**Opdrachten oefenopdracht 4**



**Naam:** Stefan Roosje

**Klas:** M9VS4E

**Studentnummer:** 0215212

**Docent:** Anne

**Inleiding**

In dit document is de oefenopdracht 4 te vinden. Deze opdracht is in het teken van activiteiten, plannen, rekening houden met de belangen van de bewoners, je hanteert naar hoe ze het op stage willen zien en goede communicatie over de stappen die je gaat zetten.

Ik heb de oefenopdracht als erg leuk ervaren. Ondanks de aanpassingen die ik moest doen I.V.M de corona maatregelen is het wel goed verlopen. Goed kunnen overleggen met betrokkenen en de planning kunnen afwerken.

Ik heb alle punten van de oefenopdracht afgewerkt en heb volgens de volgorde gewerkt.

**Inhoudsopgave**

**Opdracht 1:** Pagina 1/2

**Opdracht 2:** Pagina 3

**Opdracht 3:** Pagina 4/5/6/7/8

**Opdracht 4:** Pagina 8

**360 graden feedback:** Pagina 9/10/11/12/13/14

**Planning:** Pagina 15

**Opdracht 1**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Werk** | **Scholing** | **Vrije tijd** |
|  | Muziekochtend. Onder het genot van een kopje koffie of thee word er piano gespeeld door een vrijwilligster waarbij er wat geschiedenis word verteld over de persoon die het nummer heeft gemaakt. | Muziekochtend. Onder het genot van een kopje koffie of thee word er piano gespeeld door een vrijwilligster waarbij er wat geschiedenis word verteld over de persoon die het nummer heeft gemaakt. |
|  | Natuurfilm. Een film over de natuur waarbij de bewoners wederom een kop koffie of thee kunnen krijgen. De natuurfilm kan gaan over de alle dieren die er leven of over hoe bepaalde natuurmonumenten zijn ontstaan. Leerzaam en gezellig! | Natuurfilm. Een film over de natuur waarbij de bewoners wederom een kop koffie of thee kunnen krijgen. De natuurfilm kan gaan over de alle dieren die er leven of over hoe bepaalde natuurmonumenten zijn ontstaan. Leerzaam en gezellig! |
|  |  | Meezingmiddag. Bij deze activiteit komen er mensen van buiten af plaatjes draaien, zingen of een instrument bespelen. Veel nummers zijn voor de bewoners herkenbaar en kunnen meezingen. Ook krijgen de bewoners allemaal een boek met de songteksten van de nummers zodat ze het nummer ook mee kunnen zingen als ze het niet kennen. |
| Bewegen met een bewoner. Hierbij worden de bewoners die bepaalde beweging nodig hebben of leuk vinden om te bewegen van de woning gehaald om op de hometrainer te gaan, te wandelen, trap te lopen of iets anders wat te maken heeft met beweging. |  | Bewegen met een bewoner. Hierbij worden de bewoners die bepaalde beweging nodig hebben of leuk vinden om te bewegen van de woning gehaald om op de hometrainer te gaan, te wandelen, trap te lopen of iets anders wat te maken heeft met beweging. |
| Breien en schilderen. De bewoners kunnen gezellig met elkaar creatief bezig zijn en ondertussen gezellig met elkaar zijn en kletsen. Ze kunnen kiezen wat ze willen doen en lekker bezig zijn. | Breien en schilderen. De bewoners kunnen gezellig met elkaar creatief bezig zijn en ondertussen gezellig met elkaar zijn en kletsen. Ze kunnen kiezen wat ze willen doen en lekker bezig zijn. | Breien en schilderen. De bewoners kunnen gezellig met elkaar creatief bezig zijn en ondertussen gezellig met elkaar zijn en kletsen. Ze kunnen kiezen wat ze willen doen en lekker bezig zijn. |

