Organisatie

Voordat de cursus van start kan gaan moet een aantal zaken geregeld worden.

Inhoud en omvang van het programma

Eerst bepaalt u welke modules aan bod moeten komen. In principe vormt elke module een afgerond geheel, maar de organisatorische voorbereidingen zijn pas de moeite waard bij een cursusprogramma dat 3 modules omvat of meer. Ook moet u vaststellen hoeveel cursusgroepen u tegelijkertijd wilt laten starten. Eén cursusgroep bestaat uit maximaal 10 cursisten.

Docenten

Voor de cursus zijn docenten nodig die ervaring hebben met deze doelgroep. STRAS heeft deze mensen in huis, zij kennen alle ins en outs van het programma.
Als u liever lokale docenten wilt inzetten, dan kunnen zij aan de slag met behulp van de gedetailleerde docentenhandleiding die voor elke module zijn opgesteld. STRAS kan hen via een korte introductie-training vertrouwd maken met de specifieke opzet en werkwijze van “Alles onder controle!”.

Accommodatie

U hebt een accommodatie nodig die beschikt over voldoende leslokalen en enkele basisvoorzieningen. De lokatie moet uiteraard goed bereikbaar zijn voor de cursisten.

Inschakelen van begeleiders

Regelmatige herhaling in de eigen woonsituatie is een must, de persoonlijk begeleiders van de cliënten zijn hiervoor de aangewezen personen. Daarom moet u hen in het voorbereidingstraject betrekken, zodat u kunt rekenen op voldoende draagvlak voor deze taak. De begeleiders werken aan de hand van het Begeleiders-boekje dat voor elke module is samengesteld.

Werving van deelnemers

Last but not least moet besloten worden hoe deelnemers voor de cursus geworven worden. Daarbij kunt u gebruik maken van een aantal kant-en-klare promotiematerialen: folders voor cliënten en voor hun ouders of verzorgers, audiovisuele presentatiematerialen (DVD, PowerPoint) en persberichten.

STRAS kan u helpen om alle voorbereidingen voor de cursus efficiënt te laten verlopen.

Begroting

Kosten

Deze omvatten de aanschaf van de cursusmaterialen en de uitvoeringskosten.

Materialen

Elke module heeft een eigen handleiding en eigen set demonstratiematerialen. Deze docentenmaterialen hoeft u slechts één keer aan te schaffen, bij volgende cursusgroepen kunnen ze opnieuw gebruikt worden. De materialen voor de cursisten zelf (oefenmaterialen, cursusboekjes, medailles, diploma) worden tijdens de cursus verbruikt. Deze moeten dus voor elke volgende cursusgroep opnieuw aangeschaft worden.

De stuksprijs van de diverse materialen hangt overigens samen met het aantal afgenomen modules. Bij een complete cursus van 6 modules zijn de productiekosten in verhouding wat lager dan bij cursussen die slechts een beperkt aantal modules beslaan.

Uitvoeringskosten

Hieronder vallen het honorarium van de docenten en de kosten voor gebruik van de accommodatie.
De hoogte van deze kosten hangt af van de manier waarop de cursus georganiseerd wordt en de vraag in hoeverre de uitvoering ingepast kan worden in bestaande projecten en initiatieven.

Naast het leveren van ervaren docenten kan STRAS aanvullende ondersteuning bieden, in de vorm van een introductietraining en tussentijdse supervisie (beiden voor docenten en persoonlijk begeleiders).

Inkomsten

De hoogte van het inschrijfgeld voor de cursisten hangt af van de vraag welke kosten u kunt financieren uit bestaande projectgelden, aanvullende subsidies of lokale sponsoring.
Er is vaak meer mogelijk dan op het eerste gezicht lijkt.

STRAS helpt u graag met het rondkrijgen van de financiële kant van de zaak.

Meer weten?

Natuurlijk kunt u niet meteen overzien of “Alles onder controle!” haalbaar is in uw situatie. Dat hoeft ook niet. Als deze cursus aansluit bij het beleid van uw organisatie of uw gemeente, dan is het de moeite waard om contact met ons op te nemen. We komen dan langs om de details en mogelijkheden nader toe te lichten en te laten zien hoe andere organisaties de zaak hebben aangepakt.
Zo’n presentatie verplicht u tot niets; u kunt er alleen maar wijzer van worden.

De cursus “Alles onder controle!” is ontwikkeld in opdracht van STRAS, in samenwerking met Pameijer GZ en Accent Avondschool, als onderdeel van het project **Bijzondere Buurtgenoten**.

Met financiële steun van
- Gemeente Rotterdam: Sociale Zaken en Werkgelegenheid
- Gemeente Rotterdam: Jeugd, Onderwijs en Samenleving
- Stichting Bevordering Volkskracht
- Pameijer GZ
- Stichting Samenwerkende Steunfondsen Verstandelijk Gehandicapten Rijnmond

Concept en realisatie: Questgroep Utrecht

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met:
ASVZ / STRAS
Bertina Spelt
asvz@stras.nl
www.stras.nl

Alles onder controle!

Voorbereiding op zelfstandig wonen

Aanleiding

In Nederland wonen circa 170.000 geregistreerde mensen met een verstandelijke beperking. Toch kom je hen als ‘normale’ burger zelden tegen. Dat komt onder meer doordat velen van hen bij elkaar wonen, in gezinsvervangende tehuizen.
Lang is gedacht dat mensen met een verstandelijke beperking het beste af zijn als ze bij elkaar wonen in één huis, onder de hoede van professionele begeleiders. Maar ze kunnen dikwijls veel meer zelfstandigheid aan en hebben daar ook duidelijk behoefte aan.
Gelukkig krijgen mensen met een verstandelijke beperking steeds meer mogelijkheden om hun leven zo in te richten als zij zelf willen. Wie wil kan terecht in een groepswoning met gedeelde voorzieningen en 24-uurs zorg. Voor cliënten die meer ruimte voor zichzelf zoeken zijn huizen beschikbaar waarin ze met meerderen wonen maar toch een eigen voordeur hebben. Elke bewoner bepaalt zelf van welke gemeenschappelijke voorzieningen hij gebruik maakt. En dan is er nog de mogelijkheid om echt zelfstandig te gaan wonen, in een normaal appartement en tussen ‘normale’ buurtgenoten.

