



Werkboek Stap voor stap

Methodiek om mensen met een verstandelijke beperking te begeleiden naar reguliere sportaanbieders



Dichterbij Sport en Beweging
Mia Ewalts

Inhoudsopgave

Inleiding	1	
Sport en bewegen binnen dagbesteding	1	
Gezondheid en welbevinden	1	
Het werkboek	2	
Indeling werkboek	2	
De methodiek in 6 stappen	3	
Verscheidenheid	4	
Blijvend ondersteuning nodig?	4	
Schema 'STAP voor STAP' naar de sportaanbieder	6	
Bijlagen	7	
Bijlage 1	Handleiding van vraag naar aanbod	7
Bijlage 2	Handleiding vraagverduidelijking	8
Bijlage 3	Handleiding benadering reguliere clubs/verenigingen	9
Bijlage 4	Notities veldwerkonderzoek	10
Bijlage 5	Formulier: Informatieverstrekking van de cliënt	11
Bijlage 6	Afsprakenformulier: Sportaanbieder	12
Bijlage 7	Notities evaluaties	13
Bijlage 8	Evaluatie na 1 jaar	14
Bijlage 9	De normale spelontwikkeling	15
Dichterbij en waarom dit werkboek	16	
Dichterbij	16	
Visie en missie	16	
Historie sport en bewegen	16	

Inleiding

Voor u ligt het werkboek Stap voor stap. Een methodiek om mensen met een verstandelijke beperking te begeleiden naar reguliere sportaanbieders¹. Alvorens tot het werkboek over te gaan, eerst kort iets over sport en bewegen.

Sport en bewegen binnen dagbesteding

Sport en bewegen werd de laatste jaren vooral gezien als een vrijetijdsactiviteit. Hierdoor was er nog nauwelijks aandacht voor sport en bewegen binnen de dagbesteding, vooral voor cliënten van laag niveau.

Door een knip te maken tussen de arbeidsmatige en belevingsgerichte dagbesteding zorgt men ervoor, dat cliënten sport en bewegen op maat aangeboden kunnen krijgen.

"Zo normaal mogelijk en speciaal waar nodig".

Over het algemeen kunnen cliënten die arbeidsmatige dagbesteding hebben namelijk goed aansluiting vinden bij reguliere sportaanbieders. Dit in tegenstelling tot cliënten van laag tot midden niveau, die een belevingsgerichte dagbesteding aangeboden krijgen.

Bewegen kan een zeer zinvolle invulling van de dag zijn. Medewerkers van de dagbesteding kunnen een bewegingsactiviteit(en) opnemen in het dagprogramma en deze activiteit zelf ondersteunen. Daarnaast kan men ervoor kiezen om een reguliere sportaanbieder een sport/bewegingsactiviteit binnen de dagbesteding te laten aanbieden. Tijdens de dagbesteding kan men ook een bewegingsactiviteit opzetten in en met de buurt of wijk. Zo kunnen cliënten van laag tot midden niveau, waar professionele ondersteuning noodzakelijk is en blijft, aansluiting vinden in onze samenleving. Vrijwilligers en mantelzorgers kunnen een extra aanvulling zijn. Wanneer een activiteit niet kostendekkend is kan men een extra arrangement overwegen, waar men vrijwillig aan kan deelnemen (de cliënt zal iets extra's moet bijdragen in de vorm van een contributie).

Een beweegactiviteit tijdens de dagbesteding is voor Dichterbij een kwalitatieve zaak en een extra service die geboden wordt.

Gezondheid en welbevinden

Naast bovenstaande ontwikkelingen doen zich bij mensen met een verstandelijke beperking, in alle leeftijdsklassen, in toenemende mate gezondheidsrisico's voor. Hierbij valt te denken aan (ernstig) overgewicht, conditieverlies, verhoging van het valrisico en aan vroege veroudering gerelateerde ziekten en aandoeningen. De helft tot driekwart van hen heeft overgewicht.

Vrijwel iedereen heeft minder kracht en uithoudingsvermogen vergeleken met leeftijdsgenoten zonder verstandelijke beperking. Naar schatting komen er per jaar meer dan 5000 valpartijen voor en doen de gevolgen van veroudering zich veelal al op 35 jarige leeftijd voor.

