

# Praktisch toolboek

voor hulp aan mensen met een verstandelijke  
beperking of niet-aangeboren hersenletsel

# Praktisch toolboek

## voor hulp aan mensen met een verstandelijke beperking of niet-aangeboren hersenletsel

Al meer dan 8 jaar wordt binnen het programma Gewoon Bijzonder hard gewerkt aan het verbeteren van de zorg voor en ondersteuning aan mensen met een verstandelijke beperking, meervoudige beperking of niet-aangeboren hersenletsel. Samen met onze opdrachtgever, het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, en andere partijen uit beleid, onderzoek, onderwijs en praktijk dragen wij bij aan het gezamenlijke doel van dit ZonMw-programma. Namelijk dat mensen met een beperking, binnen hun mogelijkheden, met grotere zelfstandigheid en meer invloed kunnen functioneren.

### **Voor gebruik in het dagelijkse werk**

De afgelopen jaren leverden afgeronde projecten uit het programma Gewoon Bijzonder tal van praktische producten op die zorgprofessionals in hun dagelijks werk kunnen gebruiken. In dit boekje vind je een selectie hiervan. Het gaat om praktische hulpmiddelen die je helpen om de best mogelijke zorg te verlenen aan mensen met een verstandelijke beperking of niet-aangeboren hersenletsel. Denk hierbij aan een leidraad, een werkboek, een meet-instrument, een app en nog veel meer. Elk hulpmiddel wordt kort besproken en afgesloten met een link naar meer informatie.

## **Samen de zorg nóg beter maken**

In mei 2023 kwam de eerste versie van dit boekje uit. Inmiddels is het productenboekje aangevuld met nieuwe producten. Dit zijn producten die vanuit Gewoon Bijzonder ontwikkeld zijn, maar ook producten die zijn voortgekomen uit andere ZonMw-programma's en projecten die zich richten op mensen met een verstandelijke beperking of niet-aangeboren hersenletsel. We hopen dat dit boekje je kan ondersteunen in je belangrijke en waardevolle werk in de gehandicaptenzorg. Ondertussen gaan wij, ook de komende jaren vol enthousiasme door met het stimuleren van de ontwikkeling van meer bruikbare en praktische hulpmiddelen binnen het programma Gewoon Bijzonder.

# Niet-aangeboren hersenletsel (NAH)



## Leidraad NAH in het vizier

De leidraad 'NAH in het vizier' geeft een overzicht van kennisproducten die je helpen bij het begeleiden van mensen met niet-aangeboren hersenletsel (NAH). Met deze kennisproducten kun je de ondersteuning van cliënten verder vormgeven, onderbouwen en toetsen. Zo vind je bijvoorbeeld informatie over de methode 'Hooi op je vork', een stappenplan een stappenplan 'Foutloos leren bij NAH' en motiverende gespreksvoering bij NAH. De leidraad is bedoeld voor zorgprofessionals die op zoek zijn naar basisinformatie over (oorzaken en gevolgen van) NAH. Ook is de leidraad geschikt voor professionals die zich verder willen verdiepen in NAH en op zoek zijn naar specifieke methoden, tools, kennis over behandelmethoden en diagnostiek of ervaringsdocumenten van mensen met NAH en hun naasten.

> Leidraad

## Werkboek Laat je horen

Het werkboek 'Laat je horen' helpt je als begeleider/ondersteuner om op een gelijkwaardige manier in gesprek te gaan met mensen die zich door niet-aangeboren hersenletsel (NAH) moeilijk kunnen uiten. Het werkboek nodigt mensen met NAH uit om na te denken en hun mening te geven over de zorg en ondersteuning op een manier die het beste bij hen past. Je kunt het werkboek ook inzetten om iemand voor te bereiden op inspraakmomenten, zoals een huiskameroverleg, de bespreking van een cliëntendossier of een cliëntenraad. Er is zowel een digitale als een papieren versie van het werkboek beschikbaar.

> Werkboek

## *Digitaal hulpmiddel* **Ervaringskoffer**

De Ervaringskoffer is een digitaal hulpmiddel waarmee mensen met hersenletsel anderen kunnen laten ervaren wat hersenletsel is en wat dat voor hen in het dagelijks leven betekent. Het doel hiervan is om onwetendheid en onbegrip te verminderen, waardoor het contact tussen mensen met en zonder niet-aangeboren hersenletsel (NAH) beter verloopt. De hoop is dat mensen met NAH makkelijker kunnen meedoen in de samenleving, als meer mensen kennis hebben over NAH. De Ervaringskoffer bestaat uit vijf verschillende (deel)koffers met de thema's arbeid, onderwijs, privé, vrije tijd en het publieke domein. In de koffers vind je links naar brochures, websites, ervaringsverhalen, vlogs, blogs en ervarings-oefeningen.

> Digitaal hulpmiddel

## *Meetinstrument* **Minimale Dataset NAH (MDS-NAH)**

Er worden veel verschillende instrumenten gebruikt om de gevolgen van niet-aangeboren hersenletsel (NAH) in kaart te brengen. Hierdoor zijn onderzoeksgegevens moeilijk met elkaar te vergelijken en kunnen cliënten het gevoel krijgen dat zij 'hun verhaal steeds opnieuw moeten vertellen'. De 'Minimale Dataset NAH (MDS-NAH)' is een verzameling van bestaande meetinstrumenten die je kunt gebruiken om de status van een persoon met hersenletsel in kaart te brengen. Gebruik van de MDS-NAH maakt gegevensverzameling in de zorg completer en efficiënter. Daarnaast kunnen onderzoekers deze gegevens gebruiken om de zorg voor mensen met NAH te verbeteren. Een zorgprofessional, degene met hersenletsel en een naaste vullen de MDS-NAH in. De set bestaat uit dossierinformatie, een cognitieve test en vragenlijsten. Na de digitale afname van de MDS-NAH kun je een samenvatting van de gegevens downloaden om te gebruiken in de zorg en ondersteuning van je cliënt.

