

AUTONOMIE VERGEMAKKELIJKEN IN HET DAGELIJKS LEVEN VAN KINDEREN MET DOWNSYNDROOM:

ORGANISATIE, ROUTINE, VISUELE HULPMIDDELEN

Voor ouders, families en naasten van een kind met het syndroom van Down

Praktische handvatten om autonomie op te bouwen zonder spanning of uitputting

Duur : 4 uur	Modules : 6 modules
Lessen : 13 lessen	Doelgroep : Ouders en families van kinderen met het syndroom van Down
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

Een kind met het syndroom van Down naar autonomie begeleiden vraagt om geduld, organisatie en aanpassing. De dagelijkse handelingen bieden tal van leermogelijkheden, maar kunnen snel tot spanningen leiden als het kader niet is aangepast. Deze training biedt concrete handvatten om het dagelijks leven te structureren, conflicten te verminderen en het kind in staat te stellen om in zijn eigen tempo vooruitgang te boeken—zonder de familie uit te putten of overmatige druk te creëren. U leert effectieve routines op te zetten, visuele hulpmiddelen te gebruiken, de omgeving aan te passen en duurzame motivatie te behouden. Focus op realistische en aanpasbare oplossingen voor elke familie, met directe toepassing in het dagelijks leven.

Module-overzicht

MODULE 1	Begrijpen hoe het kind leert zelfstandig te worden	3 lessen
MODULE 2	Het Opzetten van Essentiële Routinematige Activiteiten	3 lessen
MODULE 3	Gebruik van Visuele Hulpmiddelen en Geschikte Materialen	3 lessen
MODULE 4	Aanmoedigen, Ondersteunen en Onderhouden van Motivatie	3 lessen
MODULE 5	De DYNSEO Toepassingen om Communicatie te Stimuleren	1 les
MODULE 6	Eindquiz	0 lessen

Leerdoelen

Leerdoelen

- Begrijpen hoe het kind met het syndroom van Down autonomie leert: de rol van motivatie, vooruitgang in kleine stappen, fouten als leermiddelen
- Essentiële routines opzetten voor ochtend, overgangen en avond
- Effectieve visuele hulpmiddelen gebruiken: stap-voor-stap sequenties, keuze tussen 2 opties, pictogrammen
- Het dagelijkse materiaal aanpassen: kleding, badkamer, keuken, autonomie-stations
- Aanmoedigen en motivatie behouden met eenvoudige positieve bekrachtiging
- Verwachtingen aanpassen aan de dag en signalen van vermoeidheid herkennen
- Een geruststellende omgeving creëren die het tempo van het kind respecteert

Algemene informatie

Duur	4 uur
Doelgroep	Ouders, families en naasten van een kind met het syndroom van Down

Vereisten	Geen
Tarief	Op aanvraag – BTW niet van toepassing (artikel 261-4-4° van het CGI)
Certificering	Qualiopi – Attest van afronding van de training
Organisatie	DYNSEO – Registratienummer van activiteit: 11757351875

Les 1 - De rol van motivatie en interesses

- Autonomie opbouwen vanuit de interesses van het kind
- Passies observeren en gebruiken als toegangspoorten voor leren
- Noodzakelijke taken transformeren in betekenisvolle activiteiten
- Praktisch voorbeeld: "prinsessenbord" met stickers voor aankleden

Les 2 - De Vooruitgang in Kleine Stappen

- Elke activiteit opdelen in eenvoudige stappen
- Techniek: helpen bij alle stappen behalve de laatste
- Elke kleine overwinning waarderen zonder perfectie na te streven
- Geleidelijk terugtrekken om zelfstandigheid te ontwikkelen

Les 3 - Fouten Als Motor van Leren

- De fout erkennen als normale en noodzakelijke stap
- Drie-stappenmethode: inspanning erkennen, fout identificeren, naar oplossing begeleiden
- Ontmoedigende zinnen vermijden en fouten ont dramatiseren
- Het kind het recht geven om fouten te maken

Les 1 - De Ochtend (Aankleden, Toilette, Voorbereiding)

- Anticiperen de avond ervoor: kleding, schooitas, spullen voorbereiden
- Visuele volgorde creëren met foto's of pictogrammen
- Concrete hulpmiddelen gebruiken: visuele timer, muziek, zachte alarm
- Benodigde tijd ruim berekenen en moeilijke dagen accepteren

