



# Veiligheidstips VOOR SENIOREN

Wat je zelf kan doen



Politie



**Politie**

De brochure “Veiligheidstips voor senioren - Wat je zelf kan doen” is een uitgave van de politiezone Balen-Dessel-Mol. Dit is de eerste editie waarvan de teksten zijn bijgewerkt tot april 2013. In samenwerking met de Seniorenraad van de gemeente Balen.

Verantwoordelijke uitgever: R. Mol, korpschef politiezone Balen-Dessel-Mol, Molenhoekstraat 2, 2400 Mol.

## Geruster door het leven

Als senior heb je wellicht het gevoel dat je meer kans maakt om slachtoffer te worden van criminaliteit. Deze gevoelens kloppen echter niet met de werkelijkheid. Politiecijfers geven aan dat senioren juist minder vaak slachtoffer zijn van een misdrijf dan andere leeftijdsgroepen. Jonge mannen horen zich volgens criminaliteitscijfers meer zorgen te maken.

Onveiligheid is natuurlijk meer dan de angst om slachtoffer van een misdrijf te worden. Ook slachtoffer worden van een ongeval in het verkeer of van een ongeluk thuis horen daarbij. Vorig jaar organiseerde de politie een veiligheidsenquête. Daarin gaven vooral senioren aan dat ze zich niet gerust voelen in het verkeer of als er bij valavond wordt aangebeld. Ook voorbij een groepje lawaaijige jongeren op de stoep of een pleintje moeten wandelen, werd als onaangenaam en bedreigend ervaren.

In deze brochure besteden we naast ongelukken in en rond de woning vooral aandacht aan voorkoming van diefstallen uit de woning of op straat, oplichting via internet, ... Kortom, die gebeurtenissen waarvan een senior denkt het slachtoffer te worden maar het meestel niet wordt.

Door middel van de tips in deze brochure trachten we het onveiligheidsgevoel van senioren te verminderen. Tegelijk voorkomen we dat senioren zich gaan opsluiten. Zo kan je zelf je veiligheid en je levenskwaliteit vergroten op straat en thuis.

Word je ondanks deze tips toch slachtoffer van een inbraak of ongeval, doe dan aangifte bij de politie. Wij trachten je dan professioneel en zo snel mogelijk te helpen.



Roger Mol

*Hoofdcommissaris van politie, Korpschef*



Kris Van Dijck

*Voorzitter politiecollege, Burgemeester Dessel*



Johan Leysen

*Lid politiecollege, Burgemeester Balen*



Paul Rotthier

*Lid politiecollege, Burgemeester Mol*



# Inhoudsopgave

1	Ongelukken in en rond huis voorkomen	7
	Valpreventie	7
	Brandrisico vermijden	8
2	Deur dicht voor dieven	10
	Een bewoonde indruk	10
	Goede gewoontes	10
	Bouwkundige maatregelen	11
3	Zorgeloos op weg	15
	Geniet van je wandeling	15
	Veilig op de fiets	17
	Ontspannen achter het stuur	18
4	Let op! Gauwdieven!	20
	Alert zijn op drukke plaatsen	20
	Handtas en portemonnee dicht!	21
	Slachtoffer van een diefstal?	21
5	Bedachtzaam telefoneren	24
	Misleidende telefoongesprekken	24
	Gebruik van de GSM	25
6	Veilig op internet	26
	Enkele basisregels om niet in de val te lopen	26
	De kleinkinderen beschermen	27
	Contact gegevens	28
	Belangrijke noodnummers	29

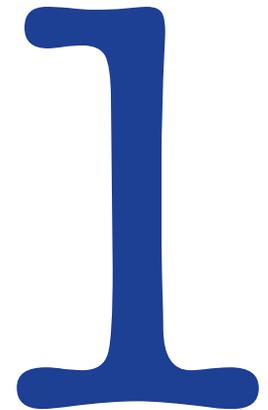


# Ongelukken in en rond huis voorkomen

Jaarlijks gebeuren er veel ongelukken in en rond huis. Als iemand ouder wordt, ligt een ongelukje in een steeds kleiner hoekje. Het is daarom belangrijk om het huis zo in te richten dat de kans op valpartijen, een brand of andere ongelukken vermindert.

## Valpreventie

- ◆ Onderhoud je terras of koer zodat het niet begroeid is met mos of gras. Zorg dat het toegangspad voor je huis er effen en proper bijligt. Nogal wat senioren lopen immers ernstige verwondingen op door het struikelen over kleine voorwerpen, bladeren, tuindecoratie, ...
- ◆ Doe goed en passend schoeisel aan als je in huis rondloopt. Als je op sokken of ruimzittende pantoffels loopt, is de kans op uitglijden groter.
- ◆ Maak altijd gebruik van de trapleuning en handgrepen aan de douche, het bad of het toilet. Zorg dat ladders en opstapjes in goede en stabiele staat verkeren. Bekleed eventueel traptreden met een antislipstrip en geef duidelijk de eerste en laatste trede aan met een (fluoriserende) strip.
- ◆ Losliggende matten en tapijten zorgen vaak voor valpartijen. Zorg dat deze voorzien zijn van een antisliplaag of kleef een antislipstrook onder deze vloerbekleding. Leg zowel in als voor de douche en het bad een rubberen antislipmat.
- ◆ Kies voor een goede verlichting in kelders, slaapkamers en bergingen. Houd ook in deze ruimtes orde, want vaak zijn er veel 'struikelblokken' aanwezig (dozen, wasmanden, ...).



