

EEN VOLWASSENE MET DOWNSYNDROOM ONDERSTEUNEN: SOCIALE LEVEN, WERK, AUTONOMIE

Voor gezinnen, naasten en zorgverleners die een volwassene met het syndroom van Down begeleiden

Begeleiden naar bloei, professionele integratie en een volledig geleefd volwassen leven

Duur : 1 uur	Modules : 6 modules
Lessen : 16 lessen	Doelgroep : Gezinnen, naasten en zorgverleners
Formaat : 100 % online, asynchroon	Aanbieder : N° 11757351875
Certificering : Qualiopi	Tarief : Op aanvraag

www.dynseo.com/nos-formations | contact@dynseo.com | 09 66 93 84 22

Opleidingsbeschrijving

Deze training biedt u een diepgaand begrip van de specifieke behoeften van volwassenen met het syndroom van Down en de sleutels om hen naar een vervuld leven te begeleiden. U ontdekt hoe u hun zelfbeschikking kunt respecteren terwijl u een veilige omgeving behoudt, en hoe u hun voortdurende vooruitgang op elke leeftijd kunt ondersteunen. Aan de hand van concrete strategieën leert u hun huishoudelijke autonomie te ontwikkelen, hen te begeleiden in het beheer van geld en verplaatsingen, hen voor te bereiden op professionele integratie, en hun sociale en affectieve leven te bevorderen. U anticipeert ook op vragen met betrekking tot veroudering en de toekomst, en ontdekt digitale hulpmiddelen zoals de JOE-app voor cognitieve stimulatie.

Module-overzicht

MODULE 1	De Volwassen Trisomie Begrijpen en Zijn Behoeften	3 lessen
MODULE 2	Ontwikkelen van Autonomie in het Dagelijks Leven	3 lessen
MODULE 3	De Beroepsintegratie	3 lessen
MODULE 4	Het Sociale en Affectieve Leven	3 lessen
MODULE 5	Motivatie Behouden en Moeilijkheden Voorkomen	3 lessen
MODULE 6	Digitale Hulpmiddelen om te Stimuleren en te Begeleiden	1 les

Leerdoelen

Leerdoelen

- De specificiteiten van de volwassenheid met het syndroom van Down begrijpen: cognitieve ontwikkeling, gezondheid, emotionele behoeften
- De zelfbeschikking respecteren en van 'voor' beslissen naar 'samen met' de persoon beslissen
- De voortdurende vooruitgang ondersteunen door aangepaste uitdagingen voor te stellen en elke vooruitgang te waarderen
- Het niveau van huishoudelijke autonomie evalueren en aangepaste visuele hulpmiddelen gebruiken
- De woonopties verkennen en begeleiden in geldbeheer en juridische beschermingsmaatregelen
- De autonome mobiliteit ontwikkelen met veilige routes en openbaar vervoer
- De beroepsmogelijkheden kennen: ESAT, aangepaste bedrijven, begeleid werk in reguliere omgeving
- De professionele integratie voorbereiden door sterke punten te identificeren en overdraagbare vaardigheden te ontwikkelen
- Sociale relaties bevorderen en het affectieve leven en seksualiteit begeleiden
- Vrijtijd en cultuur ontwikkelen met sportieve, artistieke en culturele activiteiten
- Positieve versterking aanpassen aan de volwassene en infantiliserende benaderingen vermijden
- Psychologische moeilijkheden voorkomen en veroudering en de toekomst anticiperen

Algemene informatie

Duur	1 uur - Volledige training verdeeld over 6 progressieve modules
Doelgroep	Gezinnen, naasten en zorgverleners die een volwassene met het syndroom van Down begeleiden en die zijn autonomie, sociale en professionele integratie, en persoonlijke bloei willen bevorderen
Vereisten	Geen, training toegankelijk voor alle volwassenen
Tarief	Sur devis - TVA non applicable (article 261-4-4° du CGI)
Certificering	Qualiopi - Attestation de fin de formation
Organisme	DYNSEO - N° de déclaration d'activité : 11757351875

