hoeft te bukken bij het pakken van de post.
- Verplaats eventueel de brievenbus naar een plek of hoogte waar u gemakkelijker bij kunt komen.
- Bevestig een leuning aan de wand op de juiste hoogte of zorg voor een dubbele leuning bij de trap om meer houvast te hebben tijdens het lopen.
- Breng antisliprichels aan op de trap. Dit voorkomt uitglijden.
- Tussentreden op de trap zorgen er voor dat de trap makkelijker te beklimmen is.

Mandje onder de brievenbus



## Deuren

- Plaats beugels voor extra houvast bij het nemen van drempels (voor zover deze niet verwijderd kunnen worden).
- Plaats een voor u goed te gebruiken handvat om de deur dicht te trekken.



Handvat verlaagd

- Overweeg een intercom en een automatische deuropener voor de voordeur, zodat u niet naar de deur hoeft te lopen om te zien wie er is en de deur van een afstand kunt openen voor bezoek.
- Een touw met een grote bal eraan aan de deurklink bevestigd zorgt er voor dat met grove bewegingen de deur te openen is.
- Vervang indien mogelijk een deur door (harmonica)schuifdeuren

## Huiskamer

- Gebruik een thermostaat die te programmeren is, zodat u niet iedere dag de temperatuur opnieuw hoeft in te stellen.
- Gebruik afstandsbedieningen voor TV en geluidsapparatuur.
- Overweeg het gebruik van verlichting op afstandsbediening om minder te hoeven lopen en reiken.
- Overweeg het gebruik van gordijnen en zonwering op afstandsbediening

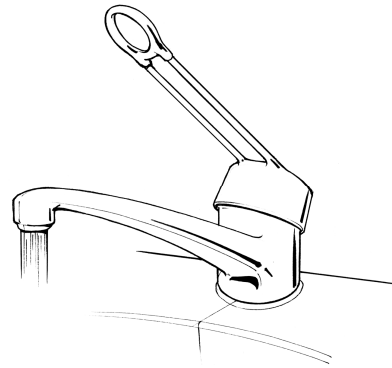


Zonwering op afstandsbediening

- Stel uw meubels zo op dat er veel bewegingsruimte wordt gecreëerd.
- Een opklapbare tafel zorgt er voor dat er meer ruimte is wanneer de tafel niet gebruikt en ingeklapt is.

## Keuken

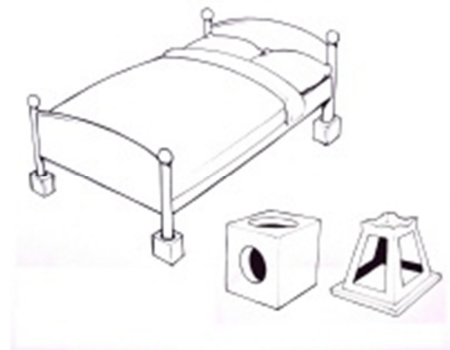
- Maak gebruik van een kruk bij het koken en afwassen.
- Een touwtje met klosje kan u helpen bij het opentrekken van laden
- Plaats een metalen rek of een vuurvaste plank op het aanrecht om een eventueel hoogteverschil met het gasfornuis te overbruggen. U kunt daardoor pannen van het vuur schuiven in plaats van te moeten tillen.
- Plaats een extra afwasteil op zijn kop in de gootsteen. De afwasteil met water komt hierdoor hoger te staan, waardoor u er gemakkelijker bij kunt.
- Berg spullen die u vaak gebruikt op een gemakkelijk te bereiken plek op.
- Gebruik doorzichtige planken zodat u ook van onderen kunt zien wat er op staat en ziet wat u pakt zonder op bijvoorbeeld een krukje te hoeven gaan staan.
- Als u kastjes onder het aanrecht heeft en graag uw benen daar kwijt wilt (omdat u in een rolstoel zit bijvoorbeeld), kunt u het kastje leegmaken en het deurtje open zetten, zodat u uw voeten erin kunt steken.
- Gebruik van apparatuur zoals een magnetron of een keukenmachine, scheelt in het aantal handelingen dat u zelf moet doen om uw maaltijd te bereiden.
- Plaats eventueel een extra werkblad dat exact de goede hoogte voor u heeft.
- Plaats een vaatwasser op een verhoging (console) zodat hij voor u op een prettige werkhogte komt.
- Vervang vaste planken door uittrekbare / uitschuifbare planken (glijders zijn bij bouwmarkten te koop).
- Zijn uw pannen zwaar om te tillen? Vervang ze dan door lichtgewicht exemplaren.
- Overweeg het aanbrengen van thermostatische mengkranen of éénhandsmengkranen. U hoeft dan maar één knop of hendel te bedienen.



