

LEERJAAR 3  
ZORG EN WELZIJN  
BRANDENBERG



R . V E R B L A K T

# MENS EN ACTIVITEIT

# DOELGROEPEN

Bij het organiseren van een activiteit houd je rekening met je doelgroep.

- Hebben ze dezelfde leeftijd?
- Zelfde geslacht?

De activiteit moet aansluiten bij de leeftijd, het gedrag en de lichamelijke en/of geestelijke beperking

## DOELGROEPEN BEPALEN



### **Homogene groep:**

Leden hebben dezelfde kenmerken. Mensen in de groep zijn even oud en hebben zelfde geslacht. Denk aan een voetbalteam

### **Heterogene groep:**

Verschillen zijn groter. Er is een groter leeftijdsverschil en er zijn zowel jongens als meisjes.

### **Verticale groepen:**

Niet iedereen is even oud. Denk aan een kinderdagverblijf met een groep kindjes van 0 tot 4 jaar oud

### **Horizontale groep:**

Leden van de groep zijn even oud. Denk aan een babygroep bij een kinderdagverblijf.

# MOTORIEK

- Grove motoriek: Grote en grove bewegingen die je met je lijf maakt. Lopen, zwemmen, fietsen..
- Fijne motoriek: Kleine bewegingen die je met je handen maakt. Hiervoor is concentratie nodig. Schrijven, tekenen..



# DRAAIBOEK

Een draaiboek maak je voor de organisatie van een bepaald evenement of een bepaalde gebeurtenis. Je beschrijft daarin zo precies en compleet mogelijk wat er allemaal moet gebeuren voor een bepaalde gebeurtenis of dag.

In het draaiboek wordt niet alleen de gebeurtenis zelf beschreven, maar ook de voorbereiding en de acties die na afloop nog moeten plaatsvinden, staan erin.

# PERSOONLIJKE GESPREKKEN VOEREN

Tijdens je werk zul je regelmatig gesprekken voeren. Dit kan zowel met cliënten als met collega's zijn. Ten alle tijden is het belangrijk om de behoefte aan te voelen. Niet iedereen heeft behoefte aan een gesprek.

- Let op lichaamshouding
- Soorten antwoorden (kort of lang)

Heb altijd respect voor de behoefte van de ander.



# VERZORGING VAN DE BABY

Het eerste levensjaar staat voornamelijk in het teken van zorgen. Er gaat veel tijd zitten in het voeden, verschonen en in bad doen van de baby. Naast dit alles is natuurlijk ook knuffelen en lichamelijk contact maken met de baby belangrijk voor een goede ontwikkeling.

Meubels en babykleertjes moeten voldoen aan een aantal eisen. Denk eraan dat meubels stevig, praktisch en goed schoon te maken zijn. De babykleertjes moeten bijvoorbeeld veilig zijn (goede sluiting) en goed wasbaar.



Er zijn verschillende soorten luiers:

- Vierkante katoenen luiers
- Voorgevormde katoenen luiers: de broekluier
- Wegwerpluier

Een baby moet regelmatig in bad. Naast het schoonmaken van je baby stimuleert het warme water de bloedsomloop. Let er wel op dat het water niet te heet is. 37 graden is de beste temperatuur, dit kun je bijvoorbeeld meten met een badthermometer of door je elleboog in het water te steken. Je moet dan eigenlijk het water "niet voelen"

Naast een normaal babybadje kun je een baby ook in een tummy tub wassen. De Tummy tub is een doorzichtige bademmer die je kan gebruiken om je pasgeboren baby in te laten badderen. De vorm van een Tummy tub en het warme water doen je baby denken aan de baarmoeder. Daardoor kan hij hierin heerlijk ontspannen.