**A)** (re)activeren van mensen

**B)** leren van vaardigheden ( werk en sociaal )

**C)** behouden van vaardigheden

**D)** vergroten en behouden van eigenwaarden

**E)** ondersteunen in het leren omgaan met beperkingen

**F)** bereiken van een ander doel

**G)** voorkomen van overbelasting van mantelzorgers

**De activiteiten zijn gericht op:**

* Muziekochtend. Onder het genot van een kopje koffie of thee word er piano gespeeld door een vrijwilligster waarbij er wat geschiedenis word verteld over de persoon die het nummer heeft gemaakt. **( A, B, C, G )**
* Natuurfilm. Een film over de natuur waarbij de bewoners wederom een kop koffie of thee kunnen krijgen. De natuurfilm kan gaan over de alle dieren die er leven of over hoe bepaalde natuurmonumenten zijn ontstaan. Leerzaam en gezellig! **( A, B, C, F )**
* Meezingmiddag. Bij deze activiteit komen er mensen van buiten af plaatjes draaien, zingen of een instrument bespelen. Veel nummers zijn voor de bewoners herkenbaar en kunnen meezingen. Ook krijgen de bewoners allemaal een boek met de songteksten van de nummers zodat ze het nummer ook mee kunnen zingen als ze het niet kennen. **( A, B, C, F )**
* Bewegen met een bewoner. Hierbij worden de bewoners die bepaalde beweging nodig hebben of leuk vinden om te bewegen van de woning gehaald om op de hometrainer te gaan, te wandelen, trap te lopen of iets anders wat te maken heeft met beweging. **( A, B, C, E, F, G )**
* Breien en schilderen. De bewoners kunnen gezellig met elkaar creatief bezig zijn en ondertussen gezellig met elkaar zijn en kletsen. Ze kunnen kiezen wat ze willen doen en lekker bezig zijn. **( A, B, C, E, F )**

***De activiteiten zijn gebaseerd op de dagen dat ik zelf aanwezig ben voor stage.***

**Opdracht 2**

**Activiteiten**

* Spel spelen met de bewoner(ster). **( A, C, D, F )**
* Een krans van 'ringetjes muesli' of doppinda's maken voor de vogels.  
  **( A, B, C, D, E, F, G )**
* Versieringen voor bijvoorbeeld het raam maken (kerst, Pasen, de seizoenen). **( A, B, C, F )**
* Een collage maken over… hobby's, werk of interesses. **( A, B, C, F )**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Werk** | **Scholing** | **Vrije tijd** |
| Een krans van 'ringetjes muesli' of doppinda's maken voor de vogels. | Een krans van 'ringetjes muesli' of doppinda's maken voor de vogels. | Een krans van 'ringetjes muesli' of doppinda's maken voor de vogels. |
|  | Een collage maken over… hobby's, werk of interesses. | Een collage maken over… hobby's, werk of interesses. |
| Spel spelen met de bewoner(ster). | Spel spelen met de bewoner(ster). | Spel spelen met de bewoner(ster). |
|  | Versieringen voor bijvoorbeeld het raam maken (kerst, Pasen, de seizoenen). | Versieringen voor bijvoorbeeld het raam maken (kerst, Pasen, de seizoenen). |

**Spel met een bewoner:**

* Dit kan zijn door elkaar vragen te stellen uit een klets-pot en elkaar beter proberen te leren kennen.
* Door zelf vragen te bedenken.
* Een bordspelletje te spelen/memory te doen/een spel waarbij je vragen moet beantwoorden en bij moet nadenken

**Een krans van 'ringetjes muesli' of doppinda's maken voor de vogels.**

* Om een stuk touw pinda’s draaien die je voor de vogels ergens leuk kunt ophangen

**Versieringen voor bijvoorbeeld het raam maken (kerst, Pasen, de seizoenen).**

* Het samen maken van een herfsttafel
* Buiten ( bij toestemming ) zoeken naar bijvoorbeeld bladeren en eikels
* Een raamversiering maken
* Een schilderij maken met betrekking tot het thema

**Een collage maken over… hobby's, werk of interesses.**

* Doormiddel van tijdschriften een leuke collage maken. Zo kan de persoon waarmee je dit doet zelf keuzes maken in wat hij/zij leuk vind
* Oude foto’s gebruiken
* Tekeningen erbij bedenken die het opvrolijken

**Opdracht 3**

**Gesprek met client en naastbetrokkene: ( stagebegeleidster )**

Het gesprek ging over de activiteiten die ondanks worden aangeboden en welke activiteiten/beweging er nog aangeboden konden worden naar behoefte van de bewoner.

