

Best practices volwassenen met speciale behoeften

Definitieve Nederlandstalige versie Erasmus+ project Distance Learning Vulnerable adults (DLV)

Datum: 29-11-2021

1. Algemeen – leren op afstand voor volwassenen met speciale behoeften

Sinds het begin van de pandemie in maart 2020 waren alle partnerorganisaties verplicht om face-to-face leren om te zetten in afstandsonderwijs, wat vooral een uitdaging was voor kwetsbare volwassenen. In het bijzonder begonnen opvoeders met het gebruik van methoden voor afstandsonderwijs met mensen met speciale behoeften, omdat ze ondersteuning en motivatie nodig hadden om deel te nemen aan dagelijkse activiteiten, hun zelfrespect te versterken, hun sociale netwerk uit te breiden en hun persoonlijke groei te ontwikkelen.

2. Kenmerken en barrières van de doelgroep

In de doelgroep van volwassenen met speciale behoeften zijn er mensen met fysieke, gedrags- en/of ontwikkelingsproblemen. Specifiek zijn hun kenmerken: Angst voor onbekwaamheid, slechte concentratie/ onvermogen om zich op een taak te concentreren/ kan gemakkelijk afgeleid worden, een laag zelfrespect, en sociale uitsluiting. In sommige gevallen kunnen de deelnemers moeite hebben met het voorbereiden van opdrachten, het bijhouden van afspraken en het lezen van begrip.

Barrières: Sommigen van hen hebben een laag niveau van digitale vaardigheden, een lage kennis van een vreemde taal, en beperkte toegang tot ICT-hulpmiddelen.

3. Motiveren van de doelgroep om deel te nemen aan afstandsonderwijs activiteiten

Om de doelgroep te motiveren en te interesseren bij het deelnemen aan afstandsonderwijs was het belangrijk om een omgeving te creëren waarin ze zich veilig en geaccepteerd voelden. Er werden verschillende benaderingen toegepast:

- Deelname aan activiteiten in groepen met bekende mensen (kennissen/ vrienden) - ervaringen delen sinds de pandemie begon.
- Onbeperkt aantal deelnemers (groepsgevoel).
- Contact met een breder netwerk van mensen (ondersteuning van familieleden).
- Het gebruik van bekende platforms (bijv. telefooncontact/ Facebook Messenger).

- Het onderwijzen van computer/digitale vaardigheden en/of het helpen van hen met nieuwe aan hen platforms (b.v. Zoomen op conferenties).

Al deze dingen hebben hen geholpen te beseffen dat “het niet onmogelijk is om door afstand te leren”, wat hen op hun beurt motiveerde.

4. Methoden voor afstandsonderwijs voor doelgroepen

Naam van de workshop	Flash card methode voor het onderwijzen van Engels als tweede taal
Methode	GAMIFICATIE
Doel/doelen	Deze methode biedt deelnemers de mogelijkheid om een gesprek aan te gaan met korte vragen en antwoorden en om hun geheugen en concentratie te versterken.
Korte beschrijving	De trainer laat flashkaarten zien aan de cursisten met een visuele en mondelinge voorstelling, zodat ze nieuwe woordenschat kunnen leren, en ze elk woord moeten onthouden.
Online tools	Zoomplatform
Didactische accessoires	Flashkaarten
Aanbevolen aantal deelnemers	2 – 6
Duur	60 min.
Stapsgewijze instructies voor de werkplaats	STAP 1: De trainer laat de cursist een kaart zien met een visuele en mondelinge voorstelling op de kaart (bijvoorbeeld als hij het weer leert, een flashcard met een foto van de zon en hieronder het woord “zonnig” laten zien). STAP 2: Dan is de verbale representatie verborgen en moet de leerling het woord zeggen. De cursisten proberen zich de oplossing te herinneren die op een flashcard staat. (De associatie van het beeld met het woord wordt makkelijker geleerd door de studenten).

