

Workshop: duiken met ‘uitdagingen’





Waarom en wie?

- Licentieverlenging,
- Handelingsvaardigheden vergroten,
- Extra verdieping duiken met een beperking,
- Bewustwording.

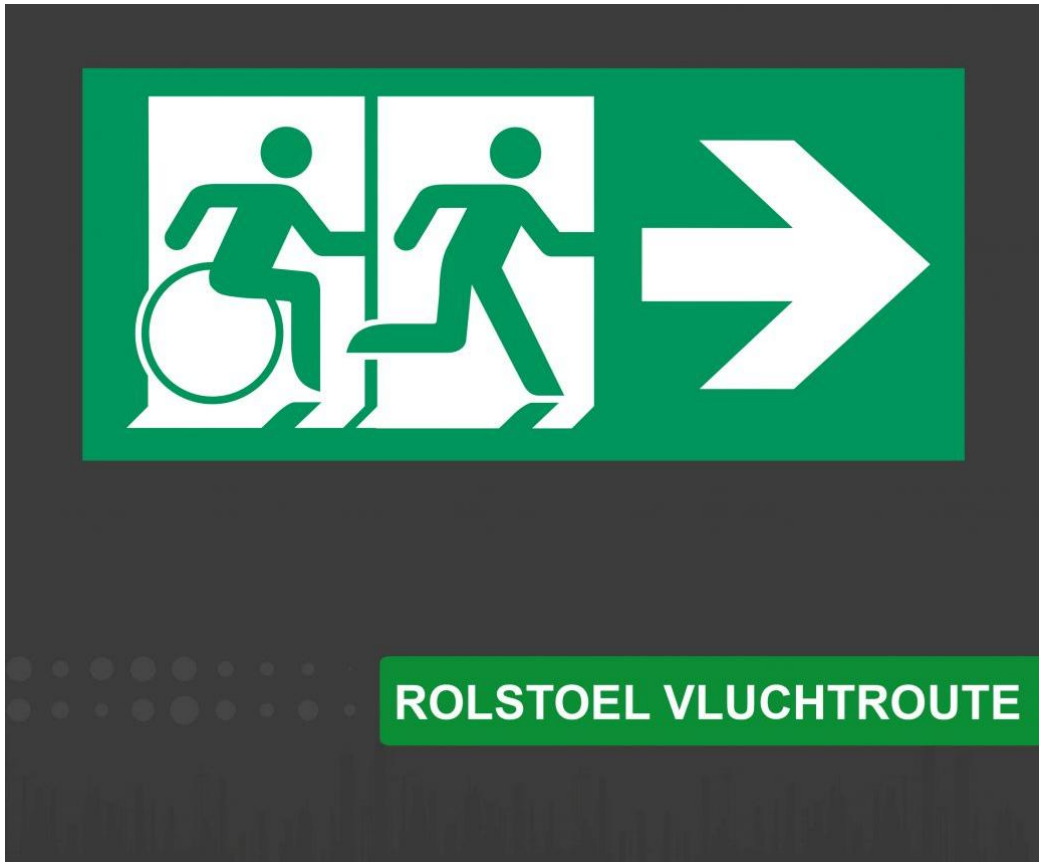


Rob Kool
Ontwikkelaar
NOB docent



Kim Noordermeer
Ontwikkelaar
2* instructeur

Veiligheid



- *Foto's?*
- *Kim's Highway*



Wat gaan we doen?

- Voorstellen & inventarisatie & verwachtingen
- Doelen
- Soorten beperkingen
- (A) BC
- Hoe begeleid je iemand?
- Check de stek
- Ken je uitrusting
- Buddy check?!
- Bevindingen bespreken



Ervaringen delen

- Maak groepen van 5 “nieuwe” bekenden
- Wie zijn jullie?
- Wat is jullie inbreng; duiken met iemand met een beperking uit de duikpraktijk?
- Hoe beïnvloed zo’n duik je handelen?