# Wat te doen bij brand?

## Bel noodnummer 100 of 112

- ♦ De eerste zaak die men steeds bij brand moet doen, is de brandweer bellen. De tussenkomst bij brand is altijd gratis, ook al is de brand bij aankomst al geblust.
- ♦ Probeer uit een brandende woning te geraken door zo laag mogelijk bij de grond te blijven. In het begin van een brand is er veel rook, die stijgt en ontbrandt enkel als hij zeer hoge temperaturen bereikt ('flash-over').
- ♦ Brandwonden verzorg je in eerste instantie met koud, stromend water en niet met zalf of boter. Een brandwonde heeft vooral zuurstof nodig.

## Brandrisico vermijden

- ♦ Schaf zeker branddetectoren aan. Installeer er één op elke verdieping, vooral in de buurt van de slaapkamers. Ze waarschuwen bij rookontwikkeling. Ze zijn vrij goedkoop te verkrijgen in doe-het-zelfzaken en supermarkten. Vervang ook tijdig de batterijen.
- ♦ Bewaar ontplofbare materialen en brandversnellers op een veilige plaats. Dek geen verwarmingselementen af, zelfs niet om de was op te drogen. Plaats ze ook zeker buiten het bereik van kleine kinderen. Zorg voor een verliesstromschakelaar op je elektrische installatie en laat eventuele reparaties aan de elektrische installatie steeds door een vakman uitvoeren.
- ♦ Blijf tijdens het koken altijd bij de potten en pannen die op het fornuis staan.
- ♦ Giet nooit water op een brandende frietketel, fonduetoestel of barbecue. Deze blus je best met een branddeken of een goed uitgewrongen dweil. Bescherm hierbij wel zeker je handen met een vochtige doek. Water is immers zwaarder dan olie en wordt onderaan stoom die met een enorme kracht stijgt en deeltjes frietvet meeneemt: een enorme vuurbal.
- ♦ Doof tijdig de lampen en het vuur van de open haard als je weggaat of gaat slapen en schakel de televisie volledig uit. Je televisie op stand-by laten staan, kan gevaarlijk zijn.
- ♦ Controleer bij het verlaten van je woning of je wel alle huishoudtoestellen hebt uitgeschakeld en of alle kaarsen gedoofd zijn. Spring veilig om met verlengsnoeren.
- ♦ Zorg dat de gasgeisers, houtkachels, gaskachels, haarden, petroleumtoestellen en andere toestellen die met vlammen branden op de juiste manier worden geïnstalleerd, afgesteld en onderhouden.
- ♦ Bij een gasreuk doe je best niet plots de ramen open. Een ontploffing vereist immers de juiste balans zuurstof en gas. Door lucht binnen te laten kan je deze balans bekomen.
- ♦ Zorg altijd voor voldoende ventilatie en laat bv. nooit de motor van een motorvoertuig draaien in een kleine ruimte (zoals een garage).



*Een brandende sigaret kan op korte tijd ernstige schade aanrichten. Gebruik daarom altijd stevige asbakken die niet kunnen kantelen. Controleer voor het slapengaan steeds of de sigaretten uit zijn. Maak de asbak echter nooit direct leeg maar overgiet de peuken met water en verwijder ze dan de volgende dag. Rook nooit in bed.*

# Deur dicht voor dieven

Inbrekers willen graag snel, ongezien en vooral zonder veel lawaai te werk gaan. Een aantal goede gewoontes, eenvoudige voorzorgmaatregelen en bouwkundige ingrepen kunnen inbrekers afschrikken.

## *Een bewoonde indruk*

- ♦ Zorg ervoor dat je woning gemakkelijk gezien kan worden vanaf de straat. Hoge hagen maken sociale controle onmogelijk en laten een dief ongemerkt bezig zijn.
- ♦ Geef je huis een bewoonde indruk met een goede verlichting: laat bij afwezigheid licht branden en maak hierbij gebruik van een timer. Plaats op strategische plekken rondom het huis ook schrikverlichting (met bewegingssensor).
- ♦ Laat de rolluiken niet voor langere tijd naar beneden. Hiermee geef je immers een afwezigheidssignaal.
- ♦ Laat bij langere afwezigheid goede bekenden de brievenbus leegmaken, het gras afrijden, ...

