

Hoe kunnen we ervoor zorgen dat dagprogramma's voor cliënten éénvoudig en toch afwisselend zijn in deze corona tijd?

Antwoord

Mensen met een verstandelijke beperking hebben over het algemeen behoefte aan een vaste structuur. Dit wil zeggen dat het belangrijk is dat een dagprogramma bestaat uit activiteiten die steeds weer terugkomen. Het is belangrijk dat het dagprogramma naast de terugkomende activiteiten ook uitdagend is.

Dagelijkse rollen

Het is als begeleider belangrijk om aan te sluiten bij de leefwereld van de cliënt, wat hij dagelijks doet, wat hij leuk vindt om te doen en welke rollen de mensen normaal gesproken hebben in het dagelijks leven. Hierbij kun je denken aan: zoon, dochter, broer, zus, vriend, vriendin. Het is belangrijk dat je als begeleider mensen met een verstandelijke beperking ondersteunt bij het blijven vervullen van hun rol en zorgen dat ze op een aangepaste manier goed mee kunnen blijven doen. Hierbij kun je denken aan beeldbellen. Een kaartje sturen en of thuiswerken.

Beweging

Het is belangrijk dat mensen met een beperking ondanks deze thuissituatie in beweging blijven. Dit is belangrijk voor hun lichamelijke en geestelijke gezondheid. Mensen voelen zich beter, zijn alerter, en het komt hun gedrag ten goede. Het is belangrijk dat je als begeleider met de persoon een [dagprogramma samenstelt](#) met bijvoorbeeld activiteiten in de groep, activiteiten om te bewegen en spelactiviteiten.