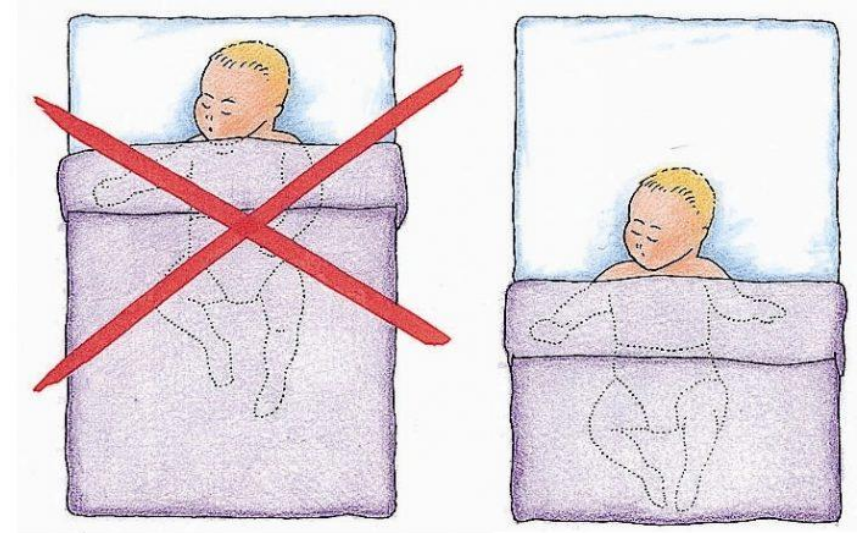




# WIEGENDOOD

Jaarlijks overlijden in Nederland ongeveer 10 baby's aan wiegendood. Een relatief laag aantal, toch is iedere baby er één te veel. Voldoende voorlichting en kennis bij ouders verkleint de kans op wiegendood. Wat zijn de risicofactoren voor wiegendood en hoe kan je het voorkomen?

Wiegendood is het plotseling en onverwachts overlijden van een gezonde of niet zieke baby onder de 2 jaar, zonder duidelijke lichamelijke oorzaak die het overlijden verklaart. Dit kan bijvoorbeeld voorkomen als de ademhaling wordt belemmerd, een baby zijn eigen adem steeds inademt (rebreathing) of door oververhitting. Dit gebeurt meestal wanneer een baby slaapt of ligt te rusten, bijvoorbeeld in de box, in een bed of op een zitzak. Veilig slapen is dan ook een van de belangrijkste manieren om wiegendood te voorkomen.



# WERKEN IN DE JEUGDZORG

## Gedragsproblemen

- Druk en impulsief gedrag
- Dwars en opstandig gedrag
- Prikkelbaar/driftig gedrag
- Asociaal gedrag

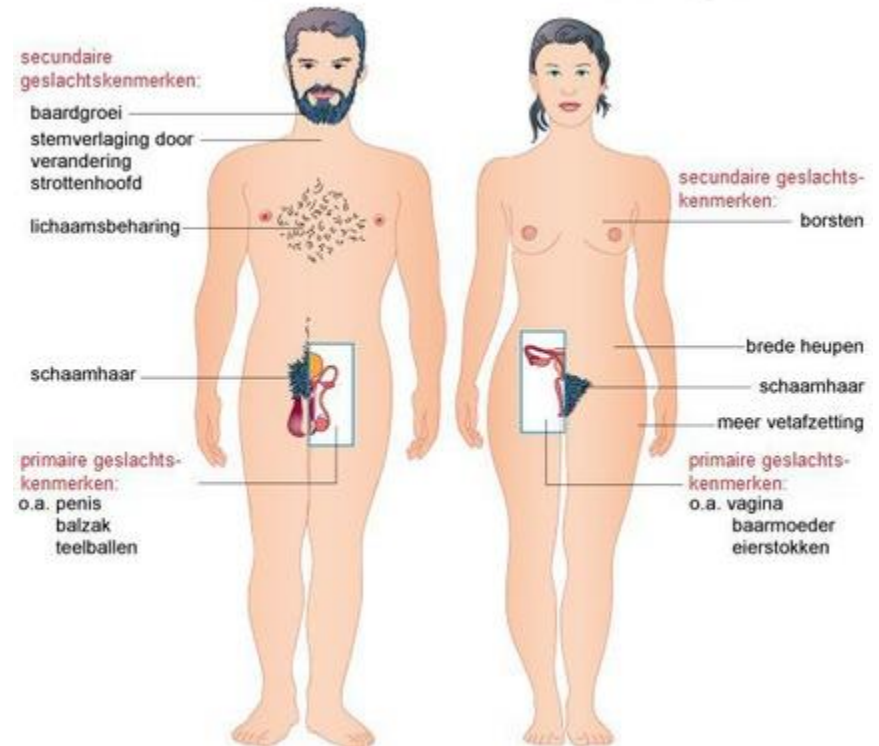
## Ontwikkelingsstoornissen

- ADHD / ADD → concentratieproblemen, snel afgeleid
- ASS → bij autisme werkt het informatieverwerkingsstelsel op een andere manier. Ervaart de wereld op een andere manier.
- ODD → opstandig en asociaal gedrag.

# PUBERTEIT

Jongens en meisjes ontwikkelen zich lichamelijk en geestelijk tot volwassenen. Dit gebeurt in de leeftijd van 10 tot 18 jaar.