Doelstellingen

Aan het einde van de workshop:

- Je hebt praktijkervaringen rond duiken met een beperking gedeeld.
- Weet je in welke verschillende categorieën er beperkingen zijn.
- Kun je de duikplattegrond en/of duikdoel aan je buddy uitleggen.
- Kun je je duikplan duiken met iemand met een beperking.
- Kun je samen met een buddy veilig in en uit het water komen.
- Heb je nieuwe en-/ of uitgebreidere informatiebronnen/ ondersteuning (o.a. kennis van Lucky fin).
- Ben je lekker actief bezig geweest.



De mindmap

Duiker met beperking

- Communicatie
  - Met/door buddy
    - In de lead
    - Samen programma maken
  - Binnen netwerk
    - Lucky fin
    - Experts
  - Binnen club
    - Workshop
    - Medestanders
    - Tegenstanders
    - Onbegrip
- Juiste Skills
  - Sociaal
    - #me too
  - Communicatie
  - Duiktechniek
- Waar denkt die aan???
  - Denk niet voor de duiker
- Kan deze veilig duiken?
  - Nee: exit gesprek/verwijzen
  - Ja, met extra oefening
  - Ja, met aanpassing en aanvullende training
    - Computer
    - Standarisatie
    - Communicatie
    - Keuring
- Kan ik dit begeleiden
  - Mentaal
    - Emotie
    - Geduld
    - Etc...
  - Is dat leuk?
    - nee
    - Muah...
    - Bring it on!!!
  - Juiste skills