## *Goede gewoontes*

- ♦ Leg geen sleutel op de 'klassieke verstopplaatsen', zoals onder de deurmat of in een bloempot.
- ♦ Laat nooit sleutels op de binnenzijde van buitendeuren zitten, ook niet als je slaapt. Zo kan de sleutel niet omgedraaid worden na glasbraak en ontnem je de inbreker extra vluchtwegen indien hij toch zou binnen geraken.
- ♦ Zorg ervoor dat je zelf, in geval van nood, je eigen (reserve)sleutels weet liggen.
- ♦ Sluit altijd alle ramen en deuren, ook al ben je maar even weg. Denk ook aan het toiletraam en de kipramen.
- ♦ Laat geen bruikbaar materiaal (ladders) in de tuin rondslingeren en sluit het tuinhuisje degelijk af.



- ♦ Berg juwelen niet op in de slaapkamer of de badkamer. Verspreid deze waardevolle zaken in je woning of berg ze op in een kluis. Haal ook niet meer contant geld in huis dan noodzakelijk is.
- ♦ Je doet er goed aan waardevolle voorwerpen te merken met je rijksregisternummer. Gebruik hiervoor een kraspen of een markeerstift (bv. voor glaswerk of porselein). Zo zorg je ervoor dat de goederen bij een eventuele diefstal niet makkelijk verkocht kunnen worden. Bovendien kan de politie deze zaken aan de hand van het nummer opsporen.
- ♦ Kunstvoorwerpen, antiek of juwelen, kan je best fotograferen (voor juwelen met een meetlat ernaast).

### *Bouwkundige maatregelen*

- ♦ Plaats inbraakwerende cilindersloten. Een cilinderslot moet voorzien zijn van een veiligheidsbeslag (rozet of langschild): dat wil zeggen dat de cilinder niet mag uitsteken en dat er geen zichtbare vijzen mogen zijn aan de buitenzijde. Zo kan het afbreken van de cilinder vermeden worden.
- ♦ Het binnenkomen langs schuiframen kan je eenvoudig vermijden door een passende stok in het geleidingsgedeelte langs de binnenzijde te leggen.
- ♦ Je kan uiteraard ook een elektronische beveiliging (bv. een alarmsysteem) laten installeren. Vraag hiervoor gespecialiseerd advies aan een erkende installateur.



Voor meer (bouwkundige) tips en extra beveiligingsoplossingen kan je gratis advies aanvragen bij de lokale politie Balen-Dessel-Mol.



## *Langere tijd afwezig?*

### **Gerust op vakantie**

- ◆ Maak bij langere afwezigheid goede afspraken met de burens (regelmäßig leegmaken van brievenbus, op- en neerlaten van rolluiken, openen en sluiten van gordijnen, ...).
- ◆ Let op met boodschappen op je antwoordapparaat. Als een inbreker je opbelt en hoort 'Wij zijn niet aanwezig. Wij zijn met vakantie tot...', is dat nuttige informatie. Spreek enkel een algemene boodschap in en vraag om informatie van de oproeper (naam, reden oproep).
- ◆ Je kan gratis afwezigheidstoezicht aanvragen bij de lokale politie.

### **Ziekenhuisopname**

- ◆ Neem geen geld mee naar het ziekenhuis. Laat waardevolle voorwerpen die je toch graag meeneemt, nooit onbewaakt in een kast van jouw ziekenhuiskamer. Vraag eventueel naar een kluis.
- ◆ Wees discreet over je ziekenhuisverblijf.
- ◆ Indien je personen met een vreemd gedrag waarneemt of indien je bestolen bent, meld je dit best onmiddellijk aan de verpleegkundigen. Zij zullen het nodige doen en de politiediensten verwittigen.



*De meeste mensen bewaren kostbare zaken op plaatsen die algemeen bekend zijn. Juwelen bewaar je bijvoorbeeld best niet in het nachtkastje of in de badkamer. Geld, sieraden en andere waardevolle bezittingen kan je beter verspreiden in de woning of opbergen in een kluis.*



## Laat je niet in de luren leggen

*Sinds enkele jaren heeft een bijzonder fenomeen zijn intrede gedaan, namelijk 'diefstal met list'. Het gaat hierbij om personen die zich onrechtmatig uitgeven voor bijvoorbeeld een politieagent, liefdadigheidswerker of een arbeider van een gas-, water- of elektriciteitsmaatschappij. De daders proberen met deze valse titel een woning binnen te gaan en zo een diefstal te plegen.*

### Voor je de deur opendoet:

- ◆ Kijk door een raam of kijkgaatje, gebruik een deurketting of de parlofoon. Twijfel je bij de bedoelingen van je bezoeker? Houd dan de deur dicht en op slot.
- ◆ De regel is: laat bij twijfel geen mensen binnen als je alleen thuis bent. Mensen willen soms binnenkomen met smoesjes zoals "mag ik een glas water", "mag ik even naar het toilet", "mag ik uw telefoon gebruiken", ....
- ◆ Vraag een politieagent of een werknemer van een gas-, electriciteits- of andere maatschappij om een dienstkaart te tonen.
- ◆ Wees op je hoede voor verkopers die aan de deur bepaalde diensten aanbieden zoals asfalteren, daken reinigen, ... Als je hier toch op ingaat, maak dan vooraf duidelijke schriftelijke afspraken over de opdracht en de prijs. Vraag in elk geval een telefoonnummer en zeg dat je pas later zal beslissen. Weet dat je bij huis-aan-huisverkoop 7 dagen bedenktijd hebt.
- ◆ Verwittig de politie indien deze mensen zich blijven opdringen, ongevraagd blijven terugkomen of je bedreigen.

