

## Hoe kunnen we mensen met een licht verstandelijke beperking ondersteunen bij het houden aan de regels van de coronamaatregelen?

### Antwoord

---

#### 1. Voorlichting geven

Het is belangrijk dat mensen met een licht verstandelijke beperking snappen waarom ze binnen moeten blijven. Het is belangrijk dat begeleiders uitleggen wat de voordelen zijn van het binnen blijven, en dat dit voor hun eigen gezondheid het veiligst is. Mensen met een licht verstandelijke beperking hebben moeite met dingen snel te begrijpen, dus is het belangrijk dat begeleiders dit individueel bespreken. Om in een gesprek dingen te verduidelijken kun je als begeleider de volgende dingen doen.

1. Praat niet te snel.
2. Probeer dingen te herhalen.
3. Vraag of de persoon begrijpt wat je zegt.
4. Werk als het nodig is met plaatjes.

#### 2. Motiveren

Het is belangrijk dat je als begeleider de persoon het gevoel geeft dat hij of zij er niet alleen voor staat. Om de persoon te motiveren is het belangrijk dat hij of zij betrokken wordt bij het opstellen van een dagprogramma. Het is belangrijk dat mensen met een licht verstandelijke beperking doormiddel van een dagprogramma binnen activiteiten gaan ondernemen waardoor ze zich toch kunnen vermaken. Het is bij het betrekken van de persoon belangrijk zelf ideeën aandragen over hoe een dagprogramma eruit komt te zien. Het is vooral belangrijk dat de persoon dat ze het met anderen samen moeten doen. Samen staan we sterk.

#### 3. gebruik geen dwang en dreiging

De coronacrisis heeft invloed op iedereen, dus ook op mensen met een licht verstandelijke beperking. Deze situatie kan ervoor zorgen dat mensen met een licht verstandelijke beperking psychische klachten krijgen omdat ze zich éenzaam gefrustreerd of angstig voelen. Het is niet de bedoeling dat je als begeleider deze gevoelens opwekt. Je moet als begeleider mensen niet verplichten om beschermingsmiddelen te gebruiken als dat niet nodig is. Zoals mondkapjes, handschoenen en schorten. Mensen moeten zich thuis en veilig voelen in hun woning. Eigen regie en autonomie zijn hierin hele belangrijke onderdelen die hun niet mogen worden ontnomen.