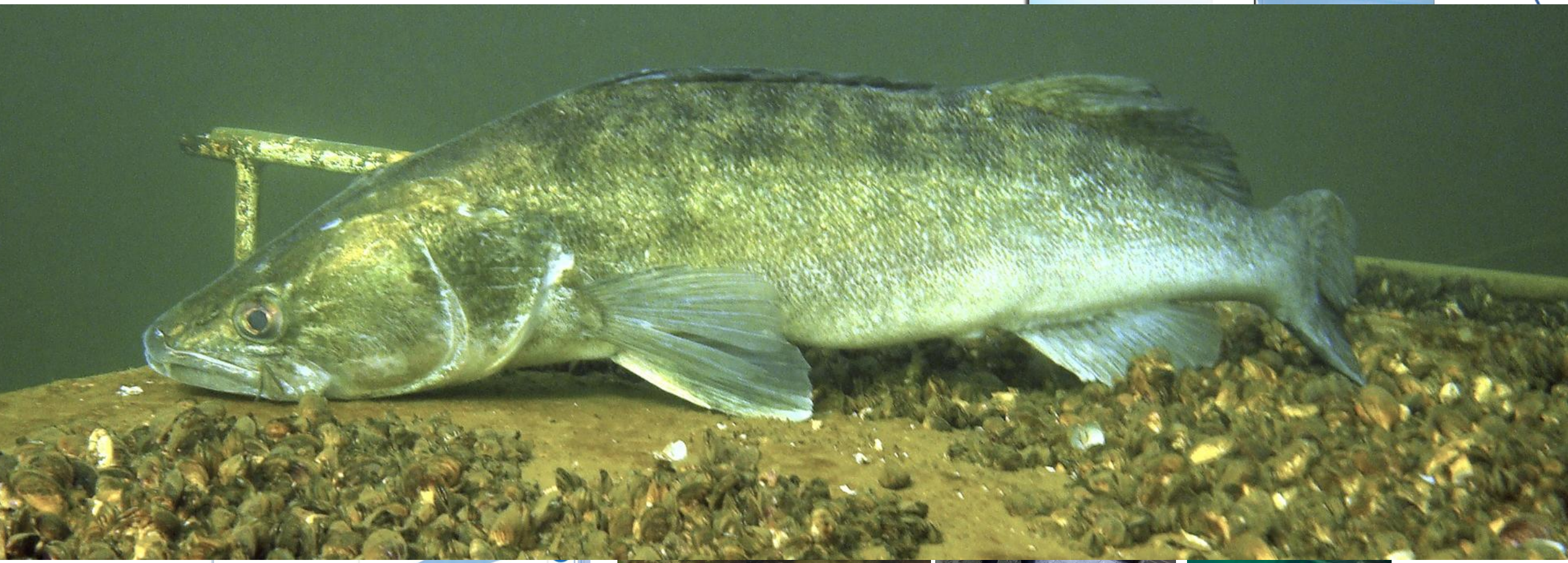


Categorieën beperkingen

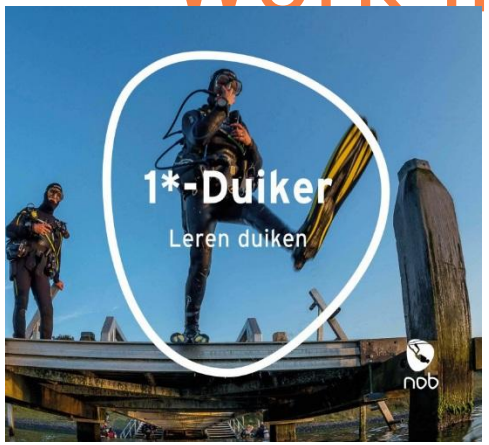
- Chronische beperking,
  - Stoornis in de organen
- Zintuigelijke beperking,
  - Visuele beperking
  - Auditieve beperking
  - spraakbeperking
- Cognitieve beperking,
  - Autisme
  - Verstandelijke beperking
- Fysieke beperking.
  - Spieraandoeningen
  - Congenitale aplasie (missen van ledenmaten)
  - Aangezichtsafwijkingen

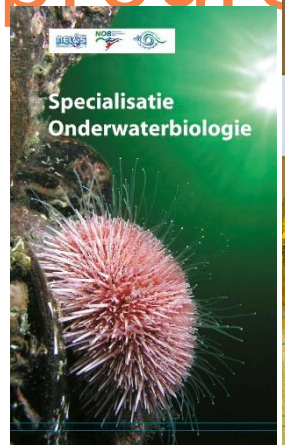


Hoe maken jullie dit mogelijk???



Hoe maken wij (de NOB) dit mogelijk???
Work in progress door Kim en de NOB

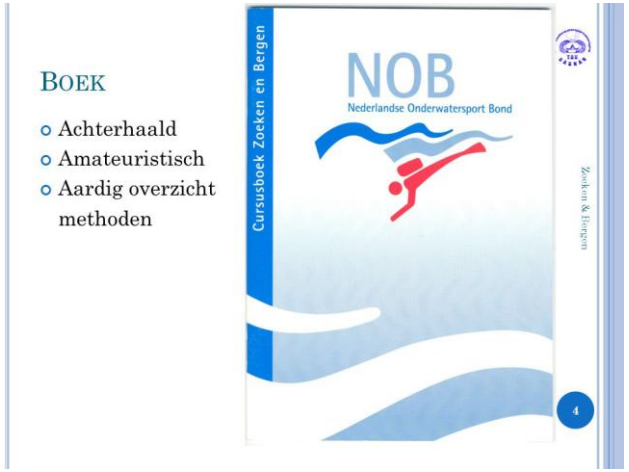












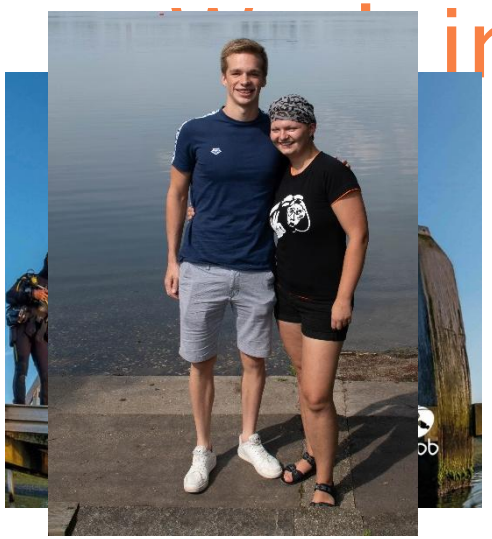






Hoe maken wij (de NOB) dit mogelijk???