> Meetinstrument

## Boekje Mijn Breinverhaal

Het boekje 'Mijn Breinverhaal' is een aanvulling op de MDS-NAH. Het geeft een samenvatting van de medische gegevens over de persoon met niet-aangeboren hersenletsel (NAH) en biedt informatie over wat diegene zelf belangrijk vindt. Je kunt het boekje na afname van de MDS-NAH downloaden en overhandigen aan de cliënt. De medische informatie staat er dan al in. Degene met NAH kan vervolgens zelf invullen wat de gevolgen zijn van zijn hersenletsel, hoe anderen hier rekening mee kunnen houden en wat die nog wél goed kan. Mensen met NAH kunnen Mijn Breinverhaal gebruiken om aan naasten en zorgprofessionals uit te leggen wat er is gebeurd, zodat zij hun verhaal niet steeds opnieuw hoeven te vertellen. Omdat het medische gegevens bevat, is het boekje niet 'los' te downloaden en zelf in te vullen.

> Boekje

## Besluitvormingsmodellen en e-learning Het Keuze-, Noodzaak-, Comfortmodel

In de acute fase na een ernstige beroerte is de persoon om wie het gaat vaak niet in staat om mee te beslissen over de behandeling. De behandelend arts neemt deze beslissing dan in overleg met naasten. Daarbij kunnen ethische dilemma's ontstaan. Het besluitvormingsmodel helpt om alle argumenten samen met de familie op een rij te zetten en het gesprek daarover aan te gaan. Je komt vanuit 3 perspectieven tot een goede afweging: de keuze van de patiënt, de (medische) noodzaak en het comfort van de patiënt. In de e-learning doorloop je het model aan de hand van een casus. Er is ook een besluitvormingsmodel voor naasten.

> Besluitvormingsmodel voor zorgprofessionals

> Besluitvormingsmodel voor naasten

> E-learning

## Hulpmiddelen

### Communicatie en participatie bij chronische afasie

Iemand die getroffen wordt door afasie, kan van de ene dag op de andere niet meer op de juiste woorden komen. Het veroorzaakt problemen met het maken van zinnen of bij het begrijpen van een gesprekspartner. Dat maakt meedoen aan de samenleving moeilijker. Er zijn acht verschillende hulpmiddelen ontwikkeld voor verbetering van de behandeling van chronische afasie, waardoor mensen met afasie weer zo goed mogelijk mee kunnen doen.



**Als je iets wilt maken waar de doelgroepen echt iets aan hebben, moet je dat samen met hen bedenken en maken.**

#### **Communicatievaardigheden bij afasie verbeteren**

Waarom is de ene persoon met taalproblemen na hersenletsel communicatief vaardiger dan de andere persoon met taalproblemen? Hoe kun je in behandelingen hun alledaagse communicatie verbeteren? Rimke Groenewold (UMCG) onderzocht het en kwam gaandeweg tot verrassende resultaten. Mede door in het onderzoek nauw samen te werken met ervaringsdeskundigen, naasten en afasietherapeuten.

Lees het hele artikel [hier](#).



# Ernstig meervoudige beperking (EMB)



## Leidraad

### EMB in het vizier

In de leidraad EMB in het vizier vind je een overzicht van kennisproducten die je helpen bij het begeleiden van mensen met een ernstig meervoudige beperking (EMB). De leidraad biedt informatie en inspiratie aan directe begeleiders, ouders, stafmedewerkers, behandelverantwoordelijken, ondersteuners in de langdurige gehandicaptenzorg en alle anderen die betrokken zijn bij de ondersteuning van mensen met EMB. Welke keuzes kan je maken over opvoeding, ontwikkeling en ontplooiing? Welke producten, activiteiten, documentaires en voorstellingen zijn er speciaal voor mensen met EMB ontwikkeld? Welke onderzoeken zijn er gedaan? Welke methoden zijn wetenschappelijk onderzocht en aantoonbaar werkzaam gebleken? Welke vlogs, blogs, socialmediakanalen en campagnes richten zich speciaal op mensen met EMB? Alle kennisproducten worden ingeleid met een praktijkvoorbeeld waarin een ondersteuningsvraag centraal staat.

> [Leidraad](#)

> [Tips voor toepassen](#)

## Checklist

### Aansluiten & Stimuleren (A&S)

Vind je het als begeleider of naaste van iemand met een ernstig meervoudige beperking (EMB) soms lastig om het gedrag en de behoeften van diegene te 'lezen'? De checklist Aansluiten & Stimuleren (A&S) helpt je om signalen te herkennen en beter aan te sluiten bij het gedrag en de behoeften van jouw cliënt. Met de checklist ben je in staat om signalen waar te nemen die wijzen op spanning, door heel concreet naar gedrag te kijken. Ook geeft de checklist handvatten om goed aan te sluiten bij het spanningsniveau van de persoon met EMB, waardoor je de stress bij je cliënt helpt te verminderen.

> [Checklist](#)

## *Praktische tools & handreiking*

### **Gezinnen met een zorgintensief kind**

Wat draagt bij aan goede zorg voor gezinnen met een kind met een (zeer) ernstige verstandelijke en/of meervoudige beperking? Hoe kan samenwerking tussen alle gezinsleden en zorgprofessionals het best aansluiten bij de ervaringen, verwachtingen en wensen van al deze betrokkenen?

Je kunt verschillende producten en tools inzetten die de samenwerking met deze gezinnen ten goede kunnen komen, zoals een kaartenspel, gespreksmethodiek 'verstaansvaardigheid', tafelkleed, toekomstplan, lesmodule en een handreiking.

> Praktische tools

> Handreiking

## *Magazine*

### **Tacit knowledge**

Het 'Tacit knowledge magazine' gaat over het belang van moeilijk onder woorden te brengen kennis in de zorg voor mensen met (zeer) ernstige verstandelijke en meervoudige beperkingen ((Z)EVMB). In het magazine staan praktische tips voor ouders, zorgmedewerkers en medisch professionals. Je leest wat tacit knowledge is, hoe je het leert en waarom het cruciaal is in de zorg voor mensen met (Z)EVMB.

> Magazine

## Gestructureerd groepsgesprek Wat als ik er niet meer ben?

Deze tool betreft een format voor een gestructureerd groepsgesprek tussen ouders, andere betrokken familieleden en zorgprofessionals. Via een gestructureerd format kunnen de gesprekspartners met elkaar verkennen hoe de zorg voor mensen met een (zeer) ernstig verstandelijke en meervoudige beperking (Z)EMVB toekomstbestendig gemaakt kan worden. Hierin is ook aandacht voor de zorgen van ouders om overleefd te worden door hun kind. Benieuwd wat het groepsgesprek kan betekenen voor jouw organisatie? Bekijk dan de beschrijving van het groepsgesprek.