	STAP 3: Als de cursisten zich op een hoger niveau bevinden, kan de trainer vragen stellen over de beelden die worden onderwezen (bijv. Hoe is het weer vandaag de dag? / wat dragen we als het zonnig is ...?)
Aanpassingen aan afstandsonderwijs: Waar we aandacht aan moeten besteden, mogelijke obstakels...	-Extra training over het gebruik van het Zoom-platform kan nodig zijn (niet zo vaak gebruikt als Facebook Messenger). -de internetverbinding kan zwak zijn (we moeten deelnemers aanmoedigen om in de buurt van hun wifi-apparaat te zitten om een beter signaal te krijgen). -Zorg ervoor dat zowel u als de deelnemers hun apparaten hebben opgeladen of aangesloten om uitschakeling tijdens de training te voorkomen. -Volwassenen met speciale behoeften kunnen gemakkelijk afgeleid worden – kies voor kleurrijke flashkaarten, verander de toon van je stem om hun aandacht te houden, en neem korte pauzes wanneer dat nodig is. De flashkaarten moeten van tevoren worden voorbereid. -aan het einde van de training kan de trainer de deelnemers vragen welke woordenschat ze de volgende keer willen leren.

Naam van de workshop	Scherm delen via het web – Zoek de verschillen
Methode	GAMIFICATIE
Doel/doelen	Om geheugen en concentratie te versterken
Korte beschrijving	De consultant gebruikt de methode van gamificatie via Zoom, waar ze het scherm van de website delen, en twee foto's presenteren met minimale verschillen - de deelnemer moet deze verschillen vinden en markeren door op het scherm te klikken (de website geeft direct feedback). Een ander online geheugenspel is een spel waarin deelnemers in staat zijn om de e-card om te draaien door te klikken en actief deel te nemen aan het spel (tijdslimiet voor het oplossen en dus proberen om het best mogelijke resultaat te bereiken). Zodra de deelnemers zich geaccepteerd en veilig voelen in individuele vormen van werk, kunnen ze worden gegroepeerd in kleinere groepen.
Online tools	Zoomplatform
Didactische accessoires	-
Aanbevolen aantal deelnemers	2 – 6
Duur	60 min.
Stapsgewijze instructies voor de werkplaats	STAP 1: Bereid je van tevoren voor op de game door vóór de training de 2 afbeeldingen met minimale verschillen van de website te vinden. Zorg ervoor dat het moeilijkheidsniveau overeenkomt met de vaardigheden van volwassenen met speciale behoeften. STAP 2: Begeleid de deelnemer als hij of zij moeite heeft om de verschillen te vinden door de muis over een van de beelden te plaatsen (zonder erop te klikken), zodat hij of zij weet waar hij of zij moet kijken. STAP 3: Hoewel de website directe feedback geeft, kunt u de deelnemer ook prijzen voor elk juist antwoord.

Aanpassingen aan afstandsonderwijs: Waar we aandacht aan moeten besteden, mogelijke obstakels...	-Extra training over het gebruik van het Zoom-platform kan nodig zijn (niet zo vaak gebruikt als Facebook Messenger). -de internetverbinding kan zwak zijn (we moeten deelnemers aanmoedigen om in de buurt van hun wifi-apparaat te zitten om een beter signaal te krijgen). -Zorg ervoor dat zowel u als de deelnemers hun apparaten hebben opgeladen of aangesloten om uitschakeling tijdens de training te voorkomen. -Volwassenen met speciale behoeften kunnen gemakkelijk afgeleid worden, dus kies voor kleurrijke beelden, wijzig de toon van je stem om hun aandacht te houden, en neem korte pauzes wanneer nodig.
---	--

Naam van de workshop	Rollenspel (interview)
Methode	GAMIFICATIE
Doel/doelen	Personen met een handicap beroepsvaardigheden aanleren voor hun deelname aan de arbeidsmarkt.
Korte beschrijving	De trainer neemt de rol van de interviewer op zich terwijl de student de rol van de werkzoekende op zich neemt, en ze deelnemen aan een gesprek van vragen en antwoorden. De onlinevergadering zal plaatsvinden op een bepaald tijdstip en een bepaalde dag, zoals in een echt interview. Vervolgens wordt feedback gegeven aan de student over hun prestaties tijdens het interview.
Online tools	Zoomplatform/ Skype
Didactische accessoires	Kaarten met gespreksvragen (bijv. Wat zijn uw sterke en zwakke punten?)
Aanbevolen aantal deelnemers	Eén op één
Duur	60 – 90 min.
Stapsgewijze instructies voor de werkplaats	STAP 1: De trainer beslist over een functie die geschikt is voor de deelnemer en bespreekt met de deelnemer de rollen die beide van tevoren zullen overnemen. STAP 2: De trainer geeft de deelnemer een dagtijd waarop het interview zal plaatsvinden (oefen een paar keer eerder een interview) STAP 3: Vragen over sollicitatiegesprekken worden van tevoren voorbereid. STAP 4: Na het interview geeft de trainer feedback aan de deelnemer over waar de volgende keer aandacht aan moet worden besteed / hoe specifieke vragen / standaardzinnen kunnen worden beantwoord.
Aanpassingen aan afstandsonderwijs: Waar we aandacht aan moeten besteden, mogelijke obstakels...	-de internetverbinding kan zwak zijn (we moeten deelnemers aanmoedigen om in de buurt van hun wifi-apparaat te zitten om een beter signaal te krijgen). -Zorg ervoor dat zowel u als de deelnemers hun apparaten hebben opgeladen of aangesloten om uitschakeling tijdens de training te voorkomen.