Wij bieden activiteiten aan die voor de bewoners vooral ontspannend zijn zoals:

* Het gezamenlijk drinken van een kopje koffie/thee
* Het gezamenlijk luisteren naar muziek en lekker meezingen
* Filmpjes kijken en vragen naar wat de bewoner(s) willen zien

Maar er word ook gekeken wat voor een bewoner belangrijk is om bijvoorbeeld in beweging te blijven. Ik loop vrijdag altijd mee met een bewegingsagoog die langs verschillende bewoners gaat die wat extra ondersteuning nodig hebben. Dit is van het masseren van de handen tot aan een wandeling door het gebouw.

Als we gaan kijken naar wat voor een bewoner werk, scholing of vrije tijd is dan is dat heel eenvoudig namelijk:

* Als activiteitenbegeleider word vaak de keuze gemaakt om tijden het koffie of thee moment een natuurfilm aan te zetten. Dit is natuurlijk hartstikke gezellig maar de bewoners leren ook nog hoe het er in de natuur aan toe gaat. ( scholing )
* Even gezellig een spelletje doen om dat er tijd over is en bewoners alle aandacht die we kunnen geven ook kunnen gebruiken. Of hier juist een vast moment voor inlassen omdat een bewoner dat heel leuk vind. ( vrije tijd )
* Soms heeft een bewoner klachten wat betreft hun lichaam en zijn er dingen sneller stijf omdat ze vaak alleen in hun woning zitten. Dan word er gekeken naar wat we kunnen betekenen zodat het lichaam toch in beweging blijft om te voorkomen dat het erger word. ( werk )

Door middel van overleg met de bewoner en medewerkers van de woning komen we vaak tot een nuttige oplossing waarbij we rekening houden met de bewoner en kijken naar wat hij/zij nodig heeft. We stellen bijvoorbeeld keuzes voor zodat ze er niet zelf over na hoeven te denken maar wel de kans krijgen om te kiezen. Dit kan zijn van gezelschap van een medewerker/vrijwilliger/stagiaire tot aan beweging wat een bewoner nodig heeft.

**Planning:**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Maandag:** | 09:00-10:00  Gezamenlijk thee of koffie drinken met bewoner | 10:00-11:00  Bewoner terug brengen naar de woning voor het eetmoment | 11:00-12:00 Bewoner betrekken bij de gezamenlijke activiteit ( muziek moment ) | 12:00-13:00 Wandeling maken en daarna terug brengen naar de woning voor de lunch | 13:00- 14:00 Een spelletje of iets anders voor de ontspanning ( overleg waar de bewoner op dat moment zin in heeft ) | 14:00- 15:00 Bewoner terug brengen naar de woning |
| **Dinsdag:** | 09:00-10:00 Gezamenlijk thee of koffie drinken met bewoner | 10:00- 11:00 Bewoner terug brengen naar de woning voor het eetmoment | 11:00- 12:00 Bewoner betrekken bij de gezamenlijke activiteit ( natuurfilm ) | 12:00- 13:00 Bewegingsactiviteit ( fietsen, wandelen, balanceren ) daarna bewoner terug brengen naar de woning voor de lunch | 13-00- 14:00 Een spelletje of iets anders voor de ontspanning ( overleg waar de bewoner op dat moment zin in heeft ) | 14:00- 15:00 Bewoner terug brengen naar de woning |
| **Woensdag:** | **Afwezig** | **X** | **X** | **X** | **X** | **X** |
| **Donderdag:** | **Afwezig** | **X** | **X** | **X** | **X** | **X** |
| **Vrijdag:** | 09:00-09:30 Bewoner ophalen voor beweging ( fietsen, lopen, balanceren, strekken, heupen draaien ) | 09:30- 10:00 Koffie of drinken en een ontspannen ( spelletje, filmpjes kijken of muziek luisteren ) | 10:00-11:00 Bewoner terug brengen naar de woning voor eetmoment | 11:00-  12:00 Samen met de bewoner het bezoek ontvangen en daarbij ondersteunen waar nodig | **X** | **X** |

*( tevens mijn eigen planning voor de ondersteuning )*

**Activiteitenplan:**

***Passende materialen:***

***De wijze van begeleiden:***

***Het tijdspad:***

**Activiteiten:**

* Muziekactiviteit ( meezingen, meedansen, gezamenlijk muziek maken )
* Spelletje doen ( luisteren naar de behoefte van de bewoner )
* Bewegingsactiviteit ( fietsen, wandelen en balanceren )