Overgewicht en ernstig overgewicht (obesitas) zijn niet alleen het gevolg, maar ook oorzaak van fysieke inactiviteit. De geringe fitheid zorgt er tevens voor, dat zich in toenemende mate sociale risico's voordoen. Het uitvoeren en volhouden van ADL², dagactiviteiten en werk worden bedreigd. De energie om erop uit te gaan en deel te nemen aan het sociale netwerk laat te wensen over.

Lichamelijke inactiviteit kan leiden tot vroegtijdig verlies van zelfredzaamheid en zelfstandigheid, tot achteruitgang van de kwaliteit van het bestaan, tot meer medische consumptie en tot toenemende zorgafhankelijkheid.

Sport en bewegen behoren o.i. vanzelfsprekend tot je bezigheden. Vanuit deze gedachte zouden sport en bewegen dan ook preventief ingezet moeten worden om een actieve leefstijl te creëren of te behouden.

¹ Sportaanbieders zijn sportverenigingen, commerciële sportaanbieders welzijnsinstellingen die bewegingsactiviteiten aanbieden en particuliere aanbieders voor speciaal georganiseerde sport –en/of beweegactiviteiten

² ADL= Algemene Dagelijks Levensverrichtingen

Het werkboek

In dit werkboek is beschreven hoe mensen met een verstandelijke beperking ondersteund en begeleid kunnen worden bij het vinden en het gaan naar een sport- en bewegingsactiviteit. Vanuit het project "Aan de zijlijn?" onderdeel van het programma "Zo kan het ook" bleek er behoefte te zijn aan een duidelijke methode om cliënten van Dichterbij door te geleiden naar een reguliere sport- en/of bewegingsactiviteit. De vraag van de cliënt staat centraal. De sportcoach biedt professionele begeleiding; hij adviseert, coördineert, bemiddelt en ondersteunt cliënten naar een reguliere sportaanbieder. De eerste stap naar een sportaanbieder wordt door veel cliënten als erg groot ervaren. Sportaanbieders hebben vaak nog geen ervaring met mensen met een verstandelijke beperking. De sportcoach fungeert als bruggenbouwer om een duurzaam sporttraject te bewerkstelligen. Dit alles met als doel de maatschappelijke en sociale integratie te bevorderen. Een belangrijk uitgangspunt hierbij is **"zo normaal mogelijk en speciaal waar nodig"**.

Indeling werkboek

Het werkboek begint met de algemene werkwijze van de sportcoach. Alle stappen worden gevolgd, van een intake tot de uiteindelijke matching tussen de desbetreffende cliënt en sportaanbieder. De sportcoach doorloopt samen met de cliënt de 6 stappen van de methodiek Stap voor Stap.

Verder vindt men achter in het werkboek 9 bijlagen, die mogelijk een hulp kunnen zijn om de vraag te verduidelijken en tevens om notities, informatie, afspraken en evaluaties te noteren. Als allerlaatste vindt u een schema van de normale spelontwikkeling, die een beter inzicht kan geven in de mogelijkheden van de cliënt.

Bijlage 1: Handleiding Van vraag naar aanbod (blz.9)

Bijlage 2: Handleiding Vraagverduidelijking (blz.10)

Bijlage 3: Handleiding Benadering reguliere clubs/verenigingen (blz.11)

Bijlage 4: Notities veldwerkonderzoek (blz.12)

Bijlage 5: Formulier informatieverstrekking (blz.13)

Bijlage 6: Afsprakenformulier Sportaanbieder (blz.14)

Bijlage 7/ 8: Notities evaluaties (blz.15 en 16)

Bijlage 9: Een schema van de verschillende spelniveaus (SPOM) (blz. 17).

Voor het gemak wordt in het werkboek van 'hij' en 'hem' gesproken. Hier kan uiteraard ook 'zij' en 'haar' gelezen worden.

In het werkboek komen de woorden 'sportcoach' en 'netwerklid' voor.

Sportcoach is degene die met het werkboek aan de slag gaat. De sportcoach kan ook een begeleider zijn.

Netwerklid is iemand uit de sociale omgeving van de cliënt³.

Met het werkboek Stap voor Stap wordt een methodiek aangereikt, die zijn succes al bewezen heeft. De sportcoaches en enkele begeleiders hebben al ruim 3 jaar ervaring met deze methodiek. Het werkboek kan ook als leidraad en naslagwerk gebruikt worden. Dus voor iedere cliënt op maat.