Gestructureerd groepsgesprek



“

**Maar kijk je achter onze voordeuren, dan zie je een kwaliteit van leven die niemand wil.**

**‘Ik hoop dat ik mijn kind overleef’**

Mensen met een zeer ernstige meervoudige beperking worden steeds ouder. De kans dat zij hun ouders overleven, neemt toe. Wat betekent dit voor hun kwaliteit van leven? En voor het leven van hun ouders? Hoe wordt daarover gesproken? Kasper Kruithof, onderzoeker Ethiek, Recht en Humaniora aan Amsterdam UMC, onderzocht het en maakt het moeilijk bespreekbare bespreekbaar met zijn onderzoek.

**Lees het hele interview met Kruithof en 2 moeders uit het onderzoek [hier](#).**

## *Gesprekshandleiding* **Kwaliteit van leven**

Werk je met kinderen of volwassenen met (zeer) ernstig verstandelijke en meervoudige beperkingen ((Z)EVMB), dan kun je dit hulpmiddel bij hun ouders en naasten onder de aandacht brengen. Het hulpmiddel helpt ouders en naasten om de kwaliteit van leven van hun kind onder woorden te brengen en het gesprek te voeren over een medische ingreep, bijvoorbeeld met artsen. Het helpt ouders ook bij gesprekken met professionals in zorginstellingen die samen met ouders nadenken en beslissen over de medische behandeling van personen met (Z)EVMB.

# Participatie



## Handreiking In verbinding met de wijk

De WijkKring is een groep van ongeveer negen mensen met een ondersteuningsvraag die op loopafstand van elkaar wonen. Zij helpen elkaar, kijken wat er in de wijk te doen is en wat zij zelf voor de wijk kunnen betekenen. Deze handreiking beschrijft in zes stappen hoe de aanpak WijkKring invulling geeft aan wijkgericht werken. De stappen bestaan uit het verkennen van de wijk en het inzicht krijgen in talenten, interesses en sociale rollen van wijkbewoners. Verder geeft deze werkwijze je meer inzicht in waar je sociale netwerken kunt versterken, hoe je (beter) kan samenwerken en op welke manier iedereen iets kan betekenen voor de wijk. Per stap wordt aan de hand van voorbeelden uitgelegd wat de meerwaarde is voor de WijkKring-deelnemers en welke rol professionals en vrijwilligers hebben. De handreiking is bedoeld voor professionals en vrijwilligers, maar kan ook interessant zijn voor wijkbewoners.

> Handreiking

## Training CABRIO-training

Teams bestaan vaak uit een groep mensen met verschillende achtergronden, met en zonder beperking. Denk aan mensen met ervaringskennis, ervaringsdeskundigen, mensen met wetenschappelijke kennis en mensen met praktijkervaring. De CABRIO-training helpt inclusieve onderzoeksteams om zo goed mogelijk samen te werken binnen een onderzoek of in een project. Je leert hoe je de professionele en persoonlijke ervaringen, kennis en vaardigheden van alle teamgenoten optimaal kunt benutten. De training is niet gericht op het opleiden van ervaringsdeskundigen, maar focust juist op de samenwerking binnen het volledige team. De training bestaat uit zes aparte onderdelen of modules, die in combinatie of als losse modules kunnen worden ingezet. Je kunt de training inzetten bij handelingsverlegenheid, onzekerheid om gebruik te maken van ervaringsdeskundigheid en/of concrete vragen of moeilijkheden binnen de (geplande) samenwerking in een team.

> Uitleg over training

> Training

## *Handreiking en whitepaper* **(Kennis over) zelfredzaamheid vergroten**

Deze handreiking is een hulpmiddel voor cliënten, hun zorgprofessionals en begeleiders, en hun familie en naasten. Mensen met een beperking willen zo zelfredzaam mogelijk zijn, maar hebben door de dag heen op verschillende momenten vele handen nodig om voor hen te zorgen en hen te helpen. Het is niet altijd makkelijk om zelfredzaamheid en afhankelijkheid samen te laten gaan. Deze handreiking nodigt uit hierover het gesprek met elkaar aan te gaan. Doel hiervan is om beter begrip voor elkaar te creëren met uiteindelijk, waar mogelijk, een grotere zelfredzaamheid voor de cliënt. De whitepaper schetst de vier dimensies van zelfredzaamheid en helpt de kennis over wat zelfredzaamheid voor een cliënt precies is, of kan zijn, te vergroten.

> Handreiking en whitepaper

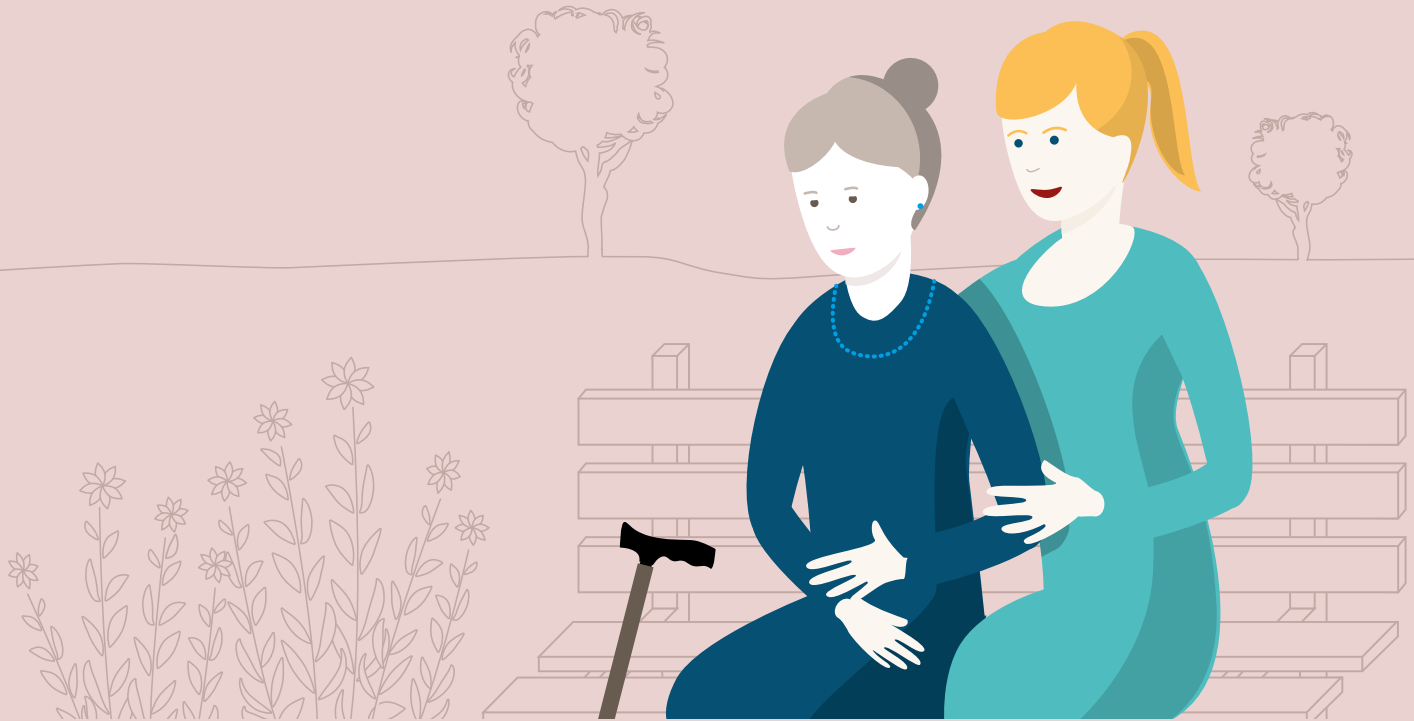
## *Programma* **Jongeren met een beperking op het speciaal onderwijs**