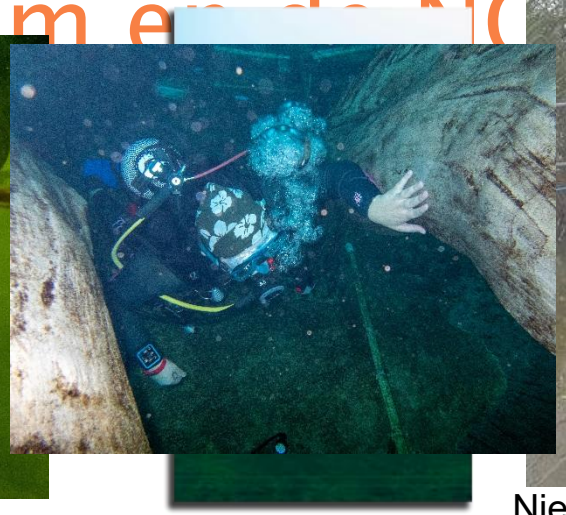
...Work in progress door Kim en de NO...



Volg de mindmap, “gewoon” opleiden



Duidelijke instructie en laat voelen “Maak het onzichtbare zichtbaar”



Veel oefenen…TODI?

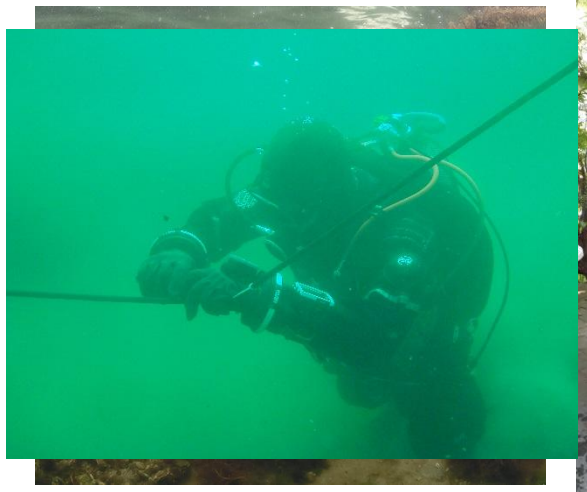


Niet voor alle beperkingen. Soms veiliger door lijnduiken

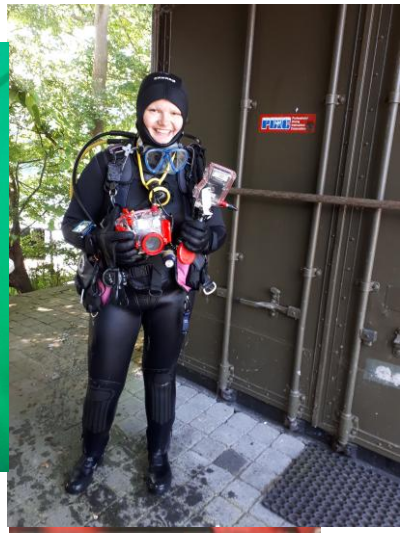
Soms meer mogelijk met deelcertificaten!!



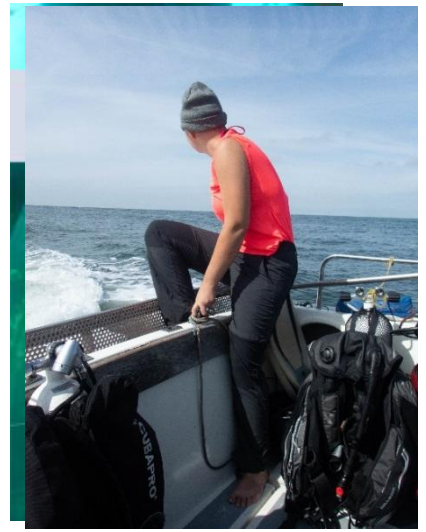
Aanpassingen in het lesplan. Ook met leuke oefeningen op de kant!



Aanpassingen in het lesplan. Zie E-documents NOB



Aanpassingen in het lesplan. (certificaat zwembad???)