³ Cliënt is de potentiële sporter

De methodiek in 6 stappen

Stap 1: De intake

Bij een vraag naar een sport- of bewegingsactiviteit wordt er een afspraak met de sportcoach gemaakt. Deze aanmelding verloopt rechtstreeks of via een doorverwijzing door derden.

Stap 2: Behoeftte en vraagverduidelijking (zie blz. 9 en 10; bijlage 1 en 2)

Op basis van wensen en mogelijkheden van de cliënt wordt de vraag d.m.v. een interview of vragenlijst (zie bijlage 1 en 2) in beeld gebracht en er vindt een vraagverduidelijking plaats. Belangrijk is om helder te krijgen of er bij de cliënt een juist beeld is of is ontstaan over de gewenste sport- of bewegingsactiviteit. Een oriënterend bezoek en/of een proefles bij een bepaalde sport- of bewegingsactiviteit kan vaak heel verhelderend werken, evenals een gesprekje met de trainer of medesporter.

Tijdens een proefles(sen) kan men ook zicht krijgen op de mogelijkheden van de potentiële sporter en zijn evt. ondersteuningsvraag, zoals:

- Hoe zijn de mogelijkheden van de potentiële sporter te vertalen in de praktijk?
- Wat voor vaardigheden en kwaliteiten zijn aanwezig?
- Wat is het gebied waar de sportinteresse naar uit gaat?
- Wat is de ondersteuningsbehoefte van de potentiële sporter en de sportaanbieder.

Na verloop van een aantal activiteiten/lessen wordt er geëvalueerd of de sportbeoefening passend is voor de cliënt en de aanbieder van de sportactiviteit.

Andere mogelijkheden zijn:

- Gesprekken met naaste betrokkenen (medesporters, trainers), ouders/verwanten.
- Observatie van de sportactiviteit.

Stap 3: Veldonderzoek (zie blz. 11 en 12; bijlage 3 en 4)

Is de vraag duidelijk, dan gaat de sportcoach op zoek naar een passend aanbod; mogelijke sportaanbieders en randvoorwaarden (contributie, vervoer enz.) worden in beeld gebracht. Een sport- of bewegingsactiviteit bij een reguliere sportaanbieder, bij voorkeur zo dicht mogelijk bij het woonadres van de betrokkene. Afhankelijk van de hulpvraag kan het aanbod letterlijk van huis uit georganiseerd worden, bijv. wandelend of fietsend.

Met de cliënt en ondersteuning wordt een 1^{ste} vervolg afgesproken.

De sportcoach kan adviseren of de cliënt eventueel in aanmerking komt voor een regeling vanuit de WMO. Dit is per gemeente verschillend. Het betreft vaak een collectieve regeling t.a.v. vervoer, regelingen voor sociale minima's, zoals een tegemoetkoming t.a.v. de contributie e.d.

Stap 4: Ondersteuning en sportaanbieder (blz. 13 en 14; bijlage 5 en 6)

Afhankelijk van de ondersteuningsvraag begeleidt de sportcoach de cliënt 2-4 maal naar de sport- of bewegingsactiviteit. De sportcoach spreekt met de cliënt en zijn ondersteuner af hoe hij van zijn eigen voorkeur tot aan de deur van de sportaccommodatie kan komen. Dit kan op eigen gelegenheid te voet, met de fiets of met het openbaar vervoer of met behulp van een vrijwilliger. Gezamenlijk worden hier afspraken over gemaakt.

Bij de sportaanbieder wordt afgesproken wie de vaste contactpersoon is van de cliënt. Ook wordt afgesproken wie van de begeleiding de vaste contactpersoon is.

Wanneer mogelijk, wordt er met de cliënt en de contactpersoon van de sportaanbieder een 1^{ste} afspraak gemaakt op een vooraf afgesproken tijdstip en op de sportaccommodatie. De contactpersoon van de sportaanbieder kan de cliënt dan in het begin opvangen. Als deze stap in het begin nog te groot is, vangt de sportcoach de cliënt bij de sportaccommodatie op of de sportcoach gaat samen met de cliënt. Samen leren ze nieuwe mensen kennen binnen de sportvereniging, zoals zijn vaste contactpersoon, de trainer en niet te vergeten de medesporters. De sportcoach geeft alleen die begeleiding die echt nodig is met een gemiddelde van 4x.