E  
Eénhandsmengkraan

## Slaapkamer

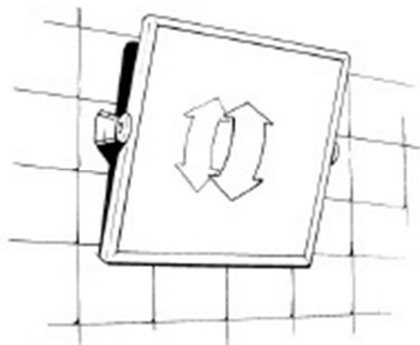
- Vraag iemand uw bed op blokken (klossen) te zetten als het bed zo laag is dat u er moeilijk in en uit kunt komen. Kant-en-klare blokken zijn te verkrijgen bij de thuiszorgwinkel (die zijn vaak van metaal). Bij sommige fabrikanten zijn standaard verhoogde bedpoten te koop.
- U kunt ook overwegen een speciaal verhoogd bed (seniorenbed) te kopen.
- Een bed met een elektrisch verstelbare lattenbodemplaat helpt om makkelijker in en uit bed te kunnen stappen.
- Zorg voor genoeg/voldoende ruimte naast het bed om er gemakkelijk in en uit te kunnen stappen. Verander indien nodig de indeling of opstelling van de andere meubels.
- Heeft u een mat naast het bed liggen, leg hier dan een antislipmat onder. Hierdoor glijdt het matje niet weg.
- Plaats een telefoon naast het bed voor noodgevallen.
- Overweeg verlichting op afstandsbediening.
- Overweeg gordijnen die u via afstandsbediening kunt openen en sluiten.
- Overweeg elektrisch bedienbare zonwering, eventueel met afstandsbediening.



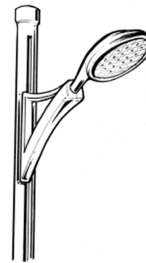
Blokken/klossen voor onder het bed

## Badkamer

- Plaats een waterbestendige stoel in de badkamer, zodat u bijvoorbeeld zittend kunt douchen. Een stoel op rubberen poten voorkomt slippen.
- Zorg voor een antislipmat (in bad, of de douche) die voorkomt dat u uitglijdt.
- Bevestig meerdere haakjes, zodat u voldoende mogelijkheden hebt om uw spullen kwijt te kunnen.
- Plaats een stang waarlangs de douchekop in hoogte kan verschuiven.
- Beugels en handvatten bij bad en douche, zorgen ervoor dat u zich kunt vasthouden bij het staan en gaan zitten en u kunt zich eraan optrekken bij het opstaan.
- Plaats een lange spiegel die tot aan de wastafel loopt of naast de wastafel hangt, zodat iedereen in de spiegel kan kijken.
- Een spiegel die gekanteld kan worden, maakt dat mensen van verschillende lengten de spiegel kunnen gebruiken.
- Plaats een rekje voor shampoo, doucheschuim en andere toiletartikelen zo dat u er gemakkelijk bij kunt, zonder te hoeven lopen of ver te hoeven reiken.



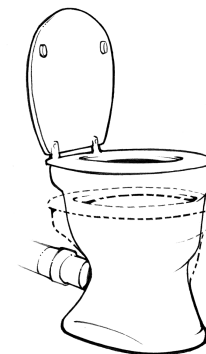
Kantelbare spiegel



Douchekop aan stang, in hoogte verstelbaar

## Toilet

- Er bestaat een toiletverkleiner waaraan een trapje bevestigd is wat je op de wc kan plaatsen. Zo kan een kind goed op de wc zitten en via het trapje er zelf op/af.
- Plaats een spiegel die gekanteld kan worden, zodat mensen van verschillende lengten de spiegel kunnen gebruiken.
- Zorg dat de toiletrolhouder op een plek hangt waar u goed bij kunt. Blijft het lastig om het papier te pakken, bekijk dan of een andere houder uitkomst zou kunnen bieden.
- Een verhoogd toilet kost minder moeite bij het gaan zitten en opstaan.
- Gaat u vaak op reis of op visite? Gebruik een toiletverhoger die u gemakkelijk mee kunt nemen en dus ook op locatie kunt gebruiken.
- In steeds meer bouwmarkten zijn beugels te verkrijgen tegen een schappelijke prijs, scheelt aanvraagprocedure