# Zorgeloos op weg

Senioren lopen, nog meer dan de andere weggebruikers, een reëel gevaar wanneer ze zich in het verkeer begeven. Over het algemeen hebben ouderen een grotere fysieke kwetsbaarheid en ook het beoordelingsvermogen (reactietijd in het verkeer) mindert met de leeftijd. Uit cijfers blijkt dat oudere voetgangers vaker worden aangereden tijdens het oversteken of bij het links afslaan.

## *Geniet van je wandeling*

- ♦ Draag bij voorkeur een fluovest om goed op te vallen in het verkeer.
- ♦ Bij gebrek aan een voetpad of berm stap je best op het fietspad rechts in jouw staprichting (fietsers hebben hier wel voorrang) of op vrije parkeerruimtes. Is er echter niets van voorgaande, dan is het veiligst om links op de rijbaan en achter elkaar te stappen. Zo zie je het tegemoetkomend verkeer aankomen.
- ♦ Steek altijd recht de straat over. Zo is de afstand het kortst en kan je het verkeer beter in het oog houden. Neem bovendien altijd de veiligste route, niet de kortste en vermijd onverlichte, onveilige of verlaten plaatsen.



# 3



*Je hebt als voetganger voorrang op een zebra-pad (zonder verkeerslichten of een agent die het verkeer regelt) als je op het punt staat om over te steken of als je aan het oversteken bent. Voorrang betekent echter niet dat je blindelings mag oversteken. Met een handbeweging of door het aankijken van een bestuurder (oogcontact) kan je duidelijk maken dat je wenst over te steken.*

## Veilig op de fiets

- ♦ Je bent niet alleen op de baan. Houd daarom altijd rekening met de andere weggebruikers en wees alert. Denk bijvoorbeeld. aan openslaande autoportieren, afslaande auto's die je de weg afsnijden, automobilisten die je geen voorrang geven als je daar recht op hebt, enz. Rijd steeds op het fietspad.
- ♦ Maak zoveel mogelijk oogcontact met de andere weggebruikers. Zo weet je dat de andere weggebruiker je gezien heeft. Draag zoveel mogelijk een fluovestje en zorg voor voldoende verlichting en zichtbare reflectoren of LED-lichtjes.
- ♦ Als je wenst af te slaan, geef dan een teken met je arm om je richting duidelijk te maken. Houd er ook rekening mee dat je op de fiets moet kunnen zien wat er achter je gebeurt, bv. als je naar links wil afslaan.
- ♦ Maak gebruik van een opstelvak voor fietsers indien aanwezig. Zo kan je bij groen licht als eerste het kruispunt oprijden. Let altijd op voor voertuigen die in jouw richting afslaan wanneer je een kruispunt wilt overrijden. Vooral vrachtwagens hebben een grote dode hoek, rij dus enkel het kruispunt over indien je er zeker van bent dat men je gezien heeft.
- ♦ Plaats je fiets in een beveiligde, goed verlichte en overdekte fietsenstalling en bevestig je fiets met een stevig slot aan een vast object. Laat geen afneembare lampen, fietspompen en drinkbussen op je fiets achter. Verwijder de draagtassen of zorg in ieder geval dat je er geen waardevolle voorwerpen in achterlaat. Laat je fiets zeker niet zonder slot achter, zelfs niet voor even!
- ♦ Het is verstandig om een fiets met lage instap aan te schaffen zodat je gemakkelijker kan op- en afstappen en steeds met beide benen aan de grond kunt geraken. Heb je problemen met je evenwicht, gebruik dan liever een driewieler of "trike". Zorg in ieder geval dat je fiets technisch in orde is. Een fietshelm geeft je bescherming bij een eventuele val of botsing.

## Gratis fietsgraveren

*In de politiezone Balen-Dessel-Mol kan je gratis je fiets laten graveren of voorzien van een speciaal, niet verwijderbaar identificatielabel. Hiervoor kan je contact opnemen met de gemeentediensten of met de lokale politie.*

- ♦ Een graveernummer zorgt ervoor dat de fiets een minder aantrekkelijk doel is voor dieven (minder makkelijk te verkopen). Bovendien vergroot een graveernummer de kans dat je fiets kan worden terugbezorgd als deze is teruggevonden.
- ♦ Zorg er bovendien voor dat je jouw fiets goed kan beschrijven in geval van diefstal. De politie kan je fiets bij aangifte enkel als gestolen seinen en opsporen indien je jouw merk, type, kleur, eventueel bijzonderheden en vooral het identificatienummer kan opgeven.

### Herstel fietsen

Bij fietspech kan je, tegen vergoeding, alle dagen tussen 7 uur en 21 uur je fiets laten ophalen, zowel in Balen, Dessel en Mol, door het fietsatelier van Mol:

tel. 0473 86 60 37 of 014 32 14 45.

