

FACILITEREN VAN DE DAGELIJKSE AUTONOMIE VAN VOLWASSENEN MET DOWNSYNDROOM

Voor medisch-sociale professionals en familieleden die volwassenen met het syndroom van Down begeleiden

Ontwikkel autonomie met aangepaste routines, visuele hulpmiddelen en positieve begeleiding

Duur : 1 uur	Modules : 5 modules
Lessen : 13 lessen	Doelgroep : Zorgverleners, professionals en familieleden
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 online training biedt concrete hulpmiddelen om volwassenen met het syndroom van Down te begeleiden naar meer autonomie in het dagelijks leven. U leert essentiële routines op te zetten, effectieve visuele hulpmiddelen te gebruiken en motivatie te onderhouden met respectvolle begeleiding. De training integreert inzichten uit neurowetenschappen over hersenplasticiteit en leren via kleine stappen. U ontdekt hoe u motivatie centraal stelt, fouten als leermiddel gebruikt en uw begeleiding aanpast aan vermoeidheid en vroege veroudering. Na deze training beschikt u over praktische modellen en technieken die de volwassen status respecteren.

Module-overzicht

MODULE 1	Begrijpen hoe de volwassene leert om zijn autonomie te ontwikkelen	3 lessen
MODULE 2	Essentiële routines opzetten	3 lessen
MODULE 3	Gebruik de juiste visuele en materiële hulpmiddelen	3 lessen
MODULE 4	Aanmoedigen, ondersteunen en de motivatie behouden	3 lessen
MODULE 5	De EDITH-app om de cognitieve functies te stimuleren	1 les

Leerdoelen

Leerdoelen

- De rol van motivatie en spontane interesses begrijpen om autonomie te ontwikkelen
- Voortgang in kleine stappen toepassen met achterwaartse chaining
- Van fouten een leerinstrument maken zonder oordeel
- Ochtendroutines opzetten met visuele sequenties en tijdbeheer
- Overgangen en verplaatsingen begeleiden met geleidelijke aankondigingen
- Avondroutines structureren voor een goede nachtrust
- Effectieve visuele sequenties creëren met foto's of pictogrammen
- De methode van keuze tussen 2 opties toepassen
- Materiaal aanpassen voor aankleden, hygiëne en koken
- Positieve versterking toepassen die de volwassenheid respecteert
- De inspanning waarderen in plaats van perfectie
- Verwachtingen aanpassen aan vermoeidheid en dagelijkse variaties
- Vroege veroudering begeleiden en vaardigheden behouden

Algemene informatie

Duur	1 uur - Volledige training verdeeld over 5 progressieve modules
	Medisch-sociale professionals, familieleden en iedereen die volwassenen met het syndroom van Down

Doelgroep	begeleidt in een tehuis, begeleid appartement of thuis
Vereisten	Geen
Tarief	Op aanvraag - BTW niet van toepassing (artikel 261-4-4° van het CGI)
Certificering	Qualiopi - Attest van voltooiing van de opleiding
Organisatie	DYNSEO - Registratienummer: 11757351875

Les 1 - De rol van motivatie en interesses

- Motivatie als belangrijkste motor van leren op elke leeftijd
- Spontane interesses observeren en gebruiken als ingangen
- Taken betekenisvol maken met waardevolle verantwoordelijkheden
- Motivatiesystemen aangepast aan volwassenen creëren

Les 2 - De voortgang in kleine stappen

- Complexe activiteiten opdelen in haalbare stappen
- Achterwaartse chaining toepassen voor geleidelijk leren
- Elke sessie eindigen met een succes
- Specifieke en beperkte doelen per week stellen

Les 3 - Fouten als motor van leren

- Een omgeving creëren waar fouten normaal en leerzaam zijn
- Drie-stappenmethode: inspanning erkennen, fout identificeren, begeleiden naar oplossing
- Ontmoedigende zinnen vermijden en niet voor de persoon doen
- Fouten beschouwen als hersenstimulerend en noodzakelijk

Les 1 - De ochtend (hygiëne, aankleden, voorbereiding)