Afspraken maken/vastleggen

Welke stappen worden er gezet, door wie, hoe zal de communicatie plaatsvinden?

De sportcoach zal samen met de cliënt en de sportaanbieder een planning maken om de activiteit/sport een aantal keer te bezoeken. Er worden afspraken gemaakt of doelen geformuleerd in hoeverre de cliënt zelfstandig zal deelnemen aan de sport-/bewegingsactiviteit.

Stap 5: Match (blz. 13 en 14; bijlage 5 en 6)

Als de vraag van de individuele sporter en het antwoord (aanbod van de sportvereniging/organisatie) op elkaar aansluiten, spreekt men van een 'Match'. Het belang dient hierbij onderstreept te worden, dat er ondersteuning op maat geleverd wordt. M.a.w. men spreekt van een match indien de potentiële sporter zich als volwaardig lid van de sportvereniging aanmeldt. De sportcoach/begeleider maakt i.s.m. de sporter een overzicht met belangrijke informatie voor zowel de sporter en zijn begeleiders in de thuissituatie als de begeleiders binnen de sportvereniging.

De thuissituatie ontvangt informatie over sport(activiteit), locatie, dag en tijdstip, contactpersoon, voorwaarden lidmaatschap, algemene informatie club, vervoer (plan).

Sportvereniging/organisatie ontvangt informatie over de sporter: naam, adres, woonplaats, contactpersoon thuissituatie en informatie/bijzonderheden over de sporter die van belang is tijdens het sporten.

Stap 6: Monitoring (blz. 15 en 16; bijlage 7 en 8)

De sportcoach houdt het jaar waarin de sporter zich aan heeft gesloten bij de sportvereniging/organisatie regelmatig contact met zowel de sporter als met de begeleiders binnen de sportvereniging/organisatie. Hij monitor of alles naar verwachting verloopt en stelt evt. afspraken bij. In het 1^{ste} jaar is er contact met de sporter, begeleiding en de sportaanbieder. De frequentie is 1 maand, 2 maanden en 1 jaar.

Verscheidenheid

Uit ervaring binnen Dichterbij blijkt, dat een geslaagd traject gemiddeld 10 tot 12 uur kost per match. De sportcoach is afhankelijk van de matchmomenten wanneer cliënt evt. met ondersteuning en de sportaanbieder bereikbaar en beschikbaar zijn. Soms gaat de sportcoach/begeleider of netwerklid 1 of 2 keer mee en soms wel 4 keer om de sporter te begeleiden. Een geslaagde match vraagt om zoveel mogelijk duidelijkheid en zekerheid. Helaas kan die niet altijd gegeven worden. Het is afhankelijk van het verloop (proces) van elk individueel traject.