Verhoogd toilet

## Balkon/tuin

- Zorg voor een breed (egaal) looppad in de tuin zonder drempels.
- Maak eventueel gebruik van plantenbakken zodat u op de juiste hoogte kunt tuinieren.
- Overweeg de aanschaf van aangepast tuingereedschap, zodat u minder hoeft te bukken, of bijvoorbeeld de handvatten makkelijker kunt vasthouden.
- Opstaande randen tussen pad en border zorgen ervoor dat de tuin ook veilig met hulpmiddelen gebruikt kan worden.



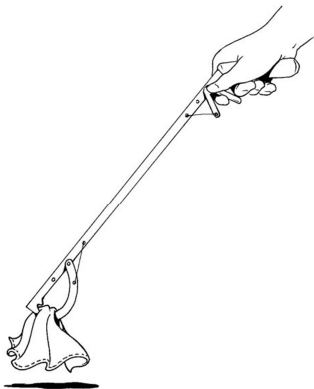
Plantenschip gehoekt



Hark met verlengde steel

## Hulpmiddelen, tips voor hobby's

- Met een oppakhaak (of helping-hand) kunt u spullen van de vloer rapen zonder te hoeven bukken. (via thuiszorgwinkel)
- Ondervindt u problemen bij het bukken? Zet dan zo min mogelijk gebruiksvoorwerpen op de grond. Bewaar alles op een voor u goed bereikbare hoogte. Overweeg de montage van planken op een hoogte van 40 of 50 centimeter om huisraad voor u bereikbaar bij de hand te hebben. Ook een schoenenrek of bijvoorbeeld een tuinkrukje kunnen uitkomst bieden.
- Met een intercom kunt u snel en gemakkelijk communiceren met iemand in een andere ruimte.
- Gebruik een telefoon met meerdere units in het huis, zodat daarmee ook onderling gebeld kan worden.
- Met een handbel kunt u huisgenoten eenvoudig laten weten dat bijvoorbeeld het eten klaar is, zonder te hoeven roepen of te hoeven lopen.
- Via een telefoon met luidspreker kunt u bellen zonder de hoorn vast te hoeven houden (zodat u bijvoorbeeld gemakkelijk in bed kunt telefoneren).
- Door het plaatsen van een draaischijf op tafel heeft u meer spullen binnen handbereik.



Helping-hand

## Bijlage 3



### Overzichtslijst 'complexe aanpassingen waarbij advies gewenst is'

De aanpassingen die in deze lijst worden gegeven, zijn niet altijd eenvoudig door uzelf of door een klusjesman te realiseren. Bespreek de ideeën die u naar aanleiding van dit overzicht opdoet daarom met iemand die ervaring heeft op het gebied van woningaanpassingen.

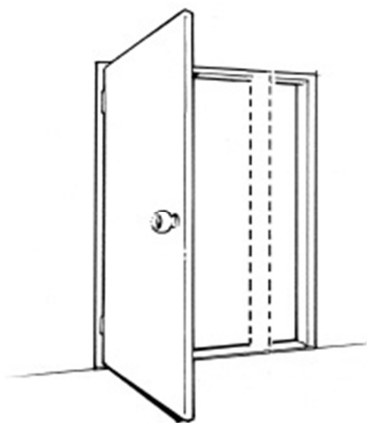
Omdat met het realiseren van de hier genoemde aanpassingen ook vaak grotere bedragen gemoeid zijn, is het de moeite waard om bij uw gemeente vooraf te informeren naar eventuele vergoedingsmogelijkheden en de eigen bijdrage.

De lijst is niet compleet, maar geeft een idee van de mogelijkheden, waardoor u mogelijk tot nieuwe inzichten komt.

De aanpassingen staan gegroepeerd per vertrek in de woning. Heeft u problemen in de badkamer? Dan kunt u onder de kop "badkamer" mogelijke oplossingen vinden.