## Verkeersregels voor rolstoelen en gemotoriseerde voortbewegings-toestellen

- ♦ Wanneer je niet sneller dan stapvoets rijdt, moet je de verkeersregels voor voetgangers volgen.
- ♦ Wanneer je sneller dan stapvoets beweegt, dan val je onder de groep fietsers en volg je de regels voor fietsers.
- ♦ Denk eraan dat je voor een gemotoriseerd voortbewegings-toestel een verzekering moet afsluiten. Informeer hiernaar bij je verzekeringsagent.

### Ontspannen achter het stuur

- ♦ Sluit je wagen steeds langs de binnenzijde af als je vertrekt. Zo voorkom je dat dieven je kunnen overvallen als je bijvoorbeeld stilstaat voor een rood verkeerslicht.
- ♦ Plaats ook je handtas of rugzak altijd op de grond achter de bestuurderszetel, niet op de zetel langs je. Zo voorkom je diefstal terwijl je in je voertuig zit en ergens stil of geparkeerd staat, ook wel 'sacjacking' genoemd.
- ♦ In geval van autopech of een verkeersongeval plaats je de wagen, indien mogelijk, op de pechstrook met de vier knipperlichten aan en de gevarendriehoek op voldoende afstand. Blijf niet in de auto zitten maar ga voldoende ver in de berm staan met een fluorescerend vestje aan. Zorg steeds dat je een aantal nuttige telefoonnummers bij de hand hebt, zoals bv. te verwittigen familieleden, pechverhelpings- of depannagedienst, verzekeringsmakelaar, enz.
- ♦ Rijd nooit met de wagen als je onder stress staat of als je erg moe bent. Ook bepaalde geneesmiddelen kunnen je rijgedrag en reactievermogen beïnvloeden of slaapverwekkend zijn. Alcohol is uit den boze.
- ♦ Neem geen lifters mee.



# Bewust parkeren

- ◆ Parkeer bij duisternis bij voorkeur op een goed verlichte plaats.
- ◆ Parkeer een wagen altijd achteruit in een standplaats zodat je veilig kan vertrekken.
- ◆ Parkeer je auto, indien mogelijk, met de wielen naar de stoep gedraaid. Dit bemoeilijkt de verschillende diefstalmethoden. Schakel steeds het stuurslot in. Zo heeft de dief al minstens één bijkomende hindernis alvorens hij met je wagen kan vertrekken.
- ◆ Sluit de wagen altijd zorgvuldig af als je hem verlaat, ook al is dit maar voor een korte periode. Dit ben je trouwens wettelijk verplicht. Anders zou er sprake kunnen zijn van uitlokking van diefstal. Check steeds of je niets waardevols in het zicht hebt laten liggen.
- ◆ Klap, indien mogelijk, ook steeds de buitenspiegels dicht. Dit beperkt de schade bij een eventuele aanrijding.
- ◆ Je dient steeds de originele exemplaren van de boorddocumenten bij je te hebben. Bewaar thuis echter altijd een kopie. Neem de documenten wel uit het voertuig indien je de auto voor langere tijd onbeheerd achterlaat.
- ◆ Zet je wagen steeds in de garage indien je hierover beschikt. Sluit ook hier je wagen steeds zorgvuldig af, evenals de garagepoort zelf.



# Tanken

- ◆ Doof je sigaret vooraleer je begint te tanken. Gooi de sigaret zeker niet op de grond.
- ◆ Kijk altijd goed uit of je wel de juiste brandstof tankt. Bespaar jezelf op die manier de moeilijkheden om de verkeerde brandstof weer te laten verwijderen.
- ◆ Maak geen gebruik van je mobiele telefoon. Gsm-stralen in combinatie met benzinedampen kunnen brand/ ontploffing veroorzaken.
- ◆ Let erop dat je het brandstofpistool verwijderd uit je wagen voordat je gaat betalen of vertrekt. Controleer steeds voor je vertrekt of de dop wel goed op de benzinetank zit.
- ◆ Sluit je wagen altijd af voor je tankt of voor je gaat betalen. Vertrouw er niet op dat je de wagen steeds in het zicht hebt. Laat nooit de sleutels op het contact zitten en laat geen waardevolle zaken onbeheerd en zichtbaar achter in je auto (bv. mobiele telefoon, portefeuille, handtas,...).

# Let op! Gauwdieven!

Gauwdieven zijn de zogenoemde 'zakkenrollers' en 'tasjesdieven' die hun slag slaan op druk bezochte plaatsen zoals winkelcentra, markten of in het openbaar vervoer. De lokale politie besteedt vooral tijdens de koopjesdagen en markten extra aandacht aan de preventie van gauwdiefstallen. Zelf kan je ook een aantal maatregelen nemen.

