

De dagprogramma's van de meeste cliënten zijn anders dan normaal. Dat kan onrust geven, maar ook onderprikkeling. Wat kunnen we doen om hen toch een afwisselend dagprogramma te bieden?

## Antwoord

---

Voor mensen met een verstandelijke beperking biedt een dagprogramma veel houvast. Een individueel aangepast terugkerend dagritme, gecombineerd met verrassende elementen ter afwisseling, helpen om onrust en onderprikkeling te voorkomen.

### Dagelijkse rollen

Ga na welke rollen een cliënt normaalgesproken vervult. In het dagelijks leven is iemand bijvoorbeeld zoon/dochter, broer/zus, vriend(in) en deelnemer aan de dagbesteding. Kunnen deze rollen nu anders ingevuld worden en zo ja, hoe?

Welke ondersteuning is nodig om ervoor te zorgen zodat mensen met een beperking hun rollen in deze periode in aangepaste vorm kunnen blijven vervullen? Denk bijvoorbeeld aan (beeld)bellen met familieleden of mogelijkheden om het werk naar huis te halen.

### Beweging

Om te voorkomen dat de vaardigheden mensen met een beperking achteruitgaan, is het heel belangrijk dat ze dagelijks blijven bewegen. Dat kan bijvoorbeeld met groeps- en spelactiviteiten. Door te bewegen worden cliënten ook alerter, vertonen ze minder gedragsproblemen en voelen ze zich beter. Op pagina 4 van het [uitgebreide document](#) staan tips voor eenvoudige groeps-, beweeg- en spelactiviteiten die kunnen helpen om het dagprogramma meer afwisseling en inhoud te geven.

*Deze toegankelijke samenvatting is een beknopte weergave van een vraag die is gesteld aan de Associatie van Academische Werkplaatsen Verstandelijke Beperkingen. Het volledige antwoord, incl. meer informatie, verwijzingen en onderbouwingen is te vinden in [dit](#) template. Alles uit deze toegankelijke samenvatting mag overgenomen worden en voor eigen gebruik worden ingezet voor zowel binnen als buiten uw organisatie.*

---