

LPD 18: ondersteunen van welbevinden in verschillende levensfasen

Leeftijd	milieu	Mijlpalen Ontwikkeling			Ondersteunen van welbevinden	Mogelijke uitdagingen
		Fysieke ontwikkeling (=H)	Cognitieve ontwikkeling (= H)	Socio-emotionele ontwikkeling (=H)		
0-3j	Gezin Opvang: KDV en onthaalgezin recreatief	Motorische ontwikkeling lichaamsbeheersing Exploreren en spelen	Twee gebeurtenissen of waarnemingen aan elkaar koppelen Denken op een heel concrete manier Handelend bezig zijn Beginnende taalontwikkeling (eerst passief, dan actief)	Autonomie en individuatie Veilige hechting	<p><u>Welbevinden en betrokkenheid:</u></p> <p>Sensitief en responsief reageren op het gedrag van het kind Beschikbaar zijn Structuur bieden Ruimte geven voor exploratie bruikbare bron ontwikkeling</p> <p>https://www.vlaanderen.be/publicaties/zelfevaluatie-instrument-memog-kinderopvang</p> <p><u>Met aandacht voor diversiteit:</u></p>	<p>Slaap Kind 'gezonde' voeding leren kennen (valpreventie)</p> <p>https://groeimee.be/</p>

Leeftijd	Milieu	Mijlpalen Ontwikkeling			Welbevinden	Mogelijke uitdagingen
		Fysieke ontwikkeling	Cognitieve ontwikkeling	Socio-emotionele ontwikkeling		
<i>Jonge kind (kleuter)</i>	Gezin Opvang Recreatie f	Zelfredzaamheid	Representatie vaardigheden (doen alsof spel – probleemoplossen d spel,) Concreet denken Taalontwikkeling	Zelfsturing Omgaan met leeftijdsgenoten Socialisatie Sekserol-identificatie	<p><u>Welbevinden en betrokkenheid:</u> Respect voor autonomie én grenzen stellen Bevorderen zelfsturing Regels en grenzen uitleggen en stellen</p> <p><u>Met aandacht voor diversiteit:</u> Alledaagse diversiteit elke dag tonen</p> <p>https://www.gezondleven.be/projecten?themas=mental-welbevinden</p>	Slaap Gezonde voeding (Valpreventie : bewegen)

Leeftijd	Milieu	Mijlpalen ontwikkeling			Welbevinden	Mogelijke uitdagingen
		Fysieke ontwikkeling (=H)	Cognitieve ontwikkeling (= H)	Socio-emotionele ontwikkeling (=H)		
Schoolgaan de kind	Gezin Recreatief	Vergroten zelfstandigheid : o.a. fietsen, bus nemen, omgaan met geld..	Schoolse vaardigheden - lezen en schrijven Rekenvaardigheid en	Omgaan met internet en sociale media Sociaal gedrag: samenwerken en Conflicten oplossen	<p><u>Welbevinden en betrokkenheid:</u> Ondersteunen bij onderwijs: waardering voor schoolprestaties</p> <p>https://www.cm.be/media/Tips-ouders_tcm47-30647.pdf https://diversiteitinactie.be/sites/default/files/14%20minigids.pdf</p> <p>welbevinden kinderen in kansarmoede https://diversiteitinactie.be/themas/kinderarmoede-ko/professionalisering/welbevinden</p> <p><u>Activiteit van het dagelijks leven:</u> Bevorderen zelfsturing Zelfstandigheid aanmoedigen</p> <p><u>Met aandacht voor diversiteit:</u></p>	Slaap Gezonde voeding Valpreventie/ bewegen

