

## 5. 8 Tips voor een veilige trap



Onbewust gebruik je de trap vaker dan je denkt. En omdat het zo'n automatisme is geworden, zit een ongeluk dan ook in een klein hoekje. Gelukkig is er een aantal manieren om struikel- en valpartijen te voorkomen.

Hieronder staan 8 handige tips om je trap veiliger te maken. Soms is een simpele aanpassing al genoeg!

### 1. Zorg voor een stevige trapleuning

Een stevige trapleuning is ontzettend belangrijk. Je hebt er tenslotte niets aan als de leuning je geen steun kan geven. Voor extra goede houvast kun je er voor kiezen om twee trapleuningen te plaatsen. Met een leuning aan beide kanten hebt je meer steun en hoef je niet naar één kant te hangen. Zorg er altijd voor dat de trapleuning op de juiste hoogte hangt. Niet te hoog, maar ook zeker niet te laag.

### 2. Kies voor een stroef materiaal

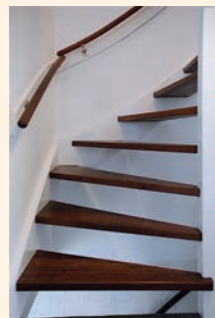
Een gladde trap is erg gevaarlijk. Je kunt hier eenvoudig op uitglijden, zelfs met schoenen aan. Kies daarom altijd voor een stroef materiaal of plak speciale antislip strips op de traptreden. Nu kun je met een gerust hart op je sokken de trap aflopen.

### 3. Zorg voor goede verlichting bij de trap

Daarnaast is goede verlichting een belangrijk aandachtspunt. Hang een plafondlamp op met helder licht zodat je duidelijk zicht hebt op de treden. Wil je een moderne touch geven aan het trapgat zelf? Kies dan ook voor LED-strips voor onder de traptreden. Dit is niet alleen handig, maar ook heel stylish.

### 4. Geef de traptreden contrasterende kleuren

Door de traptreden en de stootborden een verschillende kleur te geven, kun je duidelijker zien waar je moet lopen. Kies twee kleuren die een mooi contrast vormen. Kijk bijvoorbeeld naar



de nevenstaande afbeelding. De basis van de trap is helder wit, maar de treden vallen goed op door het donkere hout.

### **5. Bevestig een traphekje boven en onderaan de trap**

Een traphekje is een eenvoudige manier om ongelukjes te voorkomen. Niet alleen voor kleine kinderen, maar ook met huisdieren. Bevestig het hekje altijd op de juiste manier en zorg er voor dat de sluiting goed werkt.

### **6. Plaats tussentreden op de trap**

Is het lastig om grote stappen te zetten op de trap, bijvoorbeeld door heup- of knieproblemen? Dan kunnen tussentreden een mooie oplossing zijn. Deze extra treden zorgen ervoor dat je een kleine tussenstap kunt maken en je benen minder hoog hoeft op te tillen.

### **7. Laat niets achter op de trap**

Het is heel verleidelijk om “even” iets op de trap te zetten om later naar boven te brengen. Toch is dat erg onverstandig. Voor je het weet is er niet genoeg ruimte op een trede om daar je voet goed op te zetten. Om maar te zwijgen over iemand die op de trap naar beneden komt en niet bedacht is op een trede die “bezet” is. En als je er per ongeluk op stapt is het heel goed mogelijk dat je uitglijdt.

### **8. Laat een traplift plaatsen**

Als traplopen helemaal geen veilige optie meer is, dan is een traplift een goed idee. Er zijn varianten verkrijgbaar voor verschillende beperkingen, trapstijlen en interieurstijlen. Denk niet alleen aan een nieuwe traplift, maar kijk ook eens naar een tweedehands product.