Wil je jongeren met een beperking tussen de 14 en 19 jaar helpen hun talenten te ontdekken en te ontwikkelen? Kijk dan eens naar de mogelijkheden van het programma 'Ik ben P.A. (professional assistent)'. Dit programma versterkt het zelfvertrouwen en talent en kan worden aangeboden in het speciaal onderwijs en praktijkonderwijs. Het bestaat uit een flexibel lesprogramma, waarbij theorie en praktijk elkaar afwisselen. Tijdens de lessen werken de leerlingen aan competenties als presenteren, omgaan met druk en tegenstand, samenwerken en overleggen. Tijdens het vrijwilligerswerk ontdekken ze hoe het is om iets goeds te doen voor de maatschappij. Én ze leren waar ze goed in zijn. Ze breiden hun sociale netwerk uit en krijgen meer contacten met jongeren zonder beperking. De jongeren krijgen na afloop een certificaat.

> Programma



# Ouderen met een verstandelijke beperking



## Leidraad Oud en Gelukkig

Fysieke en mentale kwetsbaarheid zie je eerder en vaker bij ouderen met een verstandelijke beperking dan bij dan bij ouderen zonder VB. De leidraad 'Oud en Gelukkig' helpt je bij het begeleiden van ouderen met een verstandelijke beperking. In de leidraad vind je een overzicht van 60 online kennisproducten waarmee je de ondersteuning van cliënten verder vormgeeft, onderbouwt of toetst. Directe begeleiders, stafmedewerkers, behandelverantwoordelijken en alle anderen in de langdurige zorg die betrokken zijn bij de ondersteuning van ouderen met een verstandelijke beperking kunnen de leidraad gebruiken. Dat geldt ook voor mantelzorgers en professionals, beleidsmakers en huisartsen in de ouderenzorg, de thuiszorg of welzijnswerk die deel uitmaken van de ketenzorg of een individueel ondersteuningsnetwerk. De praktische tips bieden ondersteuning bij het succesvol implementeren van de leidraad.