Leeftijd	Milieu	Mijlpalen ontwikkeling			Welbevinden	Mogelijke uitdagingen
		Fysieke ontwikkeling (=H)	Cognitieve ontwikkeling (= H)	Socio-emotionele ontwikkeling (=H)		
Adolescent (12-21j)	Gezin Recreatief Logiesverstrekken voorzieningen	Seksualiteit ontdekken	Onderwijs en beroepsvoorbereiding Omgaan met sociale media	Sociale contacten en vriendschappen leggen en onderhouden Meisjes-jongens cultuur verkennen Emotionele en praktische zelfstandigheid Ontwikkeling waardensysteem Afstand nemen van ouders – peergroep wordt referentiekader	<u>Welbevinden en betrokkenheid:</u> www.noknok.be Toezicht houden Leeftijdsadequaat structuur bieden en grenzen stellen Voorbeeldfunctie vervullen m.b.t. leefstijl en gedrag Eigen beslissingen maken Bruikbare apps Game <u>Activiteit van het dagelijks leven:</u> Zelfbeschikking: inrichten van de kamer <u>Met aandacht voor diversiteit:</u> Respectvol omgaan met verschillen in etniciteit en gender	Slaap Gezonde voeding Bewegen/ valpreventie

Leeftijd	Milieu	Mijlpalen ontwikkeling			Welbevinden	Mogelijke uitdagingen
		Fysieke ontwikkeling (=H)	Cognitieve ontwikkeling (= H)	Socio-emotionele ontwikkeling (=H)		
Volwassenen 23-65	gezin recreatief herstelverblijf logiesverstrekkende setting	Eerste fase: minder bewegen (minder vrije tijd) Tweede fase: Aandacht voor (meer)beweging Rugklachten Slijtage knieën, heupen..	De aanwezige kennis aanwenden in verschillende situaties Toepassen van verworven competenties op het werk, binnen een relatie of bij de opvoeding.	In deze fase kunnen volwassenen beter omgaan met emoties. Partnerkeuze Uitbouwen van eigen leven Keuze voor kinderen Werksituatie vorm geven Engagementen aangaan Acceptatie van het eigen ik	<u>Welbevinden en betrokkenheid</u> https://geluksdriehoek.be/voor-hulpverleners <u>Activiteit van het dagelijks leven:</u> Work/live balance <u>Met aandacht voor diversiteit</u>	Slaap Gezonde voeding Valpreventie (bewegen)

Leeftijd	Milieu	Mijlpalen ontwikkeling			Welbevinden	Mogelijke uitdagingen
		Fysieke ontwikkeling (=H)	Cognitieve ontwikkeling (= H)	Socio-emotionele ontwikkeling (=H)		
Oudere	Gezin WZC Ziekenhuis Recreatief Herstelverblijf	Gezond blijven versus lichamelijke klachten Zelfstandig blijven wonen	Achteruitgang van de cognitieve mogelijkheden mbt waarnemen, spreken, leren en onthouden. Deze achteruitgang kan vertraagd worden door training en een actieve levensstijl	Onthouden positieve emoties langer. Gaan anders om met stress. Vermijden situaties en mensen die negatieve gevoelens kunnen oproepen. Verlies van partner Grootouder worden Verhuis naar serviceflat of WZC	<p><u>Welbevinden en betrokkenheid:</u></p> <p>https://www.zorgvoorbeter.nl/lesmateriaal/videos/welbevinden-levensvragen</p> <p>https://www.dementie.be/wp-content/uploads/2018/08/Instrumenten-voor-welbevinden-en-betekenisvolheid.pdf</p> <p>Bruikbare apps</p> <p><u>Activiteit van het dagelijks leven</u> Veel bewegen: fysieke oefeningen, sporten, tuinieren... Aanmoedigen tot evenwichtige voedingspatroon Ondersteuning indien nodig Zelfstandig wanneer mogelijk Hulp bij sommige taken Hulpmiddelen (bril, oorapparaat,...)</p> <p><u>Met aandacht voor diversiteit</u></p> <p>Omgaan met verschillen in de eigen vriendengroep</p>	Slaap Gezonde voeding Valpreventie / bewegen