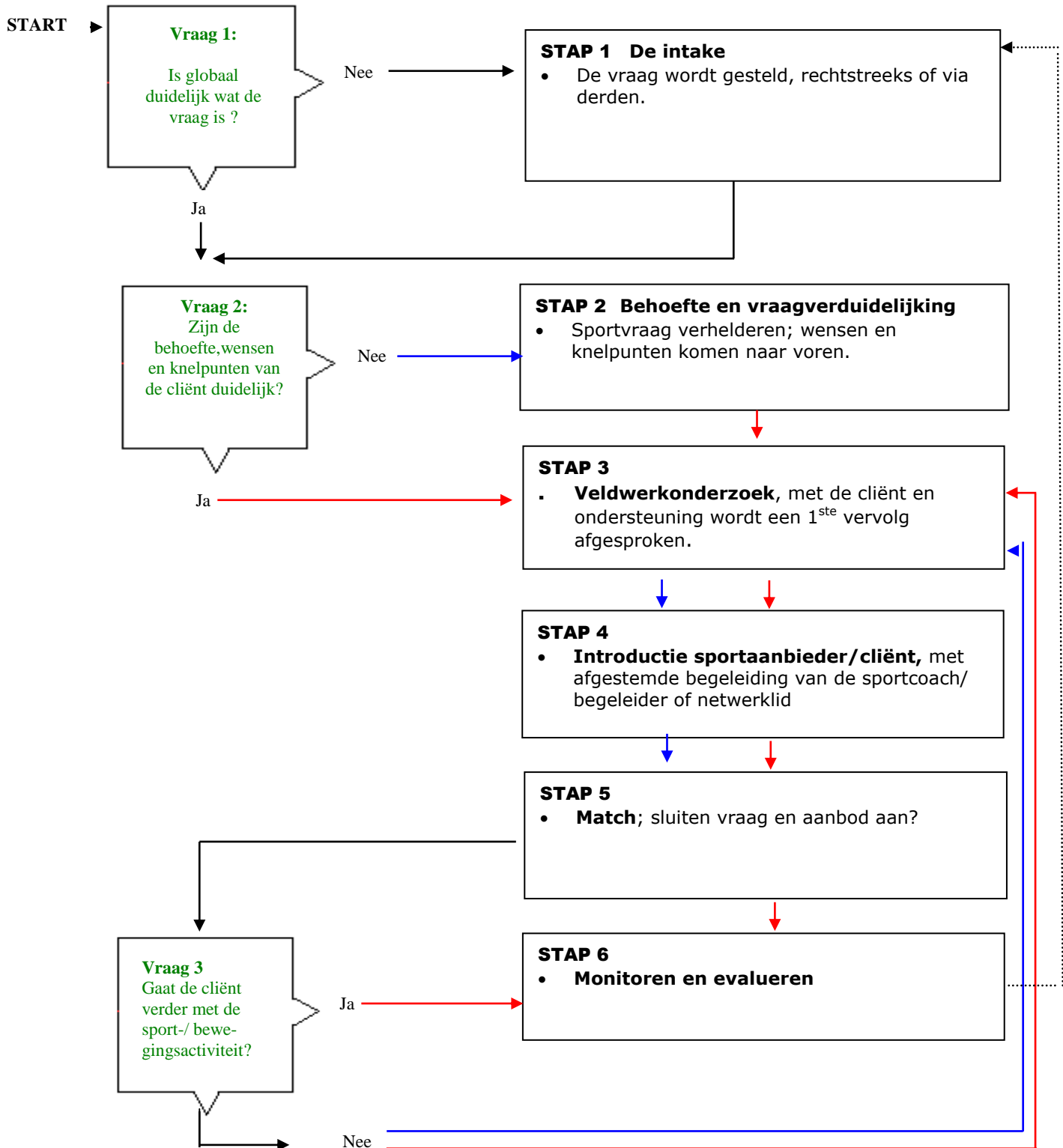
Blijvend ondersteuning nodig?

Het kan zijn dat er blijvend ondersteuning nodig is voor, tijdens en na een sportactiviteit. Hierbij kunnen door ouders/verwanten of begeleiding de volgende stappen gezet worden:

- **Mogelijkheden fysieke ondersteuning;**
 - A) Eigen netwerk;** kijk eerst in het eigen netwerk (de directe omgeving) van de sporter of iemand hierin iets kan betekenen, bijv. ouders/familieleden kennissen, burens, collega's
 - B) Vrijwilliger werven;** de sporter, ouders/verwanten of begeleiding kan ondersteunen bij het werven van een vrijwilliger. De sportcoach heeft een doorverwijsrol. Te denken valt aan een vrijwilligersorganisatie in de woonomgeving van de sporter of aan stagiaires en maatschappelijke stages.

- **Mogelijkheden financiële ondersteuning;**
Men kan gebruik maken van gemeentelijke regelingen voor sociale minima. Iedere gemeente heeft zijn eigen beleid en regeling met eigen voorwaarden. Vraag bij de gemeente of bij het WMO-loket na of desbetreffende sporter hiervoor in aanmerking komt. Is de sporter jonger dan 18 jaar, kijk dan of er een beroep kan worden gedaan op het Jeugdsportfonds in betreffende gemeente.
- **Mogelijkheden vervoersondersteuning;**
Wanneer de cliënt niet zelfstandig kan reizen is er een aantal mogelijkheden:
A) Kijk binnen de vereniging of de cliënt samen met iemand mee kan gaan. Lopend, fietsend of tegen een vergoeding met de auto. Evt. om toerbeurt.
B) De OV-Begeleiderskaart. Er kan een OV-Begeleiderskaart aangevraagd worden wanneer de cliënt in Nederland woont en als gevolg van zijn handicap niet zelfstandig met het openbaar vervoer kan reizen. Met een OV-Begeleiderskaart reist één begeleider gratis met de cliënt mee. Een OV-Begeleiderskaart staat op naam van de cliënt. Hij kan dus met verschillende begeleiders reizen. De OV-Begeleiderskaart kan in vrijwel alle treinen, metro's, trams en bussen gebruikt worden.
C) Als de cliënt een mobiliteitsbeperking heeft, is dat met het openbaar vervoer misschien niet goed te doen. Voor korte afstanden is er in veel gemeenten een lokaal vervoerssysteem (bijv. Regiotaxi of OV-taxi). Als de cliënt verder van huis wil, is er Valys (bovenregionaal). Heeft de cliënt een OV-Begeleiderskaart, dan mag hij 1 begeleider gratis meenemen.
D) Het komt ook voor dat er in de gemeente waar de cliënt woont een vrijwilligersorganisatie is, die ouderen en/of mensen met een beperking tegen een vergoeding vervoeren.
E) Vraag ook eens in het netwerk van de cliënt (ouders, verwanten, burens, kennissen collega's) of iemand hierin iets kan of wil betekenen (tegen een vergoeding)?