	-niet alle volwassenen met speciale behoeften hebben duidelijke taal. Zorg ervoor dat je ze vertelt langzaam en duidelijk te spreken, vooral op een online interview waar er andere geluidsafleidingen kunnen zijn.
--	---

Naam van de workshop	Elkaar leren kennen/ ijsbrekers leren kennen tijdens inleidende e-meetings
Methode	VERHALEN VERTELLEN
Doel/doelen	Het helpt de deelnemers om te ontspannen en elkaar beter te leren kennen op hetzelfde moment.
Korte beschrijving	Deelnemers trekken zichzelf op een stuk papier en schrijven hun positieve eigenschap op de beginletter van hun naam. Ze raden dan de positieve kwaliteiten van de andere deelnemers aan, en als ze ze raden, moet elke deelnemer een voorbeeld geven van waarom ze zichzelf met een bepaald bijvoeglijk naamwoord hebben beschreven.
Online tools	Zoom / MS-teams / Messenger / Skype
Didactische accessoires	Papier en pen/potlood
Aanbevolen aantal deelnemers	2 – 8
Duur	30 min.
Stapsgewijze instructies voor de werkplaats	STAP 1: Presenteer de taak praktisch aan de deelnemer: Geef een voorbeeld door het begin van uw eigen naam en een bijvoeglijk naamwoord te presenteren. STAP 2: Geef de deelnemers van tevoren mogelijke beschrijvende bijvoeglijke naamwoorden zodat ze meer ideeën hebben (je kunt een bord op het scherm delen en een paar voorbeelden typen). STAP 3: Geef ze een paar minuten de tijd om te tekenen en na te denken over hun taak. STAP 4: Noem vervolgens de naam van elke deelnemer wanneer hij aan de beurt is om te presenteren. Herinner ze eraan dat ze niet moeten onderbreken wanneer anderen spreken.
Aanpassingen aan afstandsonderwijs: Waar we aandacht aan moeten besteden, mogelijke obstakels...	-de internetverbinding kan zwak zijn (we moeten deelnemers aanmoedigen om in de buurt van hun wifi-apparaat te zitten om een beter signaal te krijgen).

	-Zorg ervoor dat zowel u als de deelnemers hun apparaten hebben opgeladen of aangesloten om uitschakeling tijdens de training te voorkomen. -Zorg ervoor dat de deelnemers een papier en pen/potlood voor hen hebben voordat de activiteit begint.
Naam van de workshop	Verhaal van mijn naam
Methode	VERHALEN VERTELLEN
Doel/doelen	Het wordt vaak gebruikt als ijsbreker of inleidende activiteit of om thema's uit de literatuur te verkennen.
Korte beschrijving	De leerlingen delen de betekenis of het verhaal achter hun eerste, middelste, achternaam of bijnaam. Deze strategie vereist actieve luistervaardigheden en verbale communicatie.
Online tools	Zoom / MS-teams / Messenger / Skype / Vviber
Didactische accessoires	-
Aanbevolen aantal deelnemers	2 – 8
Duur	20 – 30 min.
Stapsgewijze instructies voor de werkplaats	STAP 1: Begin de taak door eerst het verhaal van uw naam te delen. STAP 2: Geef de deelnemers een paar minuten de tijd om na te denken over hun taak. STAP 3: Noem de naam van elke deelnemer als het hun beurt is om te presenteren. Herinner ze eraan dat ze niet moeten onderbreken wanneer anderen spreken. Als ze moeite hebben met iets te komen, stel ze dan vragen om ze te laten beginnen (bijv. houdt u van uw naam? / bent u genoemd naar uw grootvader? / Waarom denk je dat mensen je roepen...?)
Aanpassingen aan afstandsonderwijs: Waar we aandacht aan moeten besteden, mogelijke obstakels...	-Extra training over het gebruik van online platforms kan nodig zijn. -de internetverbinding kan zwak zijn (we moeten deelnemers aanmoedigen om in de buurt van hun wifi-apparaat te zitten om een beter signaal te krijgen).