> Leidraad

> Meer informatie

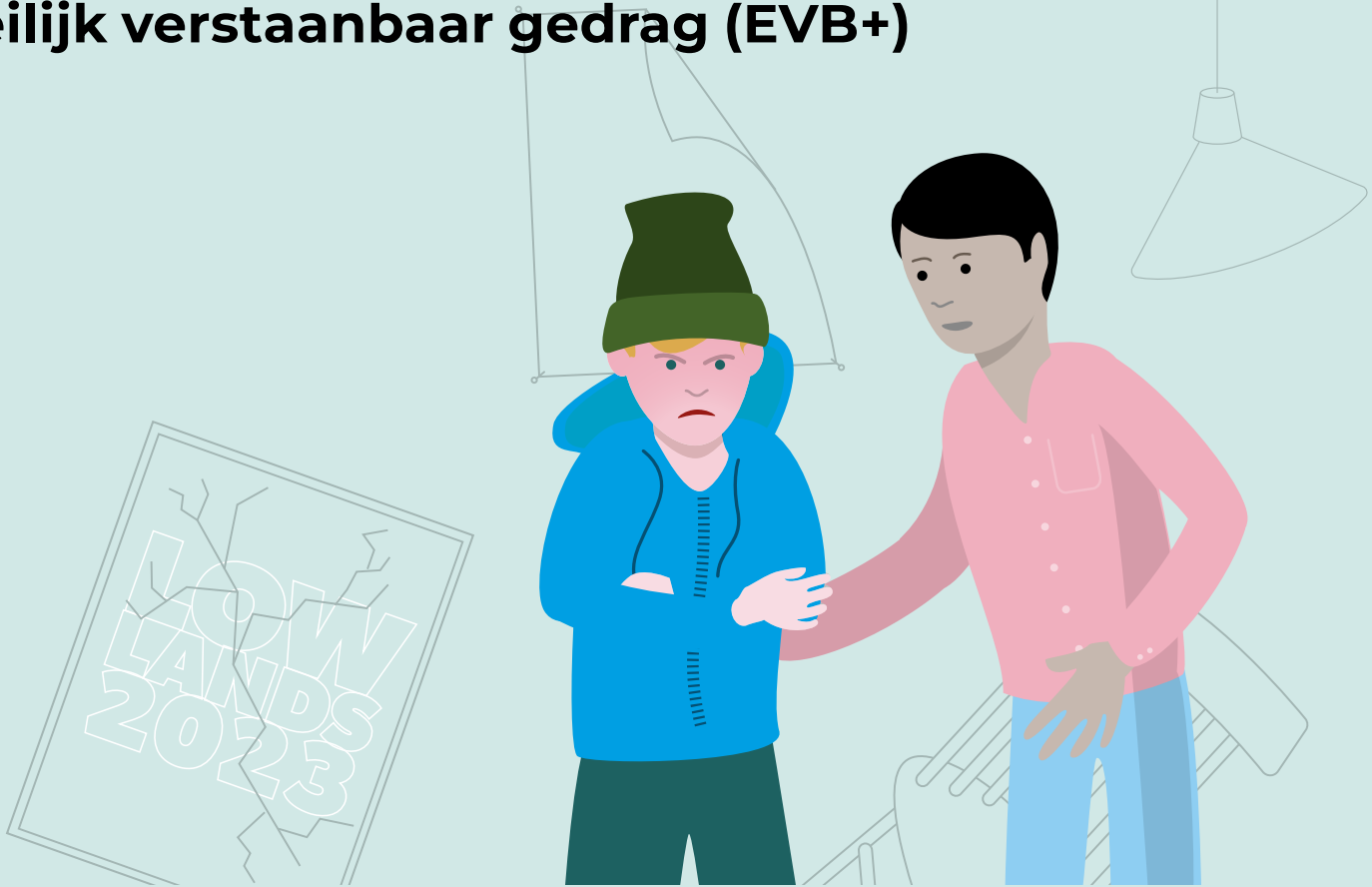
> Tips voor toepassing

## Praktische kennistools Dementie

Er zijn verschillende tools die jou kunnen helpen om mensen met dementie te ondersteunen. Met de handreiking '(H)erken jij dementie?' kunnen professionals psychodiagnostisch onderzoek doen bij mensen met dementie. De observatielijst en signaleringsladder helpen begeleiders en medewerkers om signalen van dementie te herkennen en te ontdekken wat er speelt bij oudere mensen met een beperking. Iedereen die de leefomgeving van een oudere met een verstandelijke beperking meer passend en stimulerend wil maken kan gebruik maken van de wegwijzer voor een dementievriendelijke woonomgeving. Wat zijn de mogelijkheden? Welke aanpassingen zijn noodzakelijk? De kalender met tips voor samenwerken met naasten geeft dagelijks handvatten en tips voor deze samenwerking met naasten. Belangrijk, want zij kennen de persoon om wie het gaat goed.

> Kennistools

# Ernstige Verstandelijke Beperking en moeilijk verstaanbaar gedrag (EVB+)



## Video en poster

### **EVB+**

Spanning hoort bij het leven en bij nieuwe dingen ontdekken. Mensen brengen zowel spanning als ontspanning over op elkaar. Dat geldt ook in de relatie tussen een persoon met EVB+ en de begeleider. Hoe voorkom je onnodige spanning, zodat mensen met EVB+ ruimte hebben om te leven en te leren? Wat helpt om spanning te verlagen bij mensen met EVB+? En wat helpt juist niet?

De ontwikkelde video en poster kunnen helpen om te kijken welke thema's je zou kunnen bespreken in het team of in de organisatie: Wat loopt er al goed? En waar zou je nog mee aan de slag willen gaan?

> Video

> Poster

## Kenniswijzer

### **EVB+**

De 'Kenniswijzer EVB+' biedt je een schat aan informatie over mensen met een Ernstig Verstandelijke Beperking en moeilijk verstaanbaar gedrag (EVB+) en het werken met mensen met EVB+. Je leest en leert meer over verschillende thema's die spelen in het leven van mensen met EVB+.

De KennisWijzer is speciaal ontwikkeld voor studenten in het mbo (niveau 3, 4 en 5) en hbo en voor zorg-professionals die werken met mensen met EVB+. Je vindt hier een schat aan informatie over alle facetten uit het leven van mensen met EVB+; kennis over wat werken met mensen met EVB+ van je vraagt en wat het je brengt; veel tips voor filmpjes, podcasts en interviews met achtergrondinformatie; bij elk thema opdrachten die je in groepsverband of alleen kunt doen. De thema's zijn los van elkaar te gebruiken.

> Kenniswijzer

## *Kennisbundel* **EVB+**

Deze kennisbundel is bedoeld voor zorgprofessionals die ondersteuning bieden aan mensen met EVB+. In de bundel staat onder andere algemene kennis over mensen met EVB+ en wordt ingegaan op het opbouwen van betekenisvolle relaties met mensen met een EVB+ en hun naasten. Ook worden methodieken en hulpmiddelen die je daarbij kunt benutten beschreven. Er staan ook opdrachten in waarmee je je kennis door doen kan uitbreiden of waarmee je jezelf kan verdiepen. De bundel bevat ook het Rad van Welzijn. Dit Rad kan je gebruiken om binnen het dagelijkse werk, op een speelse manier, meer ontspanning te gaan ervaren. Het draagt bij aan meer werkplezier en aan een constructieve samenwerking met jouw collega's waar ruimte is voor zelfonderzoek en reflectie. Het Rad van welzijn daagt je uit om ervaringen met elkaar te delen en in gesprek te gaan over je kwaliteiten, krachten maar ook jouw valkuilen en onzekerheden.

# Gezonde omgeving



## Infographic Fysieke leefomgeving

Als zorgverlener kun je jouw steentje bijdragen aan een passende leefomgeving door met architecten en bestuurders samen te werken bij de ver- of nieuwbouw van zorginstellingen. Samen kan je de binnen- én buitenkant zo ontwerpen en inrichten dat cliënten een hogere kwaliteit van leven ervaren. De infographic Fysieke Leefomgeving beschrijft verschillende niveaus (de stad, het gebouw en de inrichting) en bijbehorende elementen van de fysieke leefomgeving die invloed hebben op het gedrag en het welzijn van mensen met een verstandelijke beperking (VB). Daarmee geeft de infographic zorgprofessionals, bestuurders en architecten een gelijk startpunt bij het gesprek over nieuw te bouwen zorginstellingen of over verbouwingen van bestaande zorginstellingen. Dit kan ervoor zorgen dat de samenwerking gemakkelijker verloopt.

> Infographic

## Leertraject Ondersteunen gezonde leefstijl

Een gezonde leefstijl is erg belangrijk, ook voor mensen met een verstandelijke beperking (VB). Dit leertraject bestaat uit een e-learning, handleidingen voor teambijeenkomsten en praktische tools. Je kunt dit traject als begeleider volgen om (meer) kennis te krijgen over het ondersteunen van gezonde voeding en beweging en over hoe je gezond gedrag aanmoedigt. Vervolgens kun je met jouw team verder nadenken over een gezonde leefomgeving in jullie zorgorganisatie en over de wensen van jullie cliënten. Tijdens de teambijeenkomsten bespreek je een eigen casus. Je gaat in op je eigen normen en waarden en de eigen regie van de mensen met een beperking. Hoe denk jij over gezond eten, drinken en bewegen? Welke invloed heeft dat op jouw werk? En hoe houd je rekening met de wensen van cliënten en hun naasten? Ten slotte maak je met jouw team afspraken voor de toekomst.