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Activiteit** | ***Passende materialen:*** | ***De wijze van begeleiden:*** | ***Het tijdspad:*** |
| Muziekactiviteit | Tafels, stoelen, boekje met de teksten van de nummers. | Bij deze activiteit worden de bewoners ontvangen in de daarvoor beschikbare ruimte op een stoel aan een tafel en is de ( in dit geval pianist ) voor in de ruimte aan het spelen. Hierbij krijgen de bewoners allemaal een boekje met teksten van de nummers die de pianist gaat bespelen zodat ze mee kunnen zingen. Ze focussen zich op lezen en spraak waarbij veel plezier bij komt kijken. | De tijd die hiervoor word genomen is afhankelijk van hoelang de mensen er plezier aan beleven. Daarbij zijn er 3 medewerkers waaronder ik die de bewoners helpt op het moment dat ze die nodig hebben en eventueel ophalen of terugbrengen naar de woning. |
| Spelletje doen | Passende plek, tafel, stoelen, eventueel pen en papier. | Hierbij word er voor gekozen om individuele momenten in te lassen met een bewoner van een woning om daar een spelletje mee te doen. Zo krijgen de bewoners die niet vaak bezoek krijgen toch de kans om even hun eigen verhaal te delen en om gezelschap om hun heen te hebben. Daarnaast is dit ook uiteindelijk het doel van de organisatie om er ter alle tijden te zijn voor de bewoners. | Ook hier geld de tijd die je er voor neemt hangt af van het plezier wat de bewoner er in heeft. Je voelt aan een bewoner wel aan of hij/zij er nog zin in heeft. Je rekent een uurtje en kijkt vanaf daar of je langer door gaat of eerder stopt. |
| Bewegingsactiviteit | Een passende ruimte om te kunnen bewegen, attributen die je kunt gebruiken bij het maken van bepaalde bewegingen en een computer om de voortgang te kunnen rapporteren. | De bewoner word opgehaald op het toegewezen tijdstip door de bewegingsagoog en mij. Wij weten voordat we de woning opkomen welke bewoner we mee gaan nemen en wat we gaan doen. Vervolgens nemen we de bewoner mee naar een geschikte ruimte waar we bezig kunnen met de bewegingen. Daarbij houden we rekening met de fitheid en de hoeveel zin die de bewoner erin heeft. Wel proberen we het zo te stimuleren dan de bewoner toch nog wat langer blijft als hij/zij daar eigenlijk nog genoeg energie voor heeft. | De tijd die we hiervoor nemen is afhankelijk van de fitheid van een bewoner en de stemming waar de persoon in is. Gemiddeld is dit rond een halfuurtje en probeer wat te rekken als we merken dat daar ruimte en energie voor is. |

**Opdracht 4:**

**Gesprek client**

Het gesprek heeft deels plaats gevonden met de client en deels met mijn stagebegeleider I.V.M de maatregelen omtrent corona. Daarbij hebben we de client op zijn gemak laten voelen door rekening te houden met zijn behoeftes en gekeken naar wat hij nodig heeft. We hebben de verschillende activiteiten uitgevoerd bij meerdere bewoners omdat wij van mening zijn dat er meerdere bewoners deze activiteiten op dit moment goed kunnen gebruiken. We laten de bewoners samen met ons de keuze maken wat ze zouden willen en gaan als medewerkers kijken naar de mogelijkheden.

Tijdens de activiteiten is het belangrijk om als vrijwilliger/medewerker/stagiaire de regels te weten zodat we kunnen reageren op het moment dat er iets niet gaat zoals het zou moeten. We leggen het de bewoners niet uit omdat ze het gelijk weer vergeten door hun vorm van dementie. Wel leggen we op het moment zelf uit als we moeten ingrijpen waarom we ingrijpen. ( Dit kan zijn als een bewoner wegloopt en zelfstandig terug wil naar de woning ).

We proberen de bewoner(s) zoveel mogelijk te stimuleren om mee te doen aan activiteiten om te voorkomen dat mensen eenzaam worden en om hun fitheid op pijl te houden. Na een activiteit waarbij mijn begeleidster zelf niet aanwezig is, bespreek ik samen met haar wat we hebben gedaan, hoe het is gegaan, of er nog bijzonderheden waren en wat we zouden kunnen aanpassen om het leuker te maken of te verbeteren.













