



Associatie van Academische Werkplaatsen VB

Onderstaande kennisvraag is beantwoord door de Academische Werkplaatsen aangesloten bij de Associatie van Academische Werkplaatsen Verstandelijke Beperkingen. Een overzicht van alle kennisvragen is te vinden op [de website van de Associatie](#).

Versie 5.0 12-04-2020

Aly Waninge, Academische Werkplaats EMB , a.waninge@pl.hanze.nl

i.s.m. collega professionals en onderzoekers

Kennisvraag

20-03-2020

De programma's van de meeste cliënten zijn niet zoals gebruikelijk. Dit kan onrust bij cliënten geven maar mogelijk ook onderprikkeling. Welke opties zien jullie om een afwisselend dagprogramma te realiseren? (aanvullend aan wat onze eigen mensen bedenken).

Publiekssamenvatting

Voor mensen met een beperking biedt een dagprogramma veel houvast. Vast terugkerende activiteiten kunnen afgewisseld worden met verrassingsvolle, nieuwe en andere elementen om onderprikkeling te voorkomen.

Om te zorgen dat mensen met een beperking mee kunnen blijven doen, is het van belang om de rollen die zij normaal gesproken vervullen na te gaan, bv. dochter/zoon, broer/zus, vriend(in), deelnemer aan dagbesteding. Wat is er nodig in de ondersteuning zodat mensen met een beperking hun de rollen in deze periode eventueel in aangepaste vorm kunnen blijven vervullen? Bv. door (beeld)bellens met hun ouders/broer of zus, door te zoeken naar manieren om het werk naar huis te halen. Deze werkwijze biedt een ingang om mensen met een beperking te helpen om te blijven participeren in deze periode. De dagelijkse bewegingsactiviteiten zijn van cruciaal belang om in deze periode bewegingsbeperkingen en achteruitgang in vaardigheden van kinderen en mensen met een beperking te voorkomen en functionele vaardigheden te behouden. Bovendien is bewegen een van de manieren om alerter te worden, gedragsproblemen te voorkomen en een gevoel van welbevinden te creëren. Ook groeps- en spelactiviteiten kunnen hieraan bijdragen.



Take home boodschap

1. Er is geen eensluidende oplossing die geadviseerd kan worden. Een individueel aangepast terugkerend dagritme in combinatie met verrassingsvolle elementen ter afwisseling helpen om onrust en onderprikkeling te voorkomen.
2. Bedenk welke rollen de persoon met beperking normaal gesproken vervult. Kunnen deze rollen nu anders vervuld worden en zo ja, hoe dan?
3. De tips vanaf pagina 4 voor eenvoudige groeps-, beweeg- en spelactiviteiten kunnen helpen om het dagprogramma meer afwisseling en inhoud te geven.

Sterkte van onderbouwing

De onderbouwing van de achtergrond is sterk en relevant. De meeste groeps-, spel- en beweegactiviteiten zijn praktijkinitiatieven, relevant maar niet onderbouwd. Als er sprake is van sterke onderbouwing wordt dit aangegeven*. De antwoorden zijn wel onmiddellijk toepasbaar. Er dient echter voor iedere persoon een afgestemde afweging van de invulling binnen het dagprogramma gemaakt te worden.

Achtergrond

Door alle Corona maatregelen is het een hele onrustige tijd voor iedereen en zeker ook voor mensen met een beperking, hun naasten en de professionals in zowel hun professionele als persoonlijke omgeving. In deze omstandigheden is het geen eenvoudige opgave voor gezinnen met een kind met een beperking en voor begeleiders binnen zorgorganisaties om een mooi gevuld en afwisselend programma aan te bieden. Zeker omdat mensen met een beperking veelal niet naar dagbesteding gaan, er geen ouders, vrijwilligers en anderen op bezoek mogen komen of mogen ondersteunen en therapeuten slechts het hoogstnoodzakelijke mogen doen.

Dagprogramma

Voor alle mensen is een leuke en afwisselende dagbesteding van belang. Dat geldt ook en zelfs in grotere mate voor mensen met een beperking, voor wie een dagprogramma veel houvast biedt¹. Net als voor andere doelgroepen, zoals kinderen en werknemers die thuis moeten werken², wordt voor mensen



Associatie van Academische Werkplaatsen VB

met een beperking geadviseerd om vast te houden aan het normale dagritme van opstaan, wassen, aankleden, eten om onrust te voorkomen. Het werk of dagactiviteiten kunnen naar huis of woongroep gehaald worden, er kan contact gehouden worden met bekende personen door (beeld)bellens of berichtjes, het is belangrijk om regelmatig naar buiten gaan. Deze vast terugkerende activiteiten kunnen afgewisseld worden met verrassingsvolle, nieuwe en andere elementen om onderprikkeling te voorkomen.