	-Zorg ervoor dat zowel u als de deelnemers hun apparaten hebben opgeladen of aangesloten om uitschakeling tijdens de training te voorkomen.
--	---

Naam van de workshop	Geschreven commentaar met volgordekaarten
Methode	VERHALEN VERTELLEN
Doel/doelen	Verbeter de woordenschat/communicatie, creativiteit/verbeelding en groepswork.
Korte beschrijving	De deelnemers creëren hun eigen verhaal op basis van een reeks beelden die door de trainer worden gegeven. Het verhaal dat ze creëren moet een begin, midden en einde hebben.
Online tools	Zoom-/MS-teams
Didactische accessoires	Volgordekaarten/ beelden
Aanbevolen aantal deelnemers	2 – 8
Duur	60 – 90 min.
Stapsgewijze instructies voor de werkplaats	STAP 1: De trainer toont een reeks afbeeldingen (kaarten) op het scherm. STAP 2: De deelnemers zijn verdeeld in kleine groepen. Alle groepen krijgen dezelfde taak: Maak voor dit materiaal een verhaal (noem de personages/ beschrijf wat ze doen/ beschrijf hun gevoelens van begin tot eind). STAP 3: Elke deelnemer in de chat schrijft een of meer zinnen in een bepaalde volgorde. De trainer heeft toegang tot alle drie de groepen en kondigt vervolgens alle laatste verhalen aan. STAP 4: De trainer vraagt of iedereen het eens is en wat hij wil toevoegen. Tot slot voeren ze een algemene discussie, delen ze hun gedachten en doen ze suggesties.
Aanpassingen aan afstandsonderwijs: Waar we aandacht aan moeten besteden, mogelijke obstakels...	-Extra training over het gebruik van online platforms kan nodig zijn. -de internetverbinding kan zwak zijn (we moeten deelnemers aanmoedigen om in de buurt van hun wifi-apparaat te zitten om een beter signaal te krijgen). -Zorg ervoor dat zowel u als de deelnemers hun apparaten hebben opgeladen of aangesloten om uitschakeling tijdens de training te voorkomen.

	-Volwassenen met speciale behoeften kunnen gemakkelijk afgeleid worden – kies voor kleurrijke flashkaarten, verander de toon van je stem om hun aandacht te houden, en neem korte pauzes wanneer dat nodig is. De flashkaarten moeten van tevoren worden voorbereid. -het van tevoren onderwijzen van verhalende technieken kan hier ook nuttig zijn (bijv. het gebruik van chronologische volgorde, vroegere tijden, gerapporteerde spraak, etc.).
--	---

Naam van de workshop	Brainstormen
Methode	PERSOONSGERICHTE BENADERING
Doel/doelen	Het doel is om rekening te houden met de wensen, voorkeuren en gewenste resultaten van de persoon, om hun welzijn te bevorderen, en om samen met de persoon en hun familie te identificeren hoe de zorg het best kan worden gebruikt en ondersteund om de gewenste resultaten te bereiken.
Korte beschrijving	Plan en brainstorm MET het individu alles wat met hun onderwijs te maken heeft. Richt u op de vaardigheden en vaardigheden van het individu en stel een educatief plan op, richt u niet op de labels, statistieken en diagnoses.
Online tools	Dit kan worden gedaan via de website Mind Meister https://www.mindmeister.com/ , en de discussie via online platforms die scherm delen aanbieden (bv. Zoomen).
Didactische accessoires	-
Aanbevolen aantal deelnemers	Eén op één
Duur	Tot 1,5 uur
Stapsgewijze instructies voor de werkplaats	Stap 1: Bereid de deelnemer voor: Stel een comfortabele vergaderomgeving in voor de sessie. Stap 2: Geef de persoon veel rust aan het begin van de sessie om zoveel mogelijk van zijn eigen ideeën op te schrijven. Vraag ze vervolgens hun ideeën te delen. Stap 3: Leid de discussie: Als facilitator moet je ideeën delen als je ze hebt, maar je tijd en energie besteden aan het ondersteunen van je student en het begeleiden van de discussie. Houd je aan één kwestie tegelijk, en stel je de student opnieuw in de juiste richting als ze uit de weg worden gestapeld. Hoewel je de discussie begeleidt, vergeet niet om ze plezier te laten hebben tijdens het brainstormen. Verwelkom creativiteit en moedig hen aan om zoveel mogelijk ideeën te bedenken, ongeacht of ze praktisch of onpraktisch zijn. Als de