Zelfstandig(er) wonen stimuleert mensen met een verstandelijke beperking om hun kwaliteiten maximaal te benutten. Dat is bevredigender dan wanneer alles voor je geregeld wordt. En: hoe meer mensen met een verstandelijke beperking zelfstandig wonen, hoe vaker anderen met hen in contact zullen komen. Dat is de eerste voorwaarde voor integratie, onbekend maakt onbemind.

Om mensen met een verstandelijke beperking zelfstandig te laten wonen zijn geschikte woningen nodig. Zowel bouwtechnische aspecten als de ligging spelen een belangrijke rol. Gelukkig werken zorg-aanbieders en woningcorporaties steeds nauwer samen bij het realiseren van passende woonruimte voor deze groep.

Daarnaast vereist zelfstandig(er) wonen begeleiding op maat. Daarom breiden zorgaanbieders hun aanbod uit. Bijvoorbeeld door zelfstandig wonende cliënten de mogelijkheid te bieden om gebruik te maken van gezamenlijke voorzieningen van het naburige GVT of door van de individuele ambulante zorg steeds meer maatwerk te maken.

Maar ondanks een optimaal uitgeruste woning en een uitgebreid pakket aanvullende zorg zullen zelfstandig wonende cliënten in redelijke mate voor zichzelf moeten kunnen zorgen. Juist daarvoor is de cursus “Alles onder controle!” ontwikkeld. Via deze cursus krijgen cliënten een aantal belangrijke basisvaardigheden onder de knie op het vlak van veiligheid, gezondheid en sociale zelfredzaamheid.

Alles onder controle!

Inhoud

In de cursus komt niet alleen aan bod hoe je een huishouden runt op een veilige, hygiënische en gezonde manier, maar ook hoe je omgaat met je buren en buurtgenoten.
De cursus is opgesplitst in 6 modules:

- Brandmeester : Zo voorkom je brand.
- Waakhond : Zo wordt jouw huis een veilige plek.
- Boenkampioen : Zo blijft jouw huis schoon en opgeruimd.
- Frisse types : Zo kom je verzorgd voor de dag.
- Chefkok : Zo leef je gezond.
- Beste buur : Zo maak je kennis met je buren en ontdek je de buurt.

Elke module omvat 5 lessen van elk 2 uur. Doordat de modules elk een afgerond geheel vormen, kan hun onderlinge volgorde naar believen aangepast worden. Ook is het mogelijk om de cursus in te korten door een bepaalde module over te slaan.

Vorm

“Alles onder controle!” is een vorm van praktijk-onderwijs. Deelnemers leren er vaardigheden die ze thuis dagelijks nodig hebben. Er wordt gewerkt met zeer uiteenlopende werkvormen, met het accent op beeldende opdrachten, demonstraties, simulaties en praktische oefeningen.
Vanwege het praktische karakter van de cursus wordt gewerkt met kleine groepen van maximaal 10 cursisten per docent.

De cursisten moeten dat wat ze op school leren thuis omzetten in vaste gewoontes. Daarom krijgen ze na elke les bepaalde oefenmaterialen mee naar huis en enig huiswerk. Samen met hun persoonlijke begeleiders herhalen ze de belangrijkste oefeningen, in hun eigen woonomgeving en met behulp van de spullen die ze zelf in huis hebben.

Toetsing

Elke module wordt afgesloten met een toets. Zo kan de docent beoordelen in welke mate de cursisten specifieke vaardigheden onder de knie hebben. Het is dus geen toets waarvoor je kunt zakken, na afloop van elke module verdienen alle cursisten de bijbehorende medaille.

Daarnaast houden ook de persoonlijk begeleiders de vorderingen van hun cliënten bij, via de huiswerk-opdrachten. Het oordeel van docent en persoonlijk begeleider samen is terug te vinden op het eind-diploma dat de cursist na afloop ontvangt. Dit diploma is zodoende een goede graadmeter voor de zelfstandigheid en zelfredzaamheid van de cursist. Dat inzicht is direct bruikbaar bij de invulling van het persoonlijke zorgaanbod.

Cursusmaterialen

Elke module heeft een eigen docentenhandleiding. Deze beschrijft stap voor stap welke opdrachten binnen elke les gedaan moeten worden, hoe je deze organiseert, welke materialen daarvoor nodig zijn en welke voorbereidingen dat vereist. Per module is tevens een kist met benodigde demonstratie- en oefenmaterialen beschikbaar.

Daarnaast heeft elke module een eigen werkboek voor de cursisten. Dit bevat de werkbladen voor uiteenlopende opdrachten en pictogrammen die de belangrijkste regels beeldend samenvatten.

Ook is voor elke module een huiswerkboekje ontwikkeld voor de persoonlijk begeleiders. Dit laat zien hoe zij bepaalde oefeningen thuis met hun cliënten kunnen herhalen en hoe ze hun vorderingen bij kunnen houden.

Tot slot krijgen de cursisten na afloop van elke module een bijpassende medaille en aan het eind van de hele cursus het diploma “Bijzonder Buurtgenoot”.