Les 1 - De Specificiteit van de Volwassen Leeftijd met Downsyndroom

- Cognitieve vooruitgang gedurende het hele leven en hersenenplasticiteit
- Gezondheidsproblemen: schildklierandoeningen, vervroegd verouderen, slaapproblemen, overgewicht
- Affectieve en sociale verlangens: erkenning, vriendschappen, liefdesrelaties
- Veilige omgeving die het tempo en de keuzes van de persoon respecteert

Les 2 - Motivatie en Respect voor Zelfbepaling

- Van beslissen 'voor' naar beslissen 'met' de persoon
- Interesses identificeren: dieren, muziek, sport, handmatige activiteiten
- Keuzes respecteren en alternatieven voorstellen in plaats van opleggen
- Toestaan om fouten te maken wanneer deze geen gevaar opleveren

Les 3 - De Voortdurende Vooruitgang op Volwassen Leeftijd

- Uitdagingen aanbieden die passen zonder in moeilijkheden te brengen
- Elke vooruitgang waarderen, vermijden van te rigide routine
- Fluctuaties van vermogens accepteren: vermoeidheid, stress, veranderingen
- Fouten toestaan als motor van het leren

Les 1 - Huishoudelijke Autonomie (Wonen, Maaltijden, Hygiëne)

- Niveau van autonomie beoordelen: hygiëne, maaltijden, schoonmaken, huishoudbeheer
- Visuele hulpmiddelen: geïllustreerde sequenties, recepten, plannings, herinneringsapps
- Woonopties: gezinswoning, begeleid appartement, begeleid samenwonen, inclusief wonen
- Keuze van woning moet verlangen, veiligheid en tempo van de persoon respecteren

Les 2 - Geldbeheer en Administratieve Procedures

- Munten en biljetten herkennen, aankopen betalen, bankkaart gebruiken
- Budgetbegrip: inkomsten, uitgaven, sparen voor een concreet doel
- Praktische hulpmiddelen: enveloppensysteem, bankapplicaties, opvolgingstabellen, prepaidkaarten
- Juridische beschermingsmaatregelen: familiale machtiging, curatele, voogdij

Les 3 - De Verplaatsingen en Mobiliteit

- Vaardigheden evalueren: oriëntatie, veiligheidsregels, omgaan met onvoorziene omstandigheden
- Stapsgewijs leren van routes met begeleiding en geleidelijke autonomie
- Complexere routes met openbaar vervoer: ticket kopen, haltes herkennen, overstappen
- Beveiligingshulpmiddelen: GPS, gepersonaliseerde kaarten, telefoon, locatie-deel systemen

Les 1 - De Verschillende Beroepswegen

- ESAT: aangepaste omgeving, aangepast tempo, gevarieerde activiteiten
- Aangepaste bedrijven: reguliere sector, gewoon arbeidscontract, minimumloon
- Reguliere sector met begeleid werk: jobcoach, aanpassing van taken, langdurige begeleiding
- Andere hulpmiddelen: stages, aangepaste leercontracten, financiële steun voor werkgevers

Les 2 - Voorbereiden op de Professionele Inzet

- Sterke punten identificeren: voorkeuren, vaardigheden, werkomgeving, wensen
- Overdraagbare vaardigheden: punctualiteit, veiligheid, hulp vragen, sociale codes, uithoudingsvermogen
- Essentiële rol van stages: beroep ontdekken, omgevingen uitproberen, werkgevers overtuigen
- Goed begeleide stage kan leiden tot een aanstelling

Les 3 - Succes in Werk

- Eenvoudige aanpassingen: visuele hulpmiddelen, georganiseerde werkruimte, aangepaste werktijden, zorgzame collega
- Communicatie met werkgever en collega's om manier van werken te begrijpen
- Vermoeidheid beheren: nauwlettend in de gaten houden, balans werk-vrije tijd-rust