	brainstormsessie lang duurt, neem dan voldoende pauzes zodat mensen zich kunnen blijven concentreren. Stap 4: Neem actie en schrijf het onderwijsplan op.
Aanpassingen aan afstandsonderwijs: Waar we aandacht aan moeten besteden, mogelijke obstakels...	-de internetverbinding kan zwak zijn (we moeten deelnemers aanmoedigen om in de buurt van hun wifi-apparaat te zitten om een beter signaal te krijgen). -Zorg ervoor dat zowel u als de deelnemers hun apparaten hebben opgeladen of aangesloten om uitschakeling tijdens de training te voorkomen. -als de “Mindmeister” website te ingewikkeld lijkt voor uw deelnemer, kunt u het scherm delen en een voorbeeld tekenen van hoe u hun ideeën kunt brainstormen.

Naam van de workshop	Proctor-model
Methode	PEER-TO-PEER AANPAK
Doel/doelen	Het bevordert de discussie tussen de leerlingen. De directe interactie tussen studenten bevordert actief leren en actieve deelname.
Korte beschrijving	Het impliceert hogere studenten tutoring ondergeschikte studenten. De hogere student zou een oudere student van een hogere rang of een meer bekwame student kunnen zijn.
Online tools	Zoom, MS-teams of Skype
Didactische accessoires	Beelden (in ons voorbeeld beelden die verschillende emoties laten zien)
Aanbevolen aantal deelnemers	3 (senior student, junior student, coördinator)
Duur	Maximaal 1 uur (afhankelijk van het aantal taken en de vaardigheden van collega's)
Stapsgewijze instructies voor de werkplaats	1) de coördinator toont verschillende beelden op het scherm (bijv. voor emotieherkenning). De persoon met minder vaardigheden kan deelnemen aan een geheugenoefening van het proberen om dezelfde foto te vinden, of gewoon van het proberen om de emotie te herkennen. 2) de persoon met meer vaardigheden treedt op als een supporter/mentor voor de persoon met minder vaardigheden, en helpt hem/haar alleen als hij/zij moeite heeft met het beantwoorden van de taak. In dit voorbeeld kan de persoon met minder vaardigheden de emotie imiteren met gezichtsuitdrukking, zodat de andere student het makkelijker kan raden. 3) de coördinator geeft de nodige feedback aan de deelnemers.
Aanpassingen aan afstandsonderwijs: Waar we aandacht aan moeten besteden, mogelijke obstakels...	-Extra training over het gebruik van de online platforms kan nodig zijn. -de internetverbinding kan zwak zijn (we moeten deelnemers aanmoedigen om in de buurt van hun wifi-apparaat te zitten om een beter signaal te krijgen).

	-Zorg ervoor dat zowel u als de deelnemers hun apparaten hebben opgeladen of aangesloten om uitschakeling tijdens de training te voorkomen. -Volwassenen met speciale behoeften kunnen gemakkelijk afgeleid worden – kies kleurrijke beelden, wijzig de toon van je stem om hun aandacht te houden, en neem korte pauzes wanneer dat nodig is. De beelden moeten van tevoren worden voorbereid.
--	---