Mee blijven doen

Participeren, meedoen net als anders, is voor mensen met een beperking in deze periode extra lastig. Naast het werk of activiteiten naar mensen toe te brengen, kan ook in huis of in de woongroep geholpen worden met dagelijks terugkerende klusjes. Daarbij is het van belang om aandacht te hebben voor de rollen die de persoon met beperking anders vervult: hoe vult hij of zij nu de rollen in die hij of zij anders heeft, bv. de rol van broer of zus, kind, dierenverzorger, collega, wandelaar³. Kunnen deze rollen nu anders vervuld worden en zo ja, hoe dan?

Een mogelijke kans binnen zorgorganisaties is dat medewerkers dagbesteding en bewegingsagogen binnen bepaalde zorgorganisaties op de woongroepen worden ingezet, dat biedt ook een kans op alternatieve invullingen en uitwisseling.

Gezond blijven

Nu veel (fysio)therapeuten, al of niet verbonden aan zorgorganisaties, op afstand adviezen geven in plaats van directe behandeling, levert dit ook zorg op bij ouders van kinderen en volwassenen met een beperking: hoe wordt de ontwikkeling gestimuleerd en hoe worden bewegingsbeperkingen en achteruitgang in vaardigheden voorkomen? Juist de dagelijkse bewegingsactiviteiten zijn van cruciaal belang om in deze periode bewegingsbeperkingen en achteruitgang in vaardigheden van kinderen en mensen met een beperking te voorkomen en functionele vaardigheden te behouden⁴. Bewegen is daarbij een manier om alerter te worden, gedragsproblemen te voorkomen en een gevoel van welbevinden te creëren^{5,6,7,8}.

Er is geen eensluidende oplossing die geadviseerd kan worden. Een individueel aangepast terugkerend dagritme in combinatie met verrassingsvolle elementen ter afwisseling helpen het best om onrust en onderprikkeling te voorkomen. Eenvoudige groeps-, beweeg- en spelactiviteiten kunnen mooie aanvullingen zijn en kunnen zorgen voor afwisseling in het dagprogramma.



Associatie van Academische Werkplaatsen VB

Groepsgewijze activiteiten

- Net als veel mensen thuis momenteel doen: terug grijpen op ouderwetse spelletjes als sjoelen, kegelen, puzzelen, bordspelletjes, balspelen, etc;
- Om de beurt een liedje noemen en die dan (mee)zingen;
- Dansen op de muziek van cd speler, of via de Ipad liedjes (op verzoek) op You Tube zoeken, een soort disco;
- Spelletjes met de Wi of met bv een toverlamp/-tovertafel.
- Samen opruimen en schoonmaken, allerlei huishoudelijke klusjes en iedereen op zijn/haar niveau een (onderdeel van) een taak geven.
- Zo mogelijk zoveel mogelijk naar buiten, in de tuin klusjes doen en iedereen op zijn/haar niveau een (onderdeel van) een taak geven, wandelen, fietsen, naar de speeltuin (als het daar niet te druk is).
- Probeer gebruik te maken van materialen die aanwezig zijn in de organisatie en die nu niet gebruikt worden, zoals allerlei spelmaterialen, ballen, beweegmaterialen als kegels, maar ook bv. hometrainers en motomeds.
- Ook onderling ruilen en daar een handig systeem voor opzetten is een mooi idee. Dit is bv. bij Visio Noord Nederland nu centraal opgezet.

Type activiteit	Organisatie	Doelgroep
Dagbesteding, spel en muziek		
Tips voor een leuke en leerzame dag https://www.sheerenloo.nl/corona/corona-101-tips-voor-een-leuke-en-leerzame-dag-met-structuur?utm_source=flexmail&utm_medium=e-mail&utm_campaign=nieuwsflitsknpgs19maart2020&utm_content=tips+voor+een+leuke+en+leerzame+dag+met+structuur#beweegboek	's Heeren Loo	Hele doelgroep
Participatiematrix* https://www.kennispleingehandicaptensector.nl/ernstige-meervoudige-beperking/participatie-mindmap-eiv	Koninklijke Visio e.a.	(Z)EVVB** (Z)EVMB**
Online theaterlessen http://dramastrada.nl/toitoitoi/	Theater-atelier	Hele doelgroep
Hallo Thuis https://www.philadelphia.nl/hallothuis	Philadelphia	Hele doelgroep