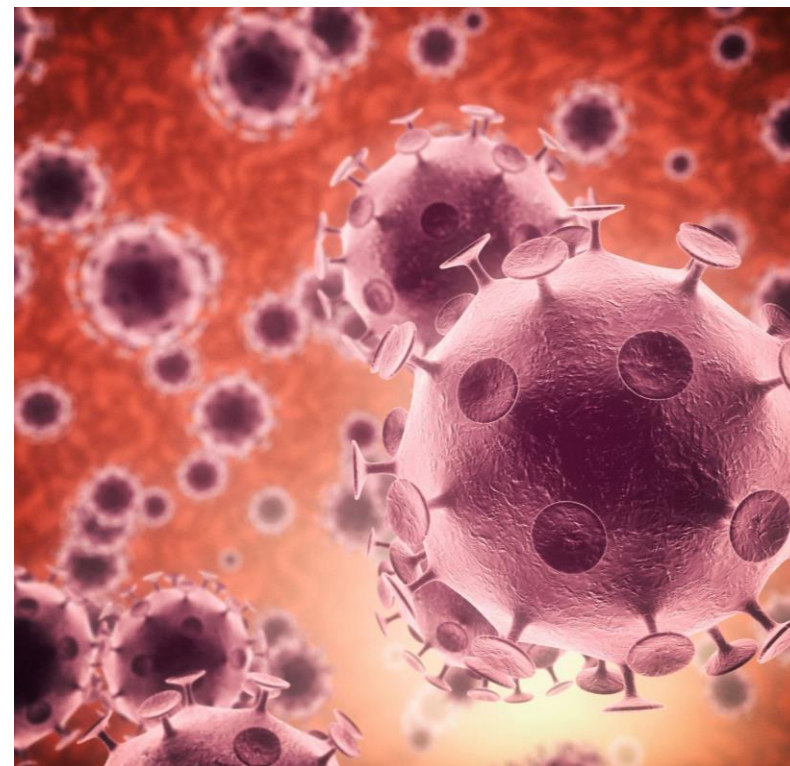
- Lichamelijke veranderingen
- Mentale veranderingen
- Sociale kenmerken/veranderingen



# HYGIËNE

Hygiëne is een verzamelnaam voor alle handelingen en handelingswijzen die ervoor zorgen om niet ziek te worden door bacteriën en virussen.

In de zorg en welzijnssector kom je sneller in contact met ziektekiemen doordat je veel met mensen in contact komt. Hygiënisch werken is erg belangrijk omdat je vaker in contact komt met kwetsbare en zieke mensen.



# ROOSTER MAKEN

Een rooster is een schema waarin vastgelegd is welke gebeurtenissen en taken er op een specifiek moment uitgevoerd moeten worden. Een rooster kan ook gebruikt worden om mensen in te delen. Een persoon ziet zo hoelaat en waar hij/zij wordt verwacht. Een organisator maakt zo'n rooster en zorgt dat deze onder de deelnemers wordt verspreid.

Voorbeeld:

Tijd	Activiteit 1	Activiteit 2	Activiteit 3
09.00 - 10.00	Kyra	Shanyla	Faye
10.00 - 11.00	Jill	Asma	Nadia
11.00 - 12.00	Janita	Sammy	Senna

# DAGBESTEDING

Dagbesteding is een zinvolle invulling van de tijd. Denk bijvoorbeeld aan naar school gaan, sporten of werken.

Ook mensen met een beperking willen graag deel uitmaken van de maatschappij. Ook zij willen graag werken maar dit moet wel aansluiten bij het niveau van de persoon. Als regulier werk niet mogelijk is wordt er gekeken naar

1. Arbeidsmatig werk → als iemand in staat is werk te doen op zijn/haar niveau. Denk aan groenvoorziening of werken op een zorgboerderij, werken bij houtbewerking, werken in een restaurant (Brownies en downies)
2. Belevingsgerichte dagbesteding → bij mensen met een te zware beperking wordt de dagbesteding vooral gericht op de zintuigelijke prikkeling. Denk aan een snoezelkamer.



# SOORTEN HANDICAPS

Een handicap is een beperking waardoor je belemmerd wordt in je functioneren. Een handicap kan aangeboren zijn maar kan ook op latere leeftijd ontstaan bijvoorbeeld door een ongeval.

1. Lichamelijke beperking → motorisch, zintuiglijk, iets aan organen hebben
2. Verstandelijke beperking → licht, matig, ernstig
3. Sociale beperking → autisme, aan autisme verwante stoornissen



# ACTIVITEITEN BEGELEIDEN

Je kunt een onderscheid maken tussen een individuele activiteit of een groepsactiviteit. Activiteiten kun je ook onderverdelen in verschillende soorten:

- Sociale activiteiten
- Recreatieve activiteiten
- Sportieve activiteiten
- Educatieve activiteiten