Naam van de workshop	Dans/ koken workshop
Methode	UITLEG, DEMONSTRATIE, PRAKTISCH WERK
Doel/doelen	Verbeter de communicatie-, luister- en observatievaardigheden. Deelnemers leren in de praktijk te brengen wat ze zien en horen, terwijl ze ook hun fysieke gezondheid verbeteren.
Korte beschrijving	Deze methode zou kunnen worden onderverdeeld in een reeks online sessies. De eerste sessies omvatten voorbereiding en vervolgens een gesprek over verschillende onderwerpen. De volgende sessies omvatten de observatie en demonstratie van de workshops (in dit geval dans en/of koken), en in de laatste sessies zijn de deelnemers in staat om in de praktijk te werken.
Online tools	Zoom-/MS-teams
Didactische accessoires	-
Aanbevolen aantal deelnemers	max. 10
Duur	1 uur (demonstratie eenmaal per week)
Stapsgewijze instructies voor de werkplaats	STAP 1: UITLEG/ GESPREEK: • Vóór de vergadering zoeken deelnemers naar informatie van hun familie, web, boeken, enz. • Elke deelnemer bereidt zich voor op het onderwerp. • Zoek op het web naar actuele informatie en vereenvoudig deze. • Deelnemers uiten hun zorgen (over COVID-19) en er vindt discussie plaats over taboe, persoonlijke of privé-onderwerpen. STAP 2: DEMONSTRATIE/ OBSERVATIE: • Dans creatieve workshops op afstand • Bereid u van tevoren voor op de workshop, omdat het moeilijker is om 'spontaan' te zijn. Kader, een idee, of thema nodig • Soms is de groep erg creatief en kunnen de deelnemers naar de dansstroom afglijden. • Creëer veel dansopdrachten voor volwassenen met speciale behoeften. STAP 3: PRAKTISCH WERK:

	• Vereiste fysieke activiteit: Laat de oefeningen zien aan de deelnemers (bijv. Kookvaardigheden) • Bepaalde deelnemers kunnen hulp krijgen van familie en sommigen van hen met een bezoek van mentor en live demonstratie van hoe ze verbinding kunnen maken met de afstandswerkshop.
Aanpassingen aan afstandsonderwijs: Waar we aandacht aan moeten besteden, mogelijke obstakels...	-Extra training over het gebruik van de online platforms kan nodig zijn. -de internetverbinding kan zwak zijn (we moeten deelnemers aanmoedigen om in de buurt van hun wifi-apparaat te zitten om een beter signaal te krijgen). -Zorg ervoor dat zowel u als de deelnemers hun apparaten hebben opgeladen of aangesloten om uitschakeling tijdens de training te voorkomen. -voor elke stap, of het nu gaat om het uitleggen, demonstreren of praktisch werk, moet de trainer van tevoren worden voorbereid. Zoek nummers/taken die makkelijk te volgen zijn voor azen met speciale behoeften.

Naam van de workshop	Creatieve kunst workshop
Methode	CREATIEF WERK
Doel/doelen	Vergroot de creativiteit en voel je beter door middel van kunst
Korte beschrijving	Workshop van creatieve kunst voor personen (21+) met een verstandelijke beperking boven het Facebook-profiel van hun eigen of ouder. Het betreft kunsttherapie – deelnemers trekken wat hen stoort. Het wordt gevolgd door discussie/feedback.
Online tools	Facebook Messenger
Didactische accessoires	Papier en pen/potlood
Aanbevolen aantal deelnemers	5 – 6
Duur	30 – 60 min.
Stapsgewijze instructies voor de werkplaats	STAP 1: Presenteer de taak praktisch aan de deelnemer: Geef een voorbeeld door te laten zien wat u stoort en teken de emotie op het scherm. STAP 2: Geef vervolgens voorbeelden van gevoelens en manieren om ze uit te lokken. STAP 3: Geef de deelnemers een paar minuten de tijd om te tekenen en na te denken over hun taak. STAP 4: Noem vervolgens de naam van elke deelnemer wanneer hij aan de beurt is om te presenteren. Herinner ze eraan dat ze niet moeten onderbreken wanneer anderen spreken. STAP 5: Bespreek en geef feedback.
Aanpassingen aan afstandsonderwijs: Waar we aandacht aan moeten besteden, mogelijke obstakels...	-de internetverbinding kan zwak zijn (we moeten deelnemers aanmoedigen om in de buurt van hun wifi-apparaat te zitten om een beter signaal te krijgen). -Zorg ervoor dat zowel u als de deelnemers hun apparaten hebben opgeladen of aangesloten om uitschakeling tijdens de training te voorkomen. -Zorg ervoor dat de deelnemers een papier en pen/potlood voor hen hebben voordat de activiteit begint.