#### Overal in huis

- Verwijder drempels, zodat deze geen belemmering vormen voor gebruik van rollator of rolstoel.
- Laat deuropeningen verbreden, zodat u meer (manoeuvreer)ruimte heeft.
- Vervang vloerbedekking en/of stoffering bij ernstige vormen van allergie, of wanneer u een (over de vloer verrijdbare) tillift nodig heeft of in huis verplaatst via een rollator, rolstoel of loopwagen
- Vergroot ruimten (bijvoorbeeld door het doorbreken van muurtjes), zodat u bredere 'looppaden' krijgt en meer ruimte voor het gebruik van hulpmiddelen (bijvoorbeeld rolstoel en tillift).
- Zorg voor een aanbouw op de begane grond. Er zijn verschillende aan- en verbouwmogelijkheden. Vaak zal het erom gaan de elementaire woonfuncties op de begane grond te plaatsen. Dit betekent dat de woonkamer, slaapkamer, badkamer en keuken alle op de begane grond gesitueerd worden.
- Vervang ramen bij lichtallergie door getinte ramen.
- Gebruik elektrische en eventueel op afstand bedienbare zonwering (soms vergoedt de gemeente de meerkosten).
- Gebruik een verrijdbare tillift. Deze kunt u in het hele huis gebruiken in plaats van op één plek.



Deuropening verbreden

## Gang (verticaal verplaatsen)

- Laat een traplift plaatsen (de twee meest gebruikte trapliften zijn: een stoeltjeslift of een plateaulift voor rolstoelen).
- Laat een woonhuislift/plateaulift of zweeflift plaatsen.



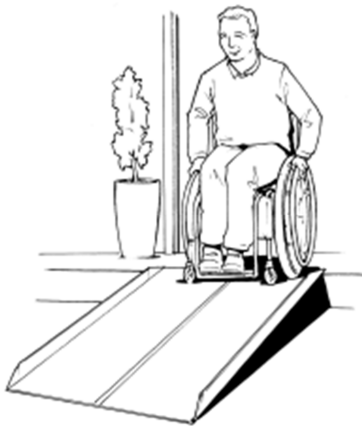
Traplift



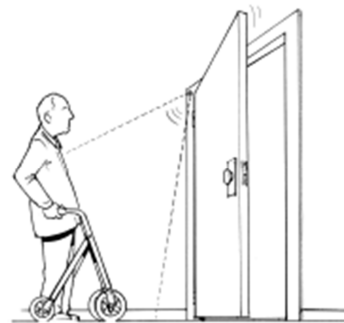
Plateaulift

## Deuren/entree

- Plaats beugels.
- Plaats een elektrische deuropener, zodat de deur vanzelf open gaat als u voor de deur staat.
- Plaats een automatische schuifdeur, zodat de deur zonder handeling geopend wordt.
- Verbreed de deur om genoeg ruimte te hebben om met een rolstoel naar binnen te kunnen. Minimaal 90, liefst 100 cm breed.
- Breng een hellingbaan aan om met een rolstoel de deur te kunnen bereiken.
- Plaats drempelhulpen en vlonders (bv op galerij).
- Gebruik een intercom voor de voordeur en elektronische vergrendeling, zodat u zonder naar de deur te hoeven lopen iemand kan binnenlaten.



Hellingbaan



Automatische deuropener

## Keuken

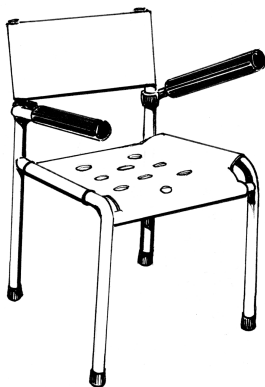
- Plaats een onderrijdbare keuken waar de rolstoel onder kan rijden.
- Gebruik een hoog-laag keuken om het aanrecht op de juiste hoogte te zetten. (Deze keuken wordt zelden vergoed. Absolute voorwaarde voor vergoeding is dat er meerdere mensen uit het huishouden de keuken moeten kunnen gebruiken).
- Installeer keukenapparatuur, zoals een afwasmachine op voor u of uw kind geschikte hoogte (uitsluitend vergoed voor mensen die vanwege medische oorzaak niet kunnen afwassen).
- Gebruik mengkranen
- Gebruik keramische of halogeenkookplaten.