- De avond ervoor anticiperen: kleding, tas en ontbijt voorbereiden
- Visuele sequentie creëren met foto's of pictogrammen voor volwassenen
- Werkelijke tijd berekenen met ruime marge
- Concrete hulpmiddelen gebruiken: visuele timer, afspeellijst, zachte alarmeren

Les 2 - De overgangen en de verplaatsingen

- Overgangen van tevoren aankondigen met tussenstappen (15, 10, 5 min)
- Nooit abrupt stoppen vragen
- Verplaatsingen voorbereiden met visuele checklist
- Geleidelijk openbaar vervoer aanleren met telefoonondersteuning

Les 3 - De avond (maaltijd, ontspanning, slapen)

- Bedtijd op hetzelfde uur elke avond aanmoedigen
- Structuur: terugkeer, maaltijd, toilet, voorbereiding, rustige tijd, slapen
- Visuele sequentie voor douche met aangepast materiaal
- Rustig moment voor de slaap: zachte muziek, lezen, ademhaling

Les 1 - De visuele sequenties (stapsgewijs)

- Activiteiten opdelen in eenvoudige stappen met één actie per stap
- Echte foto's van de persoon gebruiken of pictogrammen voor volwassenen
- Leesbaar formaat met genummerde stappen op de plaats van de activiteit
- De persoon begeleiden om de ondersteuning te begrijpen en te gebruiken

Les 2 - De keuze tussen 2 opties (om overbelasting te voorkomen)

- Beperken tot twee opties om beslissing te vergemakkelijken
- Opties tonen met afbeeldingen of echte objecten
- Presenteren met identieke intonatie en beslissing respecteren
- De 'valse keuze' gebruiken om te sturen wanneer nodig

Les 3 - Het materiaal dat autonomie bevordert

- Aankleden: kleding met elastiek, klittenbandschoenen, kleurpunt voor voorkant
- Hygiëne: steunbeugel, douchegel met pomp, antislipmat
- Keuken: ergonomische keukengerei, snijplanken met zuignappen, doorzichtige containers

- 'Autonomie-stations' creëren in de woning

MODULE 4

Aanmoedigen, ondersteunen en de motivatie behouden

3 lessen

Les 1 - Positieve versterking aangepast aan de volwassene

- Infantiliserende beloningen vermijden (snoepjes, stickers)
- Oprechte erkenning en gedeelde kwaliteitsmomenten bevorderen
- De inspanning versterken, niet alleen het resultaat
- Volgsystemen aanpassen aan volwassenen: afvinkkalender, punten voor activiteiten

Les 2 - Waardeer de inspanning, niet de perfectie

- Doorzettingsvermogen waarderen met 'Je hebt hard gewerkt', 'Je bent verbeterd'
- Onvolmaakte resultaten accepteren als overwinning
- Mislukkingen omzetten in leerervaringen met drie vragen
- Tolerantie voor frustratie ontwikkelen

Les 3 - Verwachtingen aanpassen op basis van vermoeidheid en dagen

- Signalen van grenzen identificeren: onrust, ongebruikelijke weigeringen, nieuwe fouten
- Eisen aanpassen en routines vereenvoudigen op moeilijke dagen
- Voorspelbare moeilijke periodes anticiperen
- Communicatiesysteem voor vermoeidheid: kleurcode, visuele schaal

MODULE 5

De EDITH-app om de cognitieve functies te stimuleren

1 les

Les 1 - Presentatie van EDITH

- Meer dan 30 geheugen- en hersentrainingspellen voor volwassenen
- Bijzonder geschikt voor volwassenen met het syndroom van Down: eenvoudige instructies, duidelijke visuals
- Ondersteuning van cognitieve functies tegen vroege veroudering
- Sociale verbinding met spellen voor twee en momenten van delen

Lesmethoden

- 100% online training, toegankelijk vanaf computer of tablet
- In eigen tempo leren, wanneer u wilt, zonder tijdsdruk
- 5 progressieve modules met 13 praktische lessen
- Concrete modellen en hulpmiddelen voor directe toepassing
- Attestatie van voltooiing geleverd door DYNSEO, Qualiopi-gecertificeerde organisatie