

# Wat werkt in valpreventie

Valpreventie richt zich op het wegnemen van risicofactoren. Deze infographic laat zien wat er nodig is voor effectieve valpreventie bij thuiswonende ouderen.

Valongevallen bij ouderen worden veroorzaakt door (een interactie van) verschillende factoren:

- > Gedrag/leefstijl  
b.v. inactiviteit
- > Omgevingsfactoren  
b.v. obstakels
- > Biologische factoren  
b.v. verminderde spierkracht



Het resultaat: minder valongevallen



Meer weten?

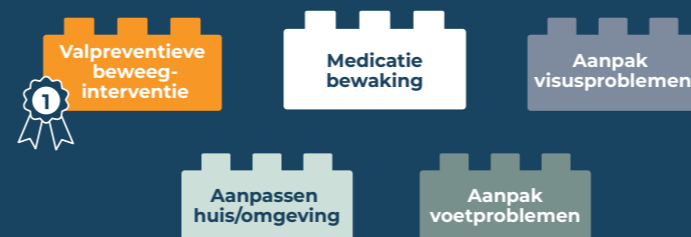
[veiligheid.nl/wat-werkt-in-valpreventie](https://veiligheid.nl/wat-werkt-in-valpreventie)

Bron: Whitepaper Wat werkt in valpreventie. VeiligheidNL 2020

## Inzetten van effectieve interventies

Effectieve interventies:

Directe invloed op valrisico:



Indirecte invloed op valrisico:



Hoe in te zetten



Optie 1

Alleen inzetten van valpreventieve beweginginterventie



Optie 2

Twee of meerdere interventies als standaard pakket aanbieden



Optie 3

Twee of meerdere interventies o.b.v. individuele risicobeoordeling

## Samenwerken aan een goede opzet & uitvoering

- > Multi-disciplinaire samenwerking
- > Kennis en expertise professionals
- > Planmatige aanpak



## Bereiken van de doelgroep

- > Signaleren verhoogd valrisico
- > Informeren en voorlichten
- > Begeleiden en ondersteunen
- > Volhouden faciliteren

