

Wandelen zonder vallen

Ga na of jouw buurt veilig is om te wandelen!

WAAROM?

De omgeving heeft een belangrijke invloed op de mate van fysieke activiteit. De aan- of afwezigheid van voorzieningen in de gemeente of stad kunnen de mate van beweging bij de oudere bewoners op een positieve of negatieve manier beïnvloeden. Veilige oversteekplaatsen, goed aangelegde en onderhouden wandel- en fietspaden, voldoende rustbanken, ... kunnen ervoor zorgen dat ouderen meer buiten komen en bewegen.

HOE?

Wandel een route in jouw buurt en kijk goed naar je omgeving. Wat maakt het alvast veilig en aangenaam om in deze omgeving te wandelen? En wat kan er eigenlijk nog beter om vallen te voorkomen? Vul onderstaand formulier in en bezorg het aan het Expertisecentrum Val- en fractuurpreventie Vlaanderen via [deze link](#). Mail dit formulier ook zeker naar je stad of gemeente zodat zij de verbeterpunten kunnen aanpakken. En maak er vooral een fijne wandeling van!

Veel plezier!

BESCHRIJF JOUW WANDELING

Datum:

Gemeente:

Wie zijn wij?:

Aantal kilometer:

WELKE TIPS KAN JIJ ONS MEEGEVEN NA JE WANDELING?







Merkte jij tijdens je wandeling zaken op die het veilig en aangenaam maken om te wandelen? Of zag je net knelpunten die een valrisico met zich mee kunnen brengen of het wandelen onaangenaam kunnen maken? En waarom dan? Kijk bijvoorbeeld naar de stoep, de ondergrond, hindernissen, rustpunten of oversteekplaatsen...






Geef ons een korte beschrijving en geef hierbij zeker tips over hoe de buurt voor jou nog kan verbeteren!

Niet ieder deel dient te worden ingevuld. Kom je bijvoorbeeld geen park tegen dan mag je dit gerust open laten! Ziet de stoep er overal tiptop uit? Des te beter, dan hoef je hier niets te noteren.

Vul in...



Onderdeel	Wat is er minder goed?  Leg uit! Waar bevindt het onderdeel zich? (Geef de straatnaam en eventueel het huisnummer of de naam van het gebouw of park)	Wat is er goed?  Geef aan wat de positieve punten zijn. Wat kan de gemeente doen om dit nog te verbeteren? Geef enkele suggesties.
Stoep of wandelpad  Bijvoorbeeld: + Breed voetpad - Losliggende stoeptegels		
Hindernissen  Bijvoorbeeld: + Gemakkelijk begaanbare weg - Vuilbakken of bloembakken in de weg		
Openbaar gebouw  Bijvoorbeeld de bibliotheek: + brede deuren - smalle trappen		
Verlichting  Bijvoorbeeld: + goede verlichting - defecte straatlantaarn		

Onderdeel	Wat is er minder goed?  Leg uit! Waar bevindt het onderdeel zich? (Geef de straatnaam en eventueel het huisnummer of de naam van het gebouw of park)	Wat is er goed?  Geef aan wat de positieve punten zijn. Wat kan de gemeente doen om dit nog te verbeteren? Geef enkele suggesties.
Park  Bijvoorbeeld: + aangenaam ruim park - onverharde paden		
Rustpunten  Zijn er voldoende rustpunten?		
Verkeer  Is er druk verkeer? Zijn er veilige oversteekpunten?		

Heb je nog andere suggesties om deze wandeling aangenamer te maken?