

Activeringstherapie – Handvaardigheid

Inleiding

Soms is het lastig om te komen tot activiteiten, terwijl het ondernemen van activiteiten veel plezier op kan leveren en waardevol is voor uw dagritme. In de Activeringstherapie – Handvaardigheid gebruikt u verschillende handvaardigheidsmaterialen en -technieken en leert u wat u er voor nodig heeft om actief te zijn en te blijven.

Voor wie

De Activeringstherapie - Handvaardigheid is bestemd voor mensen die:

- een goede dagstructuur nodig hebben;
- moeite hebben met het ondernemen van activiteiten;
- ondersteuning nodig hebben bij het verbreden van hun sociaal netwerk;
- zoeken naar een nieuwe hobby, een nieuwe techniek willen leren om te komen tot een zinvolle dagbesteding na ontslag;
- niet genoeg basisvaardigheden hebben om te komen tot activiteiten;
- hun zelfredzaamheid willen vergroten.

Doelen

- trainen van basisvaardigheden om activiteiten te ondernemen. Voorbeelden van deze vaardigheden zijn: concentratie en doorzettingsvermogen, geduld, motoriek, uithoudingsvermogen, sociale vaardigheden;
- ondernemen van activiteiten: drempel overwinnen, doorbreken van passiviteit, ontdekken en herontdekken wat u graag doet, koppeling naar uw thuissituatie maken, structuur aanbrengen in de week, zinvolle dagbesteding zoeken;
- vorm geven aan uw dagelijks leven: contacten leggen, een praatje maken, plezier beleven aan het ondernemen van activiteiten;
- zelfredzaamheid vergroten: leren kennen van uw mogelijkheden en beperkingen, uw eigenwaarde en zelfrespect versterken, doelen stellen.

Programma-inhoud en werkwijze

In deze activiteit werkt u individueel of in groepsverband met verschillende handvaardigheidsmaterialen en -technieken. Hierdoor kunt u uw eigen mogelijkheden en beperkingen ontdekken. Door te experimenteren komt u achter steeds meer mogelijkheden. U kunt zo op een laagdrempelige manier een hobby (her)ontdekken en u creatief ontplooiën. Bezig zijn met handvaardigheid kan leiden tot ontspanning, plezierbeleving en afleiding.

Het individuele aanbod bestaat bijvoorbeeld uit: textiele werkvormen, kleien, houtbewerking, werken met gips, tekenen en schilderen. Binnen het groepsaanbod kunt u bijvoorbeeld bloemschikken of themagerichte / seizoensgerichte activiteiten doen. U zou ook gebruik kunnen maken van arbeidsmatige activiteiten.

Groepsgrootte

Maximaal 8 personen.

Behandelduur

De behandelduur wordt in overleg met de behandelcoördinator bepaald en vastgelegd in een behandelovereenkomst.

Hoe vaak

Minimaal 1 en maximaal 3 dagdelen per week.