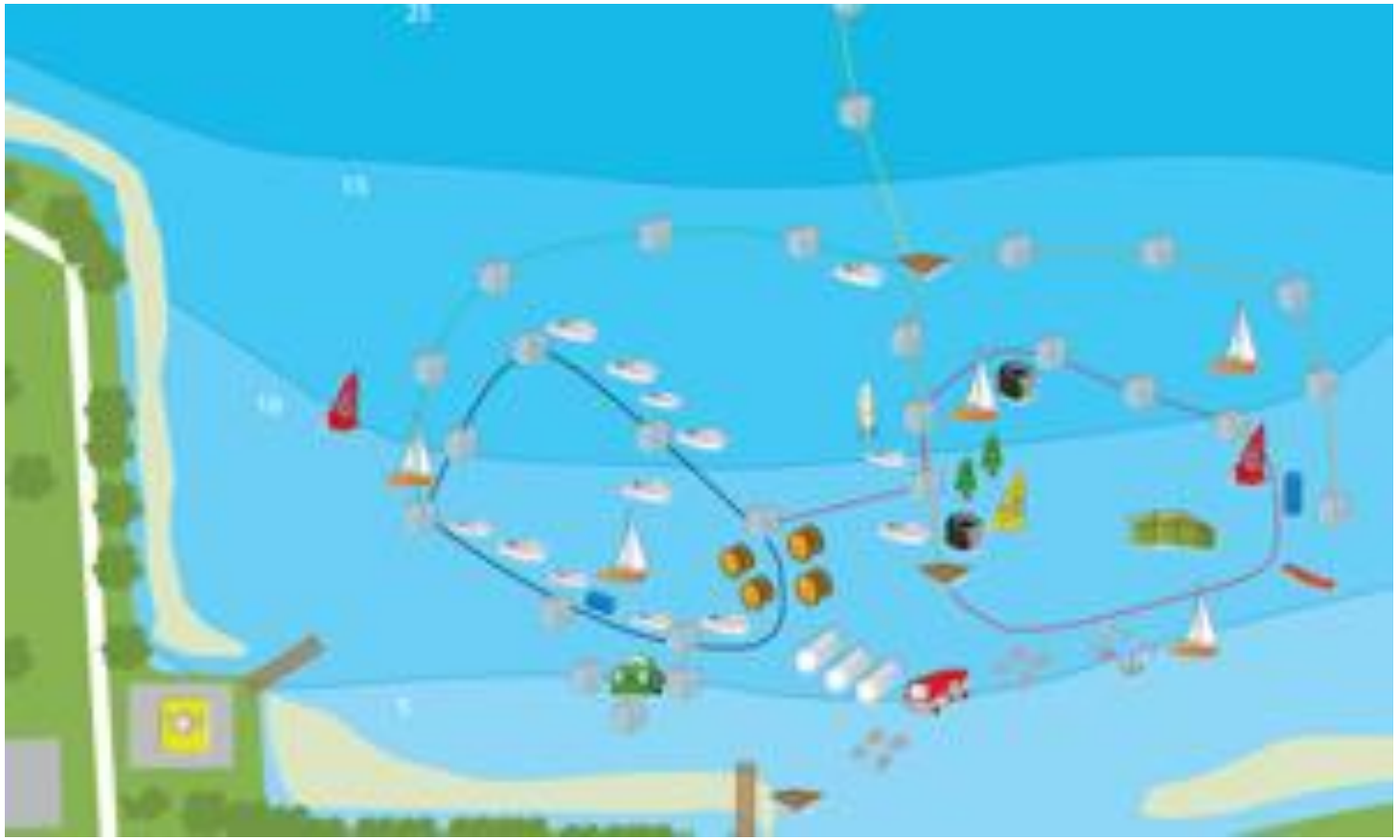


Niet voor alle beperkingen. En even leuk in Zoetwater! (certificaat Zoetwater???)

Check de stek

- Hoe ziet de stek eruit?
  - instap, (geen) lijnen, obstakels
- Wat is het doel van de duik?
- Wat is het duikplan?