> Leertraject

## Vragenlijst

# Omgevingscan gezonde leefstijl

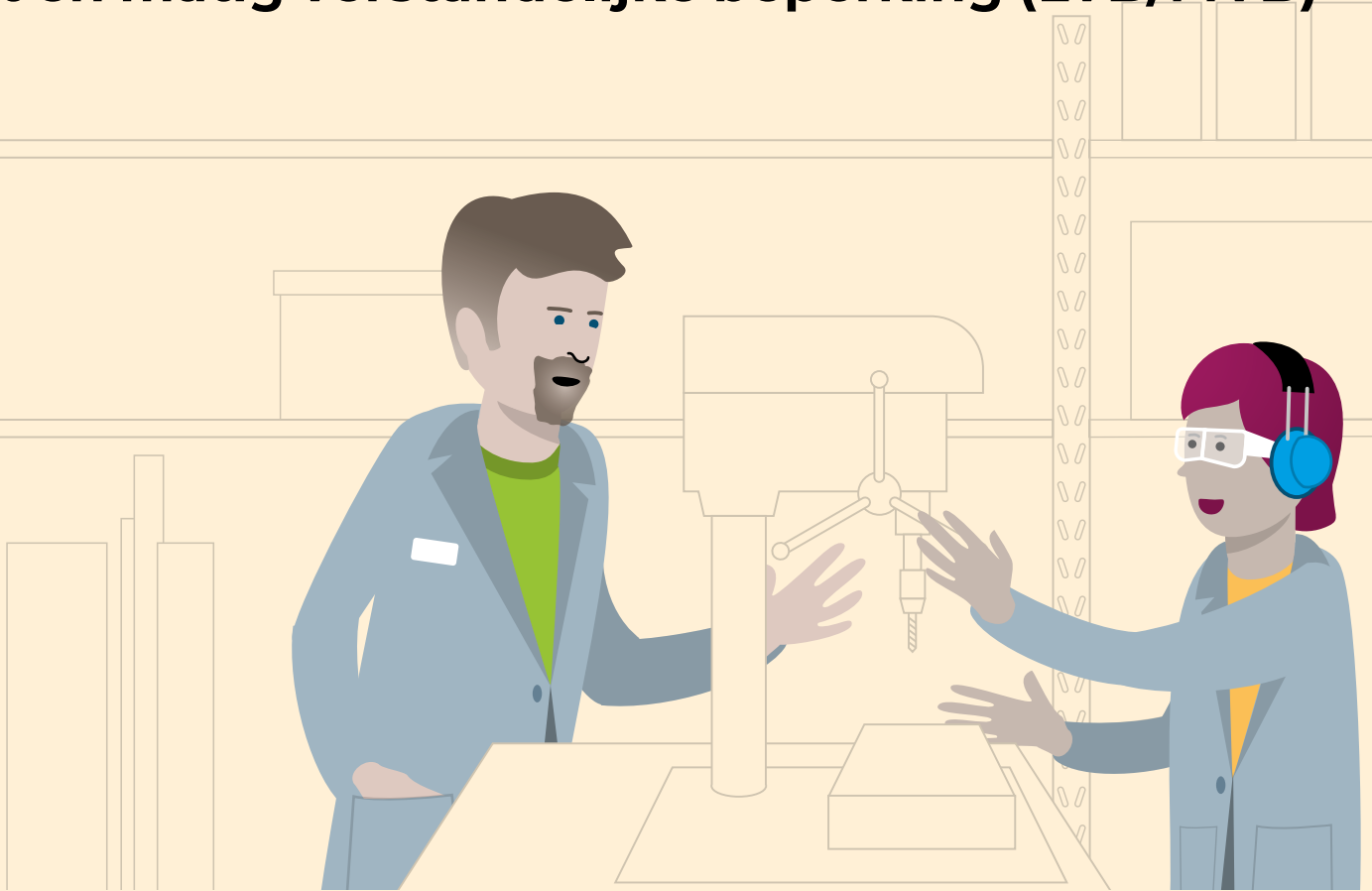
Met voldoende bewegen en gezonde voeding zit je lekker in je vel en zorg je goed voor je gezondheid en je lichaam. Om gezond te leven hebben mensen met een matig tot zeer ernstig verstandelijke beperking (M/ZEVMB) een ondersteunende omgeving nodig. De 'Omgevingscan gezonde leefstijl' is een digitale vragenlijst die laat zien wat de sociale, fysieke en beleidsmatige omgeving van jouw organisatie betekent voor een gezonde leefstijl. Je bepaalt samen wie de vragenlijst invult. Denk bijvoorbeeld aan mensen met een VB, cliëntvertegenwoordigers, begeleiders en teamleiders. Nadat iedereen de vragenlijst heeft ingevuld, ontvang je een samenvatting en een infographic. Die geven een overzicht van wat er nu al gebeurt en waar nog kansen liggen voor een gezondere omgeving. Daarna maak je door middel van een actiesprek samen plannen hoe jullie verder willen. De handleiding bij de omgevingscan helpt daarbij.



Vragenlijst



# Licht en matig verstandelijke beperking (LVB/MVB)



## Serious game Jij & Ik

Mensen met een verstandelijke beperking vinden het soms lastig om hun eigen emoties te uiten of zich in te leven in de gevoelens van anderen. De 'Serious game Jij & ik' helpt hier op een leuke én leerzame manier bij. Het spel richt zich op het nadenken over eigen gevoelens en gedachten én die van de ander (mentaliseren). De speler reist via 8 spelniveaus en via verschillende spelletjes en vragen mee met Mo, een jongen die zijn vriendin gaat opzoeken in Amerika. De serious game is vrij toegankelijk en kan zowel door cliënten zelf, als door cliënten en begeleiders/naasten samen worden gespeeld. Door de game samen te spelen kan je de gebeurtenissen in de game bespreken en op die manier met én van elkaar leren.