Schema 'STAP voor STAP' naar de sportaanbieder



Bijlagen

Handleiding van vraag naar aanbod

Bijlage 1

1. De vraag wordt gesteld

2. Er vindt vraagverduidelijking plaats; wat wil de cliënt concreet? (zie bijlage 2)

3. Onder welke voorwaarden, bijv.?

*Ondersteuningsbehoefte voor mens met beperking: Voor de activiteit
Tijdens de activiteit
Na de activiteit

*Praktische ondersteuning: Vervoer
Hulpmiddelen
Aanpassingen

4. Wat heb je zelf/met evt. ondersteuning ondernomen en waarom is het niet gelukt? Wat waren de knelpunten?

5. Acties vaststellen en afspraken maken; wat moeten we doen om dit doel te bereiken? Wie doet wat wanneer en hoe?

→ Cliënt

→ Ouders/verwanten

→ Dienstverlenende Coördinator/Begeleider

→ Sportcoach / Mee / De Wegwijzer / de vrijwillige thuishulp enz.

6. Evaluatie en rapportage:

Terugkijken of het doel is gerealiseerd, rapporteren

Handleiding vraagverduidelijking

Bijlage 2

Datum:								
Naam:								
Adres:								
Postcode en woonplaats:								
Telefoon:				Mobiel:				
Geboortedatum:								
Vrouw / man :								
Evt. contactpersoon:								
Telefoonnummer:								
Te ondernemen activiteit: (de concrete vraag)								
Wanneer:		Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
	Mo							
	Mi							
	Av							
Duur van de activiteit:								
Frequentie:								
Andere opmerkingen:								
Afstand in km/reistijd:								
Vervoer per: auto/bus/(deel)taxi/fiets:								
Kosten:								
Andere opmerkingen:								
Bij het zoeken rekening houden met:								
Welke ondersteuning is nodig voor, tijdens en na de activiteit:								
Wie kan deze ondersteuning bieden: (Netwerk, vrouw/man, professional?)								
Welke acties zijn al ondernomen om bovenstaande te realiseren en waarom is het niet gelukt? (Knelpunten)								

Handleiding benadering reguliere clubs/verenigingen

Bijlage 3

- Zijn er criteria voor een lidmaatschap bij uw vereniging?
- Kunnen mensen met een verstandelijke beperking deelnemen aan uw club/vereniging?
- Is er al vaker een vraag gekomen om mensen met een verstandelijke beperking te laten deelnemen aan uw club/vereniging?
- Is er al sprake van deelname van mensen met een verstandelijke beperking?
- **Zo ja,**
- Hoeveel mensen zijn dit? In welke mate is er sprake van een verstandelijke beperking?
- Welke begeleiding krijgen de betrokkenen? Is er sprake van voldoende begeleiding?
- Is er behoefte aan ondersteuning/begeleiding of thema-avonden van een professionele instantie?
- Vindt u dat er sprake is van wederzijdse acceptatie? Is dit een vanzelfsprekend gebeuren of heeft dit extra aandacht nodig?
- Beschikt uw club/vereniging over informatie of foldermateriaal over uw aanbod voor mensen met een verstandelijke beperking?
- **Zo nee,**
- Staat uw organisatie/vereniging positief tegenover iemand met een beperking als hij/zij zich bij u aanmeldt?
- Is uw mening afhankelijk van de soort beperking en zo ja, voor welke staat u open?
- Als u beter geïnformeerd zou zijn over de soort beperking en begeleiding van mensen met een verstandelijke beperking, bent u dan bereid mensen toe te laten?
- Heeft uw club/vereniging behoefte aan een informatieavond.
- Er is een concrete individuele vraag van..... nl. **of**
- We hebben een hele club mensen/ aantal mensen die.....willen.
Hoe zouden we samen tot een oplossing kunnen komen.