- Tekenen van overmatige vermoeidheid herkennen en tempo aanpassen

MODULE 4

Het Sociale en Affectieve Leven

3 lessen

Les 1 - Ontwikkelen en Onderhouden van Sociale Relaties

- Relationale kringen diversifiëren: familie, vrienden, bekenden, professionals
- Ontmoetingssituaties: vrijetijdsactiviteiten, verenigingen, inclusieve activiteiten, vrijwilligerswerk, vakanties
- Sociale vaardigheden begeleiden: gesprek aangaan, fysieke afstand, sociale netwerken
- Helpen om oprechte relaties en kwade gedragingen te onderscheiden

Les 2 - Het Affectieve Leven en de Seksualiteit

- Legitimiteit van emotionele behoeften en liefdesverlangens erkennen
- Aangepaste affectieve en seksuele opvoeding: lichaam, toestemming, bescherming, anticonceptie
- Begeleiding van het leven als koppel: communicatie, organisatie, conflicten, ouderschap
- Rol van de familie: steun, veilige omgeving, open dialoog zonder infantiliseren

Les 3 - Vrijtijd en Cultuur

- Activiteiten diversifiëren: sport, artistiek, cultureel, digitaal, buitenactiviteiten
- Inclusie in activiteiten openstaan voor iedereen bevorderen
- Vakanties: met gezin, aangepaste verblijven, individueel begeleid
- Ontdekking van nieuwe omgevingen en toepassing van verworven vaardigheden

MODULE 5

Motivatie Behouden en Moeilijkheden Voorkomen

3 lessen

Les 1 - Positieve Bekrchtiging Aangepast aan Volwassenen

- Prestaties waarderen zonder te infantiliseren of belachelijk te maken
- Erkenning: verbale erkenning, nieuwe verantwoordelijkheden, volwassen privileges
- Zelfwaardering opbouwen door successen en positieve kijk van de omgeving
- Inspanningen benadrukken en kansen bieden om initiatief te nemen

Les 2 - Psychologische Moeilijkheden Voorkomen en Beheren

- Waarschuwingssignalen: gedragsverandering, terugtrekken, verlies van interesse, slaapproblemen
- Situaties met verhoogd risico: overgangen, rouw, scheidingen, gezondheidsproblemen
- Weten wanneer om hulp te vragen: professional raadplegen bij aanhoudende moeilijkheden
- Vroeg ingrijpen om blijvende stoornissen te voorkomen

Les 3 - Veroudering en de Toekomst

- Vervroegde veroudering vanaf 40-50 jaar: afname van capaciteiten, verhoogd risico op Alzheimer
- Toekomst anticiperen: geschikte huisvesting, juridische en financiële bescherming, divers ondersteuningsnetwerk
- Kwaliteit van leven behouden: activiteiten aanpassen, blijven stimuleren, ontmoetingen bevorderen
- Regelmatige medische controle is essentieel

MODULE 6

Digitale Hulpmiddelen om te Stimuleren en te Begeleiden

1 les

Les 1 - JOE, Uw Brein Coach

- Applicatie met meer dan 30 cognitieve spellen: geheugen, aandacht, planning, taal
- Speelse en motiverende benadering met progressieve uitdagingen aangepast aan elk niveau
- Aanpasbare moeilijkheidsgraad, veilige oefenruimte, opvolgen van vooruitgang
- Integratie in globale begeleiding voor dagelijks leven, routines, sociale vaardigheden

Lesmethoden

- 100% online training, toegankelijk vanaf uw computer of tablet
- U vordert in uw eigen tempo, wanneer u maar wilt, zonder tijdsdruk
- Concrete hulpmiddelen: visuele sequenties, enveloppensysteem, verplaatsingsfiches, evaluatienetwerken
- Bonus: toegang tot de JOE-app voor cognitieve stimulatie