## Slaapkamer

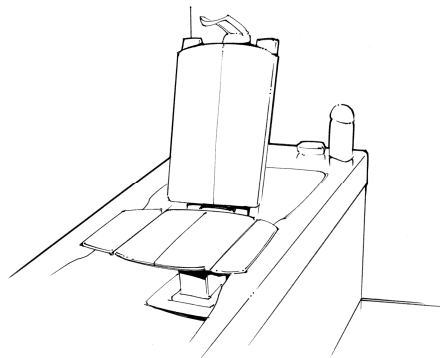
- Gebruik een tillift om u in en uit bed te tillen (vaste of verplaatsbare constructie).
- Gebruik een plafondlift om u bijvoorbeeld van uw bed naar toiletruimte te verplaatsen.

## Badkamer

- Gebruik een douchestoel om zittend te kunnen douchen.
- Gebruik een douchestretcher of aankleedtafel om liggend te douchen.
- Plaats een aangepast bad (met baddeur bijvoorbeeld).
- Gebruik een badlift-zitje om in en uit bad te komen en gesteund in bad te zitten.
- Vergroot de badkamer om meer ruimte te hebben die nodig is als u bijvoorbeeld hulp nodig heeft bij het wassen of gebruik hulpmiddelen.
- Maak rolstoel / tillift overrijdbare drempels
- Zorg voor een vlakke vloer schuin aflopend richting het doucheputje.
- Eventueel douchewand/cabine verwijderen, vloer op afschot plaatsen.
- Maak gebruik van aangepaste kranen (bijvoorbeeld een thermostatische kraan of een hendelmengkraan om het gebruik van de kraan te vergemakkelijken).
- Plaats antisliptegels/ of tegels met coating, zodat u minder snel uitglijdt.
- Monteer een wandbeugel waar u zich aan vast kunt houden.
- Maak gebruik van een onderrijdbare wastafel: een wastafel die minder diep is en waarbij de sifon verder naar achteren zit, zodat er meer ruimte onder de wastafel ontstaat.
- Plaats kantelbare spiegels
- Maak het bad onderrijdbaar voor een tillift



Douchestoel



Badlift

## Toilet

- Monteer wandbeugels waar u zich aan vast kunt houden.
- Plaats een aangepast toilet (bijvoorbeeld een toilet met douche en droger en een verhoogd toilet).
- Maak gebruik van een toiletstoel
- Gebruik een toilet met sta-op helpfunctie



Toiletstoel



Toilet met onderdouche en droger

## Balkon/tuin

- Verwijder hoogteverschillen naar tuin en/of balkon toe.
- Verbreed het pad van poortdeur naar achterdeur.
- Verplaats het hek om meer ruimte te creëren.