> Promotiefilmpje game

> Spelen van de game



**Doel van het spel is om je eigen gevoelens en die van anderen te herkennen en te begrijpen.**

### **Spelenderwijs sociale vaardigheden trainen bij LVB of autisme**

Mensen met een lichte verstandelijke beperking (LVB) of autisme vinden sociale interacties lastig. Ze ondervinden stress en hebben moeite met hun eigen gedrag of dat van een ander te begrijpen. De online game 'Jij & ik' moet daarbij helpen. Maar werkt het ook? Suzanne Derks onderzocht het.

**Lees het hele artikel over de Serious Game [hier](#).**

*App***HiSense App MVB+LVB**

Voor mensen met een licht of matig verstandelijke beperking (LVB/MVB) is een goede hechtingsrelatie van groot belang. Maar juist voor deze groep mensen kan het tot stand komen én het in stand houden van zulke relaties complex zijn. Daarom is het als zorgprofessional of naaste belangrijk om te begrijpen hoe sensitiviteit (gevoeligheid), responsiviteit (reactie) en gehechtheidsrelaties (emotionele banden tussen mensen) werken bij deze groep. Via de HiSense App MVB+LVB leer je met een kleine tijdsinvestering (slechts 5 minuten per dag) over hechtingsrelaties. De app stelt elke dag 4 korte meerkeuzevragen via stellingen of voorbeelden. Je ontvangt direct feedback op de antwoorden, waardoor je snel leert. De app is ook als trainingsinstrument in te zetten. Uit ervaring blijkt namelijk dat zorgprofessionals het leuk vinden om op een laagdrempelige manier nieuwe kennis op te doen en zich te ontwikkelen op het gebied van de begeleiding van hun cliënten.

*Leidraad***LVB en middelengebruik in het vizier**

Mensen met een licht verstandelijke beperking (LVB) lopen een groter risico op verslavingsproblemen. In de leidraad 'LVB en middelengebruik in het vizier' staat een overzicht van allerlei methoden en tools die helpen bij het begeleiden van mensen met een LVB in combinatie met verslavingen, zoals alcohol- en drugsgebruik. Met deze producten kun je de ondersteuning van cliënten met LVB verder vormgeven, onderbouwen en/of toetsen. Ook kunnen de producten helpen bij het verbeteren van de samenwerking tussen de gehandicaptenzorg en de verslavingszorg. Alle producten worden ingeleid met een praktijkvoorbeeld (casus) waarin een ondersteuningsvraag centraal staat. De leidraad is bedoeld voor directe begeleiders, ouders, stafmedewerkers, behandelverantwoordelijken, ondersteuners in de langdurige gehandicaptenzorg en alle anderen die betrokken zijn bij de ondersteuning van mensen met een licht verstandelijke beperking.



## Handreiking LVB en geldzaken

Begeleiders vinden het vaak lastig om over geld te praten met cliënten en richten zich bij het begeleiden van cliënten in geldzaken vaak vooral op het op orde krijgen van het huishoudboekje. Logisch, want het hebben van schulden heeft grote gevolgen. Er is weinig aandacht voor de vraag wat geld voor mensen betekent, en welke belangrijke rol geld speelt in sociale relaties, het ontwikkelen van een (positieve) identiteit, het gevoel van eigenwaarde, het gevoel van autonomie, zingeving en toekomstdromen. Begrijpen hoe dit werkt kan je als begeleider helpen om je cliënten met een lvb beter te begrijpen én te begeleiden. De handreiking geeft tips hoe je als begeleider met je cliënt over geld kunt praten.

> Handreiking

## Factsheets Smith Magenis syndroom

Mensen met het Smith Magenis syndroom (SMs) hebben meestal een licht tot matig verstandelijke beperking. SMs is een zeldzame aangeboren aandoening, veroorzaakt door een afwijking op chromosoom 17. Kenmerken van het syndroom zijn een combinatie van slaapproblemen, een ontwikkelingsachterstand en gedragsproblemen. Als je iemand met het Smith Magenis syndroom (SMs) begeleidt en behandelt, is het belangrijk te weten wat de oorzaak van SMs is. Die oorzaak kan namelijk invloed hebben op het IQ, de mate van verstandelijke beperking en het soort gedragsproblematiek. Dit kan om een specifieke aanpak vragen. Deze twee factsheets over SMs – één voor zorgprofessionals en naasten, en één voor cliënten zelf – geven informatie over het Smith Magenis syndroom en gaan in op vragen als: 'Wat is het?', 'Wat zijn kenmerken?' en 'Hoe en waar kun je hulp krijgen?' Beide factsheets staan op de website van de Stichting Smith Magenis syndroom Nederland.

> Factsheets

## *Serious game* **Virus in de jungle**

Voor mensen met een licht verstandelijke beperking (LVB) was het uitdagend om zich aan maatregelen te houden tijdens de COVID-19-pandemie. Voor professionals en naasten ontbraken passende tools om informatie en kennis met betrekking tot infectieziekten bespreekbaar te maken, rekening houdend met de uitdagingen en complexiteit van deze groep. Deze serious game is voor én met mensen met een LVB ontwikkeld en kan je inzetten om mensen met een LVB te ondersteunen bij het uitvoeren van preventiemaatregelen om virusinfecties te voorkomen. Het is een combinatie van een bordspel en een onlinespel en bevat filmpjes en opdrachten. Vragen die aan bod komen zijn: Hoe voorkom je dat een ziekte zich verder verspreidt? Wat kun jij doen zodat jijzelf en de mensen in je directe omgeving gezond blijven?



# Palliatieve zorg



## Training

### Proactieve zorgplanning

Praten over zorg in de laatste levensfase of over een naderende dood kan moeilijk zijn voor mensen met een verstandelijke beperking en hun naasten. Maar zij willen dit vaak wel. Hierover praten zorgt er namelijk voor dat zij er zeker van kunnen zijn dat zorgprofessionals hun best doen om naar hun wensen en behoeften te handelen. Deze training bereidt zorgprofessionals voor om doelen en voorkeuren in de palliatieve fase met hen en andere zorgprofessionals te bespreken. Je leert bijvoorbeeld gesprekstechnieken om alle ideeën, wensen en standpunten van de cliënt en hun naasten inzichtelijk te maken. Ook is er een ‘train de trainer’ beschikbaar voor het geven van de cursus gespreksvoering proactieve zorgplanning.

