











Rolstoelparcours in/en ons lokaal van Jeugd Rolstoelvriendelijke Kruis natuurlijk!

Deelnemers			Spel		Begeleiding
Aantal	Leeftijd	Doelgroep	Spelsoort	Duur	Aantal
 5-20	 10-12 jaar	 JRK-groep	 Inleefspel	 2 à 3 uur	 3
	 13-15 jaar	 Scholen			
	 16-25 jaar	 Jeugdverenigingen			



Vorbereiding

Maak het rolstoelparcours (zie "activiteit").

- Leg het nodige materiaal klaar (zie "activiteit").
- Maak een grote plattegrond van het lokaal (binnenkant, verschillende ruimtes, stoelen, kasten, tafels, toegang tot de lokalen, toiletten...).
- Bedenk een puntensysteem om een winnaar te kunnen bepalen op basis van de rolstoelstafette en de bijkomende opdrachten.
- Maak een lijst met opdrachten voor het tweede gedeelte van deze activiteit.

Materiaal



- rolstoelen
- ballen of andere voorwerpen (evenveel of meer dan het aantal deelnemers)
- hindernissen (kegels, paaltjes met touwen of linten, hellende vlakken, tafels...)
- eventueel knutselmateriaal
- lijst met opdrachten

Activiteit

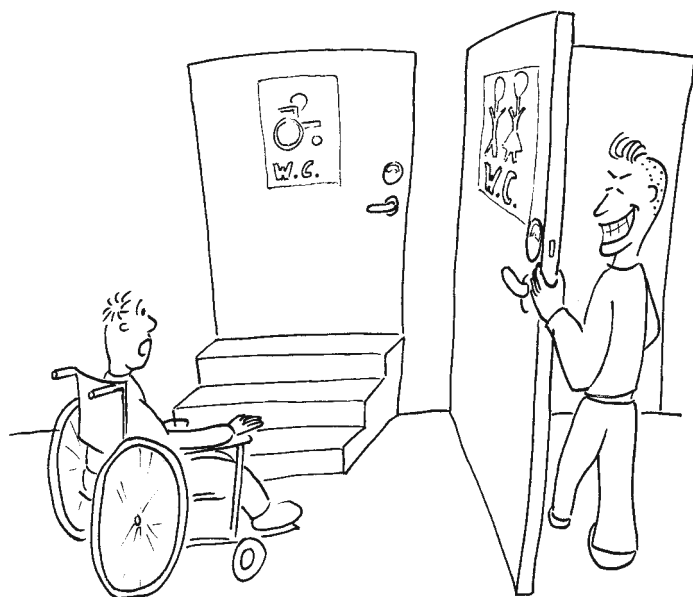


Rolstoelparcours en -stafette

Maak een parcours dat de deelnemers met een rolstoel moeten afleggen. Je kan gebruik maken van kegels, hellende vlakken (bestaande uit of gemaakt van stevige platen), smalle gangetjes (paaltjes met touwen of lint, of met twee tafels die op hun zij liggen)...

Om wachttijden te verkorten en om het parcours spannender te maken kan je een stafette doen

met meerdere identieke parcours. Verdeel de deelnemers dan in groepen: één per parcours. Aan het einde van het parcours liggen ballen. De groepjes gaan de ballen volgens het estafette-systeem halen, dat wil zeggen dat de eerste deelnemer vertrekt, het parcours doorloopt, één bal pakt, via het parcours terugkeert en bij aankomst de volgende deelnemer laat vertrekken. De groep die als eerste alle ballen heeft opgehaald is de winnaar. Indien een deelnemer onderweg een bal verliest wordt deze teruggeplaatst. Die bal mag pas door de volgende deelnemer van dezelfde groep opgehaald worden.



Heb je veel deelnemers en maar een beperkt aantal rolstoelen, dan kan je van volgende ideeën gebruik maken om iedereen voldoende bezig te houden:

- Zet de deelnemers per twee aan een rolstoel: de ene is rolstoelpatiënt, de andere duwt. Om te voorkomen dat het een te wilde rolstoelrace wordt kan je de duwer blinddoeken. Hij moet dan op aanwijzen van de rolstoelpatiënten de juiste weg door het parcours zien te vinden.
- Zoek naar tussentijdse opdrachten: per groep krijgen de deelnemers die niet bezig zijn met het rolstoelparcours een opdracht. Enkele ideetjes: per groep van bv. 5 deelnemers de hele tijd met maximum 4 benen op de grond laten staan, een vragenlijst over handicaps oplossen of met knutselmateriaal een rolstoel maken... Denk na over een puntensysteem, zodat de groepjes gemotiveerd zijn om ook deze opdracht goed uit te voeren!

Rolstoelvriendelijk lokaal

Ga nu met de deelnemers testen of je lokaal en nabije omgeving rolstoelvriendelijk is. Geef de deelnemers een plattegrond van het lokaal en de omgeving, waarop ze de knelpunten kunnen aanduiden. Vooraf maak je een lijst met opdrachten die de deelnemers met de rolstoel moeten proberen uit te voeren: het lokaal binnengaan, iets van de kast proberen te pakken, tussen de tafels en stoelen manoeuvreren, naar de WC gaan, handen wassen, een bepaald spelletje spelen... Zorg dat veel opdrachten acties zijn die ze anders ook zouden doen, maar dan zonder rolstoel. Geef elke deelnemer een opdracht van deze lijst en laat ze hun bevindingen aanduiden op het plattegrond.

In groep worden alle knelpunten besproken. Hoe kan je ze wegwerken? (een hellend vlak plaatsen aan de trap, een ruimere WC met stevige handvaten aan de muren, materiaal lager stockeren, stoelen en tafels anders plaatsen, minder rommel op de gang...) Als je ze niet of moeilijk kan wegwerken, zijn er dan misschien toch nog andere mogelijke oplossingen? Vind je niet dat we met onze groep het goede voorbeeld zou moeten geven? Je kan ook je activiteiten aanpassen aan rolstoelgebruikers en actief rolstoelrijdende leeftijdsgenoten van de deelnemers uitnodigen voor de activiteiten.

Bijkomende ideeën

Je kan rolstoelrijdende jongeren betrekken bij de activiteit. Zij zullen punten scoren voor hun groepjes bij de estafette en kunnen ook wijzen op enkele rolstoelonvriendelijke knelpunten in het lokaal die de andere deelnemers niet opmerken. En zij zullen in de toekomst volwaardige deelnemers zijn van onze werking!

Doe een rondvraag bij de deelnemers of zij geen vrienden en familie (leeftijdsgenoten) hebben die in

een rolstoel zitten en wel eens graag willen meedoen met Jeugd Rode Kruis.

Meer info

Op de site <http://www.handicap.nl/> vind je basisinformatie over hindernissen die rolstoelpatiënten en mensen met een andere handicap tegenkomen, hoe die opgelost kunnen worden...



Bij de uitleendienst van Sociale Hulpverlening van het Rode Kruis kan je rolstoelen uitlenen voor deze activiteit. Draag zorg voor het uitgeleende materiaal!