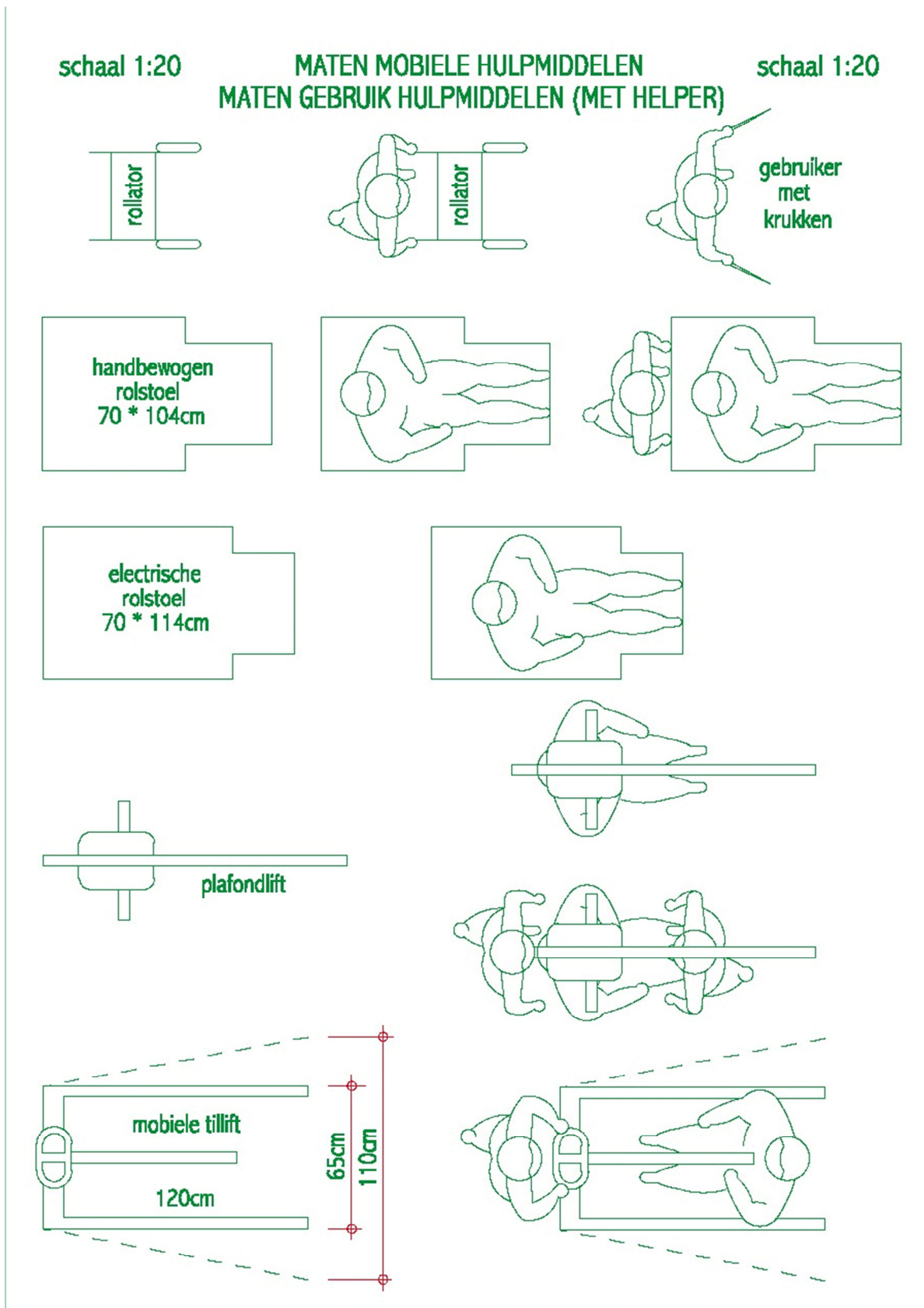
## Gang/berging

- Gebruik een automatische deuropener op de garagedeur.
- Maak ruimte in de garage of berging om uw scootmobiel neer te kunnen zetten.
- Leg eventueel elektriciteit aan in de berging of garage om uw scootmobiel te kunnen opladen.
- Maak gebruik van gearde stopcontacten.





# Bijlage 4



# Bijlage 5



## Evaluatieformulier

1. Hoe vaak maakt u gebruik van uw woningaanpassing? Omcirkel het juiste antwoord.

- a) 7 of meer dagen per week
- b) 5 tot en met 6 dagen per week
- c) 2 tot en met 4 dagen per week
- d) 1 keer per week of minder

2. Hoe is de woningaanpassing in gebruik? Omcirkel het juiste antwoord.

- a) Eenvoudig
- b) Niet eenvoudig / niet ingewikkeld
- c) Ingewikkeld

3. Hebt u een gebruiksaanwijzing bij uw woningaanpassing ontvangen? Omcirkel het juiste antwoord.

- a) Ja
- b) Nee

4. Voldoet de woningaanpassing? Geef toelichting waarom wel / waarom niet.

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

5. Zijn uw verwachtingen over het gebruik van de woningaanpassing overeengekomen met de werkelijkheid? Geef toelichting waarom niet / waarom wel.

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

6. Kunt u, nu de woningaanpassing in huis is gerealiseerd, alle activiteiten in huis doen die u wilt? Geef toelichting waarom wel / waarom niet.

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

7. Hebt u nog behoefte aan een andere woningaanpassing? Geef toelichting waarom wel / waarom niet.

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

8. Hebt u het traject van aanvragen van de woningaanpassing als positief ervaren? Geef toelichting waarom wel / waarom niet.

.....  
.....  
.....

9. Kunt u verbeterpunten aangeven wat betreft het traject van aanvragen van de woningaanpassing? Zo ja, geef aan welke verbeterpunten u wenst.

.....  
.....  
.....