Notities veldwerkonderzoek

Bijlage 4

Datum, tijd.....

Gesproken met

Onderwerp /evaluatie/wensen/knelpunten

.....

.....

Acties	Wie	Wat	Wanneer; dd. en tijd

Vervolgafpraak

Datum, tijd

Gesproken met

Onderwerp/evaluatie/wensen/knelpunten

.....

.....

Acties	Wie	Wat	Wanneer; dd. en tijd

Vervolgafpraak

Formulier: Informatieverstrekking van de cliënt
(informatie t.a.v. gevraagde begeleiding en andere bijzonderheden)

Bijlage 5

Voornaam		Man <input type="checkbox"/>	Vrouw <input type="checkbox"/>
Achternaam		Geboortedatum	
Adres		Leeftijd	
Postcode		Telefoonnummer:	
E-mail		Mobiel:	
		Contactpersoon Noodgeval + telefoonnummer	

Begeleidingsvragen	
(Geef alle relevante informatie die nodig is voor vrijwilligers en/of vereniging om deze deelnemer verantwoord te begeleiden en wat verder van belang is o.a. medicatie, gebruik hulpmiddelen, epilepsie, omgang financiën, bijzonderheden gedrag, begeleidingsintensiteit)	

Plaats en datum _____

Handtekening _____
(Indien nodig wettelijke vertegenwoordiger)

Afsprakenformulier: Sportaanbieder

Bijlage 6

Naam cliënt:

Gegevens sportaanbieder

NAAM SPORTVERENIGING / CLUB
ADRES
POSTCODE
WOONPLAATS
TELEFOONNUMMER
CONTACTPERSOON
TELEFOONNUMMER MOBIEL.....
TAK V/D SPORT

Kennismakingsafpraak

DATUM
TIJDSTIP
LOCATIE

Afspraken m.b.t. de sportvraag

DATUM 1e proefles
TIJDSTIP
LOCATIE

Eventuele aanpassingen m.b.t. de sportaanbieder

.....
.....

Vervoer

.....
.....

Overige

.....
.....

Notities evaluaties

Bijlage 7

Evaluatie na 1 maand

Datum, tijd.....

Gesproken met

Onderwerp/evaluatie/wensen/knelpunten

.....

Acties	Wie	Wat	Wanneer; dd. en tijd

Vervolgafpraak

Evaluatie na 2 maanden

Datum, tijd

Gesproken met

Onderwerp/evaluatie/wensen/knelpunten

.....

Acties	Wie	Wat	Wanneer; dd. en tijd

Vervolgafpraak

Evaluatie na 1 jaar

Bijlage 8

Datum, tijd.....

Activiteit.....

Gesproken met
(Naam cliënt/begeleider en sportcoach)

Neemt u nog deel aan de activiteit?.....

Zo nee, waardoor komt het dat u niet meer aan de activiteit deelneemt?

Knelpunten

.....
.....
.....
.....
.....

Wilt u aan een andere activiteit deelnemen? (ja! Nieuw traject / Nee! Einde traject)

.....
.....
.....

Zo ja, Hoe bevalt de activiteit?.....

Waardoor bevalt de activiteit niet goed?

Wensen / knelpunten

.....
.....
.....

Wilt u aan een andere activiteit deelnemen? (ja! Nieuw traject / Nee! Einde traject)

.....
.....
.....
.....