> Training

> Train de trainer

## Checklist & gespreksformat

### Palliatieve zorg

Deze producten helpen zorgprofessionals in gesprek te gaan met een cliënt met een verstandelijke beperking en hun naasten over wensen en behoeften rondom zorg. Met de checklist brengen zorgprofessionals in kaart wat er nodig is voor het bieden van goede palliatieve zorg, wie waarvoor verantwoordelijk is en welke informatie en kennis nodig is om goed voor de cliënt te zorgen. De gespreksformats bevatten tips voor het gesprek over proactieve zorgplanning en bieden een leidraad voor onderwerpen of vragen waar je aan kan denken tijdens dat gesprek.

> Checklist

> Gespreksformat

## *Handreiking*

### **Proactieve zorgplanning voor naasten**

Mensen met een verstandelijke beperking, hun naasten en zorgprofessionals kunnen onverwachts met complexe medische situaties te maken krijgen. Het is moeilijk om dan binnen korte tijd een weloverwogen mening te vormen over dergelijke situaties. Deze handreiking leert je wat proactieve zorgplanning is en kun je inzetten om dit ook uit te leggen aan mensen met een verstandelijke beperking, hun wettelijk vertegenwoordigers en naasten. Het leert je ook hoe je een proactief zorgplan maakt en welke rol iedereen hierin kan spelen. Ook zijn de belangrijkste onderwerpen voor het gesprek over proactieve zorgplanning op een rij gezet: comfortbeleid, palliatieve sedatie, reanimeer-mij-niet-verklaring en euthanasie.

> Handreiking

## *Informatiefolder*

### **Met je dokter praten over ziek zijn en dood gaan**

Deze flyer kun je delen met mensen met een verstandelijke beperking. Het geeft ze informatie over hoe ze met de dokter kunnen praten over ziek zijn en dood gaan. In eenvoudige taal is beschreven op welke momenten iemand dit kan doen, waarom dat belangrijk is en wat er gebeurt met de inhoud van het gesprek. In de flyer is ook ruimte om een afspraak met de dokter te maken.

> Flyer



## *Gesprekshulpmiddel* **SamenSprak**

Mensen met een verstandelijke beperking kunnen problemen rondom hun gezondheid niet altijd overzien. Dat maakt samen beslissen over zorg in de laatste levensfase moeilijk. SamenSprak helpt zorgprofessionals om hier samen met hun cliënten beslissingen over te nemen op basis van hun eigen wensen en waarden. Het heeft de vorm van een bordspel met 4 thema's: 'Wie ben jij?', 'Ziekte en/of levenseinde', 'Maken van keuzes' en 'Toepassing van de keuzes en evaluatie'. Gesprekskaarten, illustraties, een handleiding en werkboekje bieden je extra ondersteuning.

# Overig



## Website **Sensonate.nl**

Dagelijks komt er een continue stroom van geluiden, beelden, informatie en allerlei andere prikkels op ons af. Het verwerken hiervan vraagt om een adequaat 'verwerkingssysteem' in onze hersenen. Dat systeem filtert welke prikkels belangrijk zijn voor ons welzijn en welke niet. Ook zorgt het ervoor dat we op een passende manier hierop reageren. Veel mensen met Autisme Spectrum Stoornis (ASS) ervaren problemen met die prikkelverwerking in hun hersenen. Vooral mensen met autisme en een verstandelijke beperking (VB) hebben hier dagelijks last van. Op de website [Sensonate.nl](https://www.sensonate.nl) vind je kennis, inspiratie, ervaringen, tips en hulpmiddelen rondom prikkelverwerking bij mensen met ASS en een VB van alle denkbare niveaus. [Sensonate.nl](https://www.sensonate.nl) is ondergebracht bij de Nederlandse Vereniging voor Autisme (NVA).

> Website

## Voorlichtingsvideo's **Zorgprofessionals en ervaringsdeskundigen voor de klas**

Zorgprofessionals die, samen met ervaringsdeskundigen, gastlessen in het onderwijs verzorgen. Dat is wel de beste samenvatting van de 'Onderwijsvouchers' die vanuit Gewoon Bijzonder zijn verstrekt. En met veel succes, want inmiddels kregen al honderden leerlingen les over hoe de werkvloer in de gehandicaptensector er in de praktijk uitziet. Over de gastlessen zijn, zowel binnen als buiten het klaslokaal, een aantal korte video's gemaakt.

> Voorlichtingsvideo's

## Taalmethode

### Taal voor allemaal

Veel mensen met een licht verstandelijke beperking (LVB) hebben moeite met lezen en schrijven. Voor hen is een brief, bijvoorbeeld van de gemeente of een zorginstelling, vaak te ingewikkeld. Toch wordt in de communicatie met mensen met een LVB veel gebruik gemaakt van taal, zowel schriftelijk als verbaal. De methode 'Taal voor allemaal' zorgt dat je de kern van een tekst op het laagste leesniveau schrijft. Ook zijn er regels over bijvoorbeeld lettergrootte, regelafstand en uitlijning. Het toepassen van de regels van deze methode maakt brieven duidelijker en begrijpelijker. Bovendien sluiten ze beter aan op de taalmogelijkheden en -voorkeuren van mensen die moeite hebben met lezen en leren. Dit zorgt ervoor dat de doelgroep de boodschappen beter begrijpt. Taal voor allemaal is niet ontwikkeld vanuit het programma Gewoon Bijzonder, maar het programma droeg wel bij aan de doorontwikkeling van de methode en implementatie van het gebruik bij onder andere gemeenten.



# Op de hoogte blijven?

Wil je op de hoogte blijven van ontwikkelingen, producten en kennis op het gebied van de gehandicaptensector?

- > Programmapagina Gewoon Bijzonder op ZonMw.nl
- > LinkedIn-pagina ZonMw: Leven met een beperking
- > Kennisplein Gehandicaptensector

Laat ons weten wat je van het boekje vindt via [gewoonbijzonder@zonmw.nl](mailto:gewoonbijzonder@zonmw.nl) of gebruik op LinkedIn #GewoonBijzonder en tag ons in je berichten!

[www.zonmw.nl](http://www.zonmw.nl)

MET KENNIS WERKEN AAN EEN GOEDE GEZONDHEID VOOR IEDEREEN



ZonMw

Laan van Nieuw Oost-Indië 334

2593 CE Den Haag

Telefoon 070 349 51 11

[info@zonmw.nl](mailto:info@zonmw.nl)