

## Oefening 2.3. Mijn Hulpmiddelen

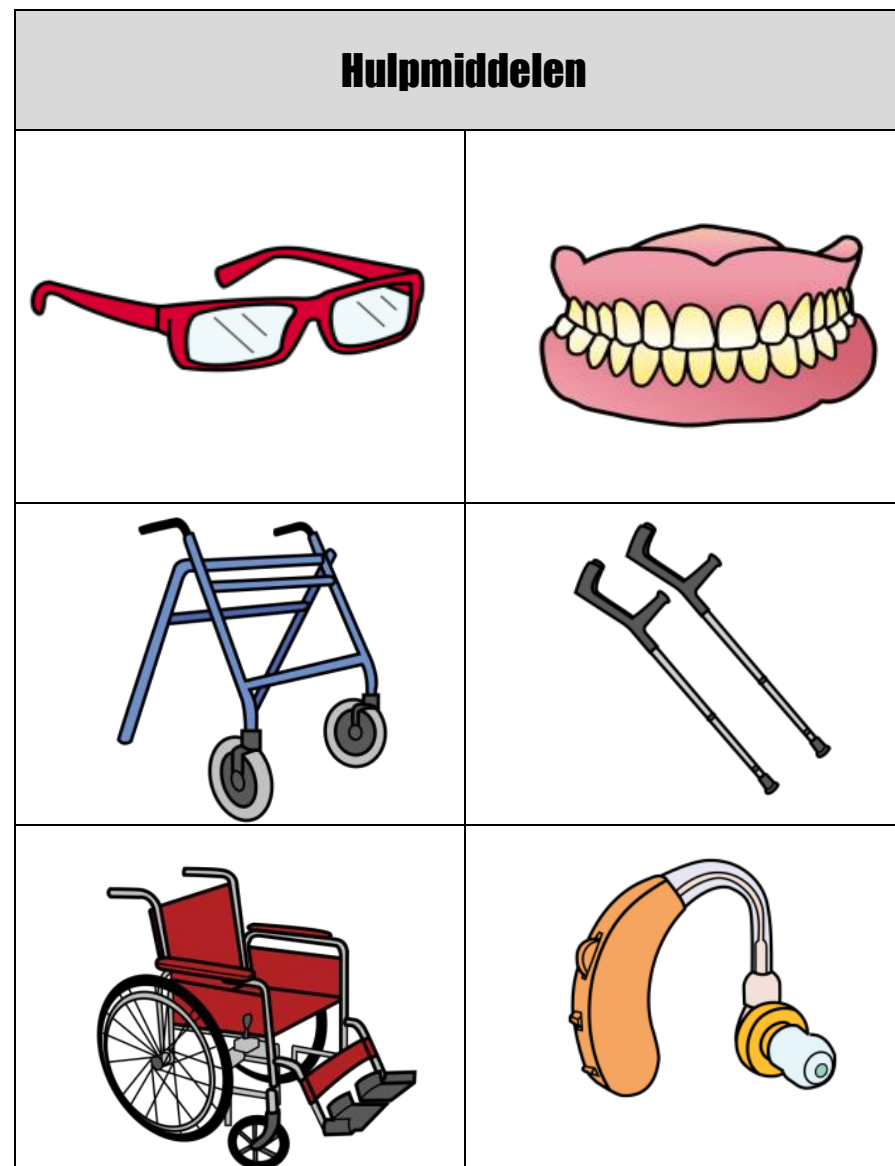
### Activiteit 1. Begrijpen wat hulpmiddelen zijn.

Dit is een inleidende oefening. De groep dient te bepalen wat hulpmiddelen zijn (= definitie). Hiertoe kunnen de 6 afbeeldingen aan de rechterkant van de pagina worden gebruikt. Een voorbeeld van definitie zou kunnen zijn: hulpmiddelen zijn ondersteunende middelen waarmee we de activiteiten van het dagelijks leven op een meer autonome manier kunnen uitvoeren, waardoor onze levenskwaliteit wordt verbeterd". De volgende vragen kunnen het debat vergemakkelijken:

- Helpen hulpmiddelen me om meer dingen thuis te doen? Welke activiteiten?
- Helpen hulpmiddelen me om gelukkiger te zijn?
- Door ze te gebruiken, kan ik naar meer plaatsen gaan? Waar? Hoe?
- Door ze te gebruiken, kan ik meer plezier hebben met mijn vrienden?
- Door ze te gebruiken, kan ik meer activiteiten doen ver van huis? Welke? Waarom?

**Activiteit 2.** Persoonlijke autonomie: leren dat ik in de toekomst meer ondersteuning nodig zal hebben.

Zodra de deelnemers hebben geleerd wat een hulpmiddel is, kan een nieuwe gesprek gestart worden over het feit dat ouder wordende mensen meer behoefte hebben aan ondersteuning.









### Activiteit 3. Mijn Hulpmiddelen en het juiste onderhoud.

Hierna kan aan de ouder wordende personen met een verstandelijke beperking gevraagd worden om op te schrijven of te zeggen of zij een hulpmiddel gebruiken.

Zodra alle hulpmiddelen die ouder wordende personen met een verstandelijke beperking gebruiken in kaart zijn gebracht, worden ze uitgenodigd om uit te leggen hoe ze moeten worden verzorgd en schoongemaakt. Om de activiteit te vergemakkelijken, kan een gesprek worden gevoerd met behulp van een aantal van de volgende vragen:

- Maakt u uw hulpmiddelen schoon?
- Hoe vaak? Elke dag, één keer per week, één keer per maand, als ze vies zijn, nooit...?
- Welk schoonmaakmiddel gebruikt u om ze schoon te maken (bril, hoortoestellen, rolstoel,...) zeep, specifieke producten, water of met niets?
- Brengt u uw hulpmiddelen ergens naartoe om ze te laten controleren? Ja/Nee. Hoe vaak? Alleen als ze breken, één keer per jaar, als de winkelhulp zegt dat ik moet gaan?

Om deze oefening te versnellen, kan de ouder wordende persoon met een verstandelijke beperking het ondestaand sjabloon gebruiken om de onderhoudsfrequentie bij te houden.

Hulpmiddel	Datum	Datum	Datum	Datum
Bril 				
Gehoorapparaten 				
Rolstoel 				
Krukken 				
Rollator 				
Tandprothesen 				
Anderen				
Anderen				