## *Alert zijn op drukke plaatsen*

- ♦ Wees extra waakzaam bij grote drukte (aan een bushalte, bij de kassa, in de pashokjes of bij een smalle doorgang...) of als er opschudding rondom je ontstaat. Gauwdieven gebruiken immers vaak afleidingsmanoeuvres, zoals tegen je aanlopen of iets op je kleding morsen. Liften en roltrappen zijn ook bevoorrechte plaatsen voor gauwdieven, die zich tegenover een gemakkelijk toegankelijke tas bevinden.
- ♦ Laat een handtas nooit onbeheerd achter in een winkel of horecazaak terwijl u even rondkijkt of naar het toilet gaat. Laat je handtas ook nooit achter in een winkelwagentje van een groot warenhuis of in een lege ziekenhuiskamer.
- ♦ Pas op voor enquêteurs en bedelaars: ze zijn vaak bedoeld om de aandacht af te leiden en anderen ondertussen makkelijk te laten stelen.



### *Handtas en portemonnee dicht!*

- ♦ Laat je handtas steeds gesloten en maak er geen gemakkelijk doelwit van voor dieven. Soms lijkt de handtas (voor dames of heren) de beste oplossing te zijn, op voorwaarde dat deze gedragen wordt op een correcte manier:
  - De tas moet gesloten zijn met knopen of met een rits.
  - De sluiting moet zich niet aan de buitenkant bevinden, maar tegen het lichaam.
  - De handtas moet zodanig gedragen worden dat deze zich niet achter je bevindt.
- Voor een dief is het gemakkelijk zich achter een persoon te plaatsen, die zijn tas schuin over de rug draagt.
- ♦ Heren dragen hun portefeuille liefst in de binnenzak van een jas die ze best met een knoop of ritssluiting dichtmaken.
- ♦ Laat een portefeuille of een mobiele telefoon nooit achter in jassen die je onbewaakt achterlaat (bv. in een vestiaire, in een trein of op een stoel).





## *Geld en bankkaarten*

- ◆ Neem nooit teveel geld mee. Gebruik bij voorkeur betaalkaarten en beperk de hoeveelheid cash geld.
- ◆ Bewaar de bankkaart nooit samen met het codenummer.
- ◆ Vermijd geld te moeten afhalen bij duisternis, op iets meer afgelegen plaatsen en in andere situaties waar geen of weinig sociale controle is. Check altijd grondig de omgeving op verdachte personen of situaties. Haal geld af bij onregelmatigheden.
- ◆ Tik je geheime code in op een discrete manier en zorg ervoor dat anderen niet kunnen meekijken!
- ◆ Wees alert voor mensen die je bij geldafhaling aanspreken of vragen blijven stellen. Dit is een manier om jouw kaart te ontvreemden. Verlaat nooit de bankautomaat als jouw kaart is ingeslikt. Roep de bankbediende als het kan of telefoneer naar je bank. Blokkeer je bankkaart via Card Stop indien niemand je direct kan helpen.
- ◆ Geef nooit je betaalkaart af als je er geen toezicht op kan houden. Ga mee tot de plaats waar het toestel zich bevindt. Zo vermijd je dat men jouw gegevens kan kopiëren en op een andere kaart kan zetten.



## *Slachtoffer van een diefstal*

- ♦ Je bankkaart kan je blokkeren via Card Stop (tel. 070 34 43 44) of bij je bankinstelling.
- ♦ Bovendien kan je bij verlies of diefstal je identiteitskaart en paspoort laten blokkeren via Doc Stop (tel. 0800 21 23 21 23).
- ♦ Voor het blokkeren van je mobiele telefoon dien je de netwerkbeheerder te contacteren (Mobistar, Base, Proximus, enz.).
- ♦ Pas daarna doe je aangifte bij de politie.

# Bedachtzaam telefoneren



Iedereen wordt wel eens geconfronteerd met ongevraagde en ongewenste telefoongesprekken van verkopers, enquêteurs of erger nog, potentiële dieven.

## *Misleidende telefoongesprekken*

- ♦ Laat degene die je opbelt altijd zichzelf eerst voorstellen.
- ♦ Zeg nooit dat je alleen thuis bent. Indien je weduwe of weduwnaar bent, deel dit dan niet mee aan de persoon aan de andere kant van de lijn.
- ♦ Bewaar voldoende discretie bij telefoonenquête: zeg niets over welke geldmiddelen je beschikt, wanneer je op vakantie gaat, ...
- ♦ Wees aandachtig voor herhaaldelijk 'verkeerd verbonden', dit zijn oproepen waarbij er niets gezegd wordt als je de telefoon opneemt. Waarschijnlijk tracht men uit te vissen of je al dan niet thuis bent. Maak van deze verdachte oproepen zeker melding bij de politie.
- ♦ Als een onbekend persoon je telefoonnummer vraagt, zeg dan dat je hem of haar zelf zal contacteren en vraag op welk nummer je deze persoon kunt terugbellen.
- ♦ Vraag om enkel de initialen van jouw voornaam op te nemen in de telefoongids, zeker wanneer je een alleenstaande, weduwe of weduwnaar bent.

