

## Timed Chair Stand Test

### *Benodigheden:*

Stoel, bij voorkeur zonder armleuningen.

### *Procedure:*

- ✓ Plaats de stoel met de leuning tegen de muur voor de veiligheid van de bewoner.
- ✓ De bewoner zit op de stoel en houdt de armen gekruist voor de borst; indien het een stoel betreft met armleuningen, mag de bewoner deze niet gebruiken.
- ✓ Vraag aan de bewoner om volgende opdracht zo snel mogelijk uit te voeren: 5 maal op te staan van de stoel en vervolgens opnieuw te gaan zitten.
- ✓ De tijd wordt opgenomen.
- ✓ De test is positief indien de bewoner hiervoor 14 seconden of meer nodig heeft of indien hij niet in staat is de test uit te voeren.

CAVE: altijd in de onmiddellijke nabijheid van de bewoner blijven!

(Guralnik, 1995.)