Associatie van Academische Werkplaatsen VB

Pictogenda (3 weken gratis uitproberen) voor visualiseren dagprogramma https://www.pictogenda.nl/over-pictogenda		Hele doelgroep
Digidagbesteding https://www.digidagbesteding.nl/	Cordaan	Hele doelgroep
Active Learning www.visio.org/activelearning	Koninklijke Visio	(Z)EVVB** (Z)EVMB**
Tips Actief tijdens Corona https://www.vrijtijdsbureau.nl/actief-tijdens-corona/	De Zijlen	Hele doelgroep
Beweegactiviteiten		
Fit bij Talant https://m.facebook.com/profile.php?id=100036527356505	Talant	Hele doelgroep
Ik ga EMB (via Facebook): https://www.facebook.com/ikgaemb/		EMB***
Siza Sports https://www.sizabaf.nl/SizaSports/ https://youtu.be/Xs8ZLm64Cv4	Siza	Hele doelgroep
Fysiotherapie plaatst iedere dag wordt een video met oefeningen https://www.youtube.com/channel/UCQ69pwkZeHKCZDYGwrr0ng	Abrona	Hele doelgroep
Beweegwaaier: https://www.kennispleingehandicaptensector.nl/docs/KNP/KNP%20GS/Instrumenten/Beweegwaaier%20Zo%20kan%20het%20ook!.pdf	Kennis- centrum Sport	Hele doelgroep
Beweegprogramma GOUD* https://www.kennispleingehandicaptensector.nl/docs/KNP/Verbeterprogramma/Beweeg_en_educatieprogramma/Beweegprogramma_totaal.pdf	Erasmus MC	Hele doelgroep
Beweegcirkel https://www.kenniscentrumsportenbewegen.nl/producten/beweegcirkel/	Kennis- centrum Sport	Hele doelgroep
Kracht van de eenvoud http://fysioeducatief.nl/dekrachtvaneenvoud/	Cello en de Klas beweegt	EMB***
NL in beweging elke dag NPO1 om 10.10 of filmpjes op YouTube		Hele doelgroep
Per cliënt een filmpje van de behandeling naar de woongroep sturen.	Visio	EMB***



* Sterke onderbouwing

** (Z)EVVB: (zeer) ernstige verstandelijke en visuele beperking

(Z)EVMB: (zeer) ernstige verstandelijke en meervoudige beperking

*** EMB: ernstige meervoudige beperking

Doelstelling

Het doel is om tips en ideeën voor een afwisselend dagprogramma aan te reiken als aanvulling op de bovenstaande achtergrond in aansluiting op de vraag. Daarbij is uitgegaan van input voor alle niveaus van verstandelijke beperking eventueel in combinatie met bijkomende, zoals motorische of visuele, beperkingen.

Aanpak

Voor de onderbouwing van de achtergrond is literatuur geraadpleegd en is de praktijk bevraagd. De genoemde input met tips en ideeën is tot stand gekomen met hulp van tal van andere professionals en onderzoekers. In eerste versies van het antwoorddocument is een oproep gedaan om goede voorbeelden te delen en hieraan is gehoor gegeven. De huidige versie is de vijfde versie.

Evidence base-standaard respons

- COVID-19 richtlijnen van nationale zorgautoriteiten (rijksoverheid)
<https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/coronavirus-covid-19/veelgestelde-vragen-per-onderwerp/onderwijs/onderwijs-op-afstand>
- Theoretische deductie (ongepubliceerd)
- Meninge van relevante experts (gepubliceerd en ongepubliceerd).

Referenties

Dagprogramma

1. Schalock, R.L. et al. (Eds.) (2010). Intellectual disability: Definition, classification, and systems of supports. Washington: American Association on Intellectual and Developmental Disabilities.



Participatie

2. Hanzen, G., van Nispen, R. M. A., van der Putten, A. A. J., & Waning, A. (2017). Participation of adults with visual and severe or profound intellectual disabilities: Definition and operationalization. *Research in Developmental Disabilities*, 61, 95–107.

Bewegen

3. Aherne, C., & Coughlan, B. (2017). A preliminary investigation of the suitability of aquatics for people with severe and profound intellectual disabilities. *Journal of Intellectual Disabilities*, 21, 118–133.

4. Van Alphen, H. J. M., Waning, A., Minnaert, A. E. M. G., Van der Putten, A. A. J. (2019). Content and quality of motor initiatives in the support of people with profound intellectual and multiple disabilities. *Journal of Policy and Practice in Intellectual Disabilities*, 16-4, 325-341

5. Jones, M. C., Walley, R. M., Leech, A., Paterson, M., Common, S., & Metcalf, C. (2007). Behavioural and psychosocial outcomes of a 16-week rebound therapy-based exercise program for people with profound intellectual disabilities. *Journal of Policy and Practice in Intellectual Disabilities*, 4, 111–119.

6. Munde, V., & Vlaskamp, C. (2015). Initiation of activities and alertness in individuals with profound intellectual and multiple disabilities. *Journal of Intellectual Disability Research*, 59, 284–292.

7. Houwen, S., Van der Putten, A., & Vlaskamp, C. (2014). A systematic review of the effects of motor interventions to improve motor, cognitive, and/or social functioning in people with severe or profound intellectual disabilities. *Research in Developmental Disabilities*, 35, 2093–2116.

Werkwijze en zoekmethoden

Deze vraag is niet met een rapid review beantwoord.