Les 2 - De Overgangen (Uitgangen, Huiswerk, Activiteiten)

- Overgangen van tevoren aankondigen met tijdsintervallen
- Rituelen creëren die de overgang signaleren: lied, zin, gebaar
- Voor uitjes: programma beschrijven met visuele checklist
- Bij weigering: kalm blijven en acceptabele alternatieve optie aanbieden

Les 3 - De Avond (Douche, Opruimen, Slapen)

- Regelmaat waarborgen: elke avond op hetzelfde tijdstip naar bed
- Visuele sequentie voor douche en opruimen met grote dozen
- Laatste 10-15 minuten: verhaal, gesprek, knuffel en rituele zin
- Opruimen vereenvoudigen met rotatie van speelgoed en pictogrammen

Les 1 - De Visuele Sequenties (Stap voor Stap)

- Reeks afbeeldingen creëren die stap voor stap tonen
- Activiteit identificeren, opsplitsen en afbeeldingen kiezen
- Afdrukken in formaat 10x10, nummeren en bevestigen op locatie
- Gratis bronnen gebruiken: ARASAAC, Sclera, Autism Educates

Les 2 - De Keuze Tussen 2 Opties (Om Overbelasting Te Voorkomen)

- Binaire keuzemethode toepassen om overweldiging te voorkomen
- Beslissing vergemakkelijken en gevoel van controle geven
- Visueel presenteren met dezelfde intonatie en beslissing respecteren
- Alleen keuze aanbieden als beide opties acceptabel zijn

Les 3 - Het Materiaal dat Autonomie Bevordert (Stopcontacten, Kleding, Opberging)

- Kleding aanpassen: elastiek, klittenband, visuele markeringen op hoogte
- Hygiëne verbeteren: opstapje, dikke handgrepen, hendels, antislip
- Maaltijden ondersteunen: borden met randen, ergonomisch bestek, lage kastjes

- Autonomie stations creëren voor kleding, hygiëne en huiswerk

MODULE 4	Aanmoedigen, Ondersteunen en Onderhouden van Motivatie	3 lessen
-----------------	---	----------

Les 1 - Eenvoudige Positieve Bekrachtiging (Zonder Cadeaus)

- Positieve aandacht als meest effectieve vorm: kijk, glimlach, aanwezigheid
- Gedeelde kwaliteitstijd als beloning gebruiken
- Onmiddellijke versterking toepassen en inspanning waarderen
- Visuele systemen indien nodig: voortgangsbord, pot met successen

Les 2 - Waardeer de Inspanning, Niet de Perfectie

- Groei-mindset bevorderen door inspanning te waarderen
- Vermijden: "Je bent slim"; Prioriteren: "Je hebt hard gewerkt"
- Onvolmaakte resultaten accepteren en mislukkingen in leerervaringen veranderen
- Regelmatig moment instellen om de voortgang van de week te herzien

Les 3 - Verwachtingen Aanpassen Volgens Vermoeidheid en Dagen

- Signalen herkennen: onrustig, weigering, ongebruikelijke fouten, huilen
- Verwachtingen aanpassen op moeilijke dagen: eisen verlagen, meer ondersteuning
- Voorspelbare veeleisende periodes anticiperen: terug naar school, examens, ziekte
- Kind aanmoedigen om vermoeidheid uit te drukken met kleurcode of emotie-pictogrammen

MODULE 5	De DYNSEO Toepassingen om Communicatie te Stimuleren	1 les
-----------------	---	-------

Les 1 - COCO DENKT en COCO BEWEEGT

- Meer dan 30 educatieve spellen: geheugen, logica, taal, wiskunde, aandacht
- Sportpauzes elke 15 minuten: springen, dansen, rekken
- Bijzonder geschikt voor speciale behoeften: DYS, ADHD, autisme, trisomie 21
- Niveaus passen zich aan het tempo van elk kind aan
- Kan met twee gespeeld worden voor interactief leren

MODULE 6	Eindquiz	0 lessen
-----------------	-----------------	----------

Lesmethoden

- Training beschikbaar in online formaat met toegang tot digitale bronnen
- Concrete voorbeelden van routines en modellen van visuele sequenties om te printen
- Stap-voor-stap demonstraties en ideeën voor praktische aanpassingen
- Presentatie van COCO PENSE en COCO BOUGE applicatie met 30+ aangepaste spellen
- Attest van afronding na voltooiing van de training