# 5

## *Gebruik van de GSM*

- ♦ Het is van groot belang altijd een opgeladen en geactiveerde mobiele telefoon bij je te dragen en die ook voor te programmeren met enkele belangrijke nummers (politie, thuis, dokter, burens, vrienden). Zo moet je in een panieksituatie niet nadenken over de nummers van bekenden die je hulp kunnen komen bieden.
- ♦ Indien je een situatie niet vertrouwt, verwittig dan een vriend of familielid en laat hen weten waar je bent en voor hoe lang. Je kunt dan afspreken om telefonisch contact te houden.
- ♦ Noteer het oproepnummer van je GSM en het IMEI-nummer (bestaat uit 14 cijfers en staat op de aankoopfactuur). Deze gegevens heb je nodig bij de aangifte van diefstal of verlies van je mobiele telefoon. Je kan je IMEI-nummer opvragen door te bellen naar \* # 06 #.



## *In geval van nood*

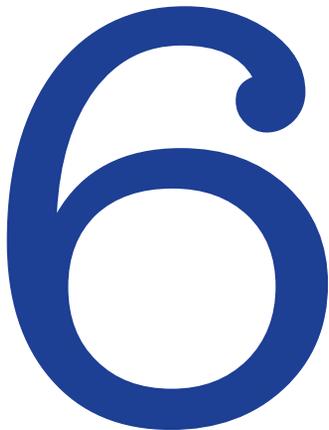
- ♦ Leg langs je telefoontoestel in de woning een kaart met vermelding van alle nuttige telefoonnummers zodat je deze vlug bij de hand hebt in geval van nood.
- ♦ Programmeer ook enkele noodnummers, de zogenoemde ICE-telefoonnummers (In Case of Emergency), in je gsm, bv. ICE1 Maria, ICE2 Jef, enz. In geval van een noodsituatie kunnen de hulpdiensten gemakkelijk de te verwittigen familieleden of vrienden opzoeken in jouw lijst met contactpersonen.

# Veilig op internet

Het internet is een uitgebreide informatiebron met miljoenen gebruikers. Ook in deze wereld zijn helaas criminelen actief. Het overkomt iedere internetgebruiker wel eens dat hem via het internet tegen betaling diensten of goederen worden aangeboden. In een aantal gevallen (gelukkig een minderheid) blijkt het achteraf te gaan om oplichting.

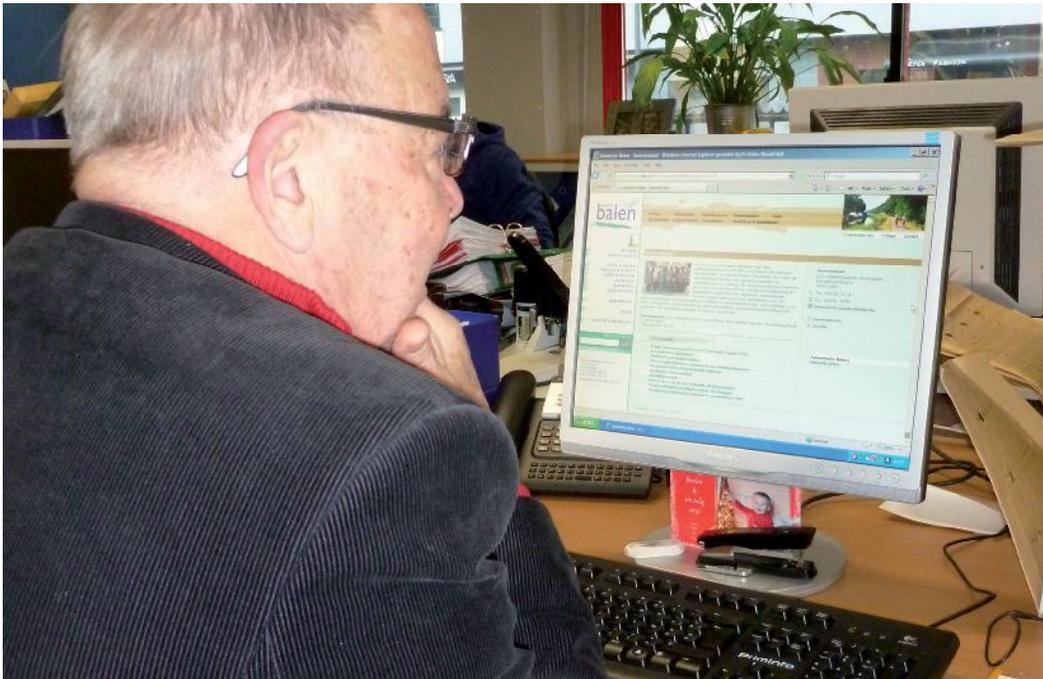
## *Enkele basisregels om niet in de val te lopen*

- Kies geen voorspelbare en gemakkelijke wachtwoorden, zoals je geboortedatum of de naam van je kind of huisdier.
- Plak geen lijsten met wachtwoorden, geheime codes of andere vertrouwelijke gegevens op je computer. Tracht ze te onthouden maar schrijf ze in geen geval neer.
- Het is belangrijk om je computer goed te laten beveiligen tegen virussen. Raadpleeg daarvoor een verdeler of vraag iemand met kennis van zaken dit voor je te doen.
- Ga bewust om met je persoonlijke gegevens. Zet nooit je e-mailadres, telefoonnummer, afwezigheden of woonadres op het internet.
- Open geen bestanden of berichten van totaal onbekenden: verwijder ze zonder ze te openen en leeg regelmatig de prullenbak van je e-mailsysteem.
- Open geen berichten in vreemde talen of met misleidende onderwerpen als 'u heeft gewonnen', 'u moet nog een voorschot storten', 'u krijgt een cadeau', ... Het zijn allemaal trucs om je bankgegevens te krijgen of om je een geldoverschrijving te laten doen.
- Zorg dat je nooit betaal- of inlogcodes aan anderen geeft. Zelfs banken vragen nooit naar dit soort gegevens via e-mail of telefoon.