De normale spelontwikkeling

Bijlage 9

1	Vanaf 4 maanden	Simpel manipuleren	Betasten, in de mond nemen of slaan met speelgoed
2	Vanaf 10 maanden	combinatiespel	Het combineren van twee of meer objecten, bv. tegen elkaar tikken, opstapelen zonder betekenis, instoppen en uit elkaar halen.
3	Vanaf 1- 1,5 jaar	Functioneel spel	Het materiaal wordt gebruikt en gecombineerd zoals het bedoeld is, bv. een bal laten rollen, maar ook een auto om te rijden
4	Vanaf 1,5- 2 jaar	Symbolisch spel	Hierbij gaat het om doen alsof, bv. net doen of je drinkt of slaapt
5	Vanaf 2 – 3 jaar	Spelend construeren	bv. bouwen met blokken, manden met ballen vullen
6	Vanaf 3 - 4 jaar	Fantasiespel	Het kind is in staat in het spel de rol van een ander op zich te nemen.
7	Vanaf 6-9 jaar	Spelletjes met regels	Hier komt een wedstrijdelement bij kijken, dus de cliënt moet over een emotionele vaardigheid beschikken om te kunnen winnen en verliezen

Bron: SPOM, Spelen Op de Mat

- zwakbegaafd: [IQ](#) 70/75-85/90;
- lichte verstandelijke handicap: [IQ](#) 50/55-70;
- matige verstandelijke handicap: [IQ](#) 35/40-50/55;
- ernstige verstandelijke handicap: [IQ](#) 20/25-35/40;
- diepe verstandelijke handicap: [IQ](#) lager dan 20/25.

Dichterbij en waarom dit werkboek

Dichterbij

Dichterbij biedt mensen met een verstandelijke beperking, hun ouders en familie zorg en ondersteuning bij wonen, dagbesteding (werk) en vrije tijd. Het werkgebied is Noordoost-Brabant, Zuid-Gelderland en Noord-Limburg. Ruim 4000 mensen met een verstandelijke beperking maken gebruik van de diensten van Dichterbij. Dichterbij zorgt voor middelen, relaties en begeleiding die de cliënt nodig heeft om met vertrouwen, uitdagingen tegemoet te treden. En creëert zo kansen om voldoening te halen uit het dagelijks leven.

Visie en missie

Dichterbij streeft ernaar mensen met een verstandelijke beperking en de samenleving dichterbij elkaar te brengen. Hoe?

Door mensen met een verstandelijke beperking te ondersteunen in het gekend worden.

Dichterbij wil de samenleving kansen aanreiken om mensen met een verstandelijke beperking te leren kennen. Zij wil de samenleving stimuleren om hun mogelijkheden en talenten te ontdekken en benutten. Door randvoorwaarden voor ontmoeting te scheppen nodigt Dichterbij iedereen uit om samen het volle leven te vieren.

Historie sport en bewegen

In het midden van de jaren negentig is men gestart met het herhuisvesten van cliënten, het deïstitutionaliseren (overgang van bewoners van instituten naar woonwijken) en het vermaatschappelijken van de zorg.

Dit proces is momenteel al ver gevorderd. Zo is het grootste aantal cliënten verhuisd van een instellingsterrein naar een woning in de samenleving. Een en ander heeft ook gevolgen voor de terreingebonden diensten, waaronder het Cluster Sport & Bewegen. Veel van de uitgestroomde cliënten hadden, toen zij nog op de instellingsterreinen woonden, binnen hun dagbesteding of wonen een aanbod van sport en bewegen. Voor velen van hen is met de verhuizing naar de regio dit bewegingsaanbod komen te vervallen. Dagbesteding is tegenwoordig ook midden in de samenleving gevestigd. Daarnaast is dagbesteding arbeidsmatiger geworden. Het uitgangspunt is: zo gewoon mogelijk en speciaal waar nodig. Bereikbaarheid en toegankelijkheid is hierdoor niet meer vanzelfsprekend. Instellingsterreinen verdwijnen of worden in woonwijken veranderd. Dit houdt ook in dat de accommodaties op de terreinen, zoals sporthallen en zwembaden verdwijnen. Daarnaast is er de veranderde regelgeving die van grote invloed is.

Een aantal taken van de AWBZ zorg, de welzijnswet en de wet voorzieningen gehandicapten worden in de nieuwe wet WMO opgenomen. Deze nieuwe wet is erop gericht om mensen zolang mogelijk zelfstandig te laten wonen. Door deze ontwikkelingen is een extra impuls nodig om d.m.v. sport en bewegen aansluiting in de samenleving te vinden. Dit werkboek Stap voor Stap moet het makkelijker maken mensen met een verstandelijke beperking te begeleiden naar reguliere clubs en verenigingen.

Dichterbij

Project "Aan de Zijlijn?"

Namens alle sportcoaches

Mia Ewalts, Projectmanager Sport en bewegen