## *De kleinkinderen beschermen*

- ♦ Met “Ouderlijk toezicht” kan je het computergebruik van je kleinkinderen in de gaten houden. Je kunt bepalen welke programma's ze mogen gebruiken, bijvoorbeeld welke spelletjes ze mogen spelen en je kan ook bepalen hoe lang ze op de computer mogen en wanneer.
- ♦ Indien je een computer hebt met het Windows-besturingssysteem, zoals de meeste mensen, dan vind je het “Ouderlijk toezicht” in het Configuratiescherm bij de gebruikersaccounts. Dit kan verschillen van computer tot computer.
- ♦ Wat “Ouderlijk toezicht” echter niet kan, is bepalen op welke websites de kleinkinderen mogen kijken en hier schuilt wellicht het grootste gevaar. Om dit op te lossen kan je “Windows Live Family Safety”\* downloaden en installeren. Met dit gratis programma kan je bepalen welke websites je kleinkinderen mogen bekijken en met wie ze online kunnen praten.
- ♦ Wanneer je problemen hebt met het instellen van “Ouderlijk toezicht” of “Windows Life Family Safety”, ga je best ten rade bij vrienden of familie met kennis ter zaken of raadpleeg professionele hulp.



## *Misleidende e-mails*

Ouderen worden steeds vaker het slachtoffer van 'phishing'. Dit is een vorm van internet- en identiteitsfraude. Er wordt dan een e-mail verstuurd door criminelen waarin zij zich voordoen als betrouwbare bank. Via een link verwijzen ze je door naar een valse website van de bank om zogenaamd een blokkering van je betaalkaart te voorkomen. Ook wordt wel eens een mooie bijverdienste beloofd. De beste raad is om deze mails te negeren en ze meteen te wissen. Ga er vooral nooit op in, je riskeert veel geld kwijt te raken!



[www.politiebalendesselmol.be](http://www.politiebalendesselmol.be)

## Contactgegevens lokale politie Balen-Dessel-Mol

### *Hoofdkantoor*

Molenhoekstraat 2, 2400 Mol  
Tel. 014 33 37 00, Fax 014 33 37 09  
E-mail: [onthaal@politiebalendesselmol.be](mailto:onthaal@politiebalendesselmol.be)  
*Permanent geopend*

### *Wijkpost Balen*

Molenstraat 58, 2490 Balen  
Tel. 014 33 37 70, Fax 014 33 37 79  
E-mail: [wijkbalen@politiebalendesselmol.be](mailto:wijkbalen@politiebalendesselmol.be)  
*Openingsuren: elke werkdag van 8u tot 12u, woensdag ook van 13u tot 16u en donderdag ook van 17u tot 18u*

### *Wijkpost Dessel*

Kwademeer 26, 2480 Dessel  
Tel. 014 33 37 80, Fax 014 33 37 89  
E-mail: [wijkdessel@politiebalendesselmol.be](mailto:wijkdessel@politiebalendesselmol.be)  
*Openingsuren: elke werkdag van 8u30 tot 12u, donderdag ook van 13u30 tot 16u en van 17u tot 19u*

### *Wijkpost Mol*

Statiestraat 46 a, 2400 Mol  
Tel. 014 33 37 90, Fax 014 33 37 99  
E-mail: [wijkmol@politiebalendesselmol.be](mailto:wijkmol@politiebalendesselmol.be)  
*Openingsuren: elke werkdag van 8u30 tot 12u, in de namiddag na afspraak*

# Belangrijke noodnummers

Je kan 24 uur op 24 en 7 dagen op 7 naar de noodcentrales bellen voor dringende hulp.

*Dringende politiehulp*

**101**

*Dringende medische hulp  
(ambulance, brandweer)*

**100**

*Medische spoedgevallen,  
brandweer en politie in Europa*

**112**

*Permanentedienst apothekers*

[www.apotheek.be](http://www.apotheek.be)

**0900 10 500**

*DOC STOP*

blokkeren van een identiteitskaart of  
Belgisch paspoort na diefstal of verlies

[www.docstop.be](http://www.docstop.be)

**00800 2123 2123**

*CARD STOP*

blokkeren van bank- en kredietkaarten  
[www.cardstop.be](http://www.cardstop.be) en [www.mijnkaart.be](http://www.mijnkaart.be)

**070 344 344**



# Nota's

A series of horizontal dotted lines for writing notes.