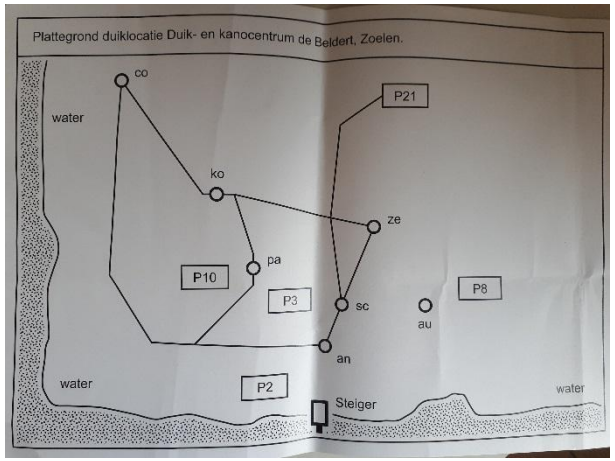


Duikersgids kaart
Onderwaterpark Twiske

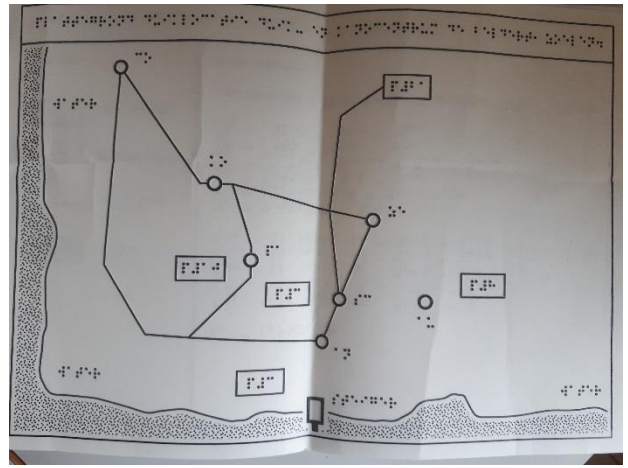
Check de stek



Duikersgids kaart



Grootletter kaart

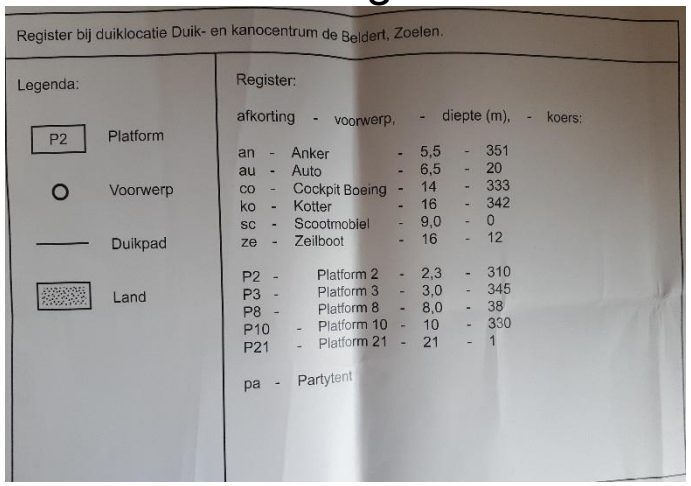


Braillekaart

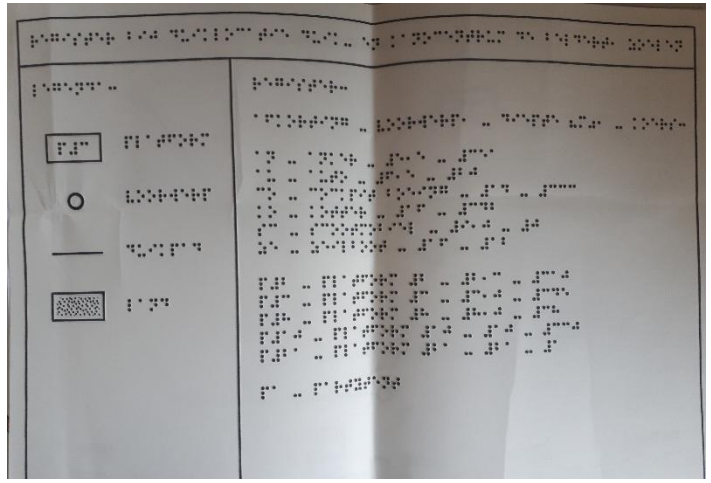
Duikersgids legenda

voorwerp	diepte	koers
anker	5,5	351
scootmobiel	9	0
platform 2	2,3	310
platform 3	3	345
platform 8	8	38
platform 10	10	330
platform 21	21	1
auto	6,5	20
zeilboot	16	12
kotter	16	342
cockpit boeing	14	333

Grootletter legenda



Braille legenda



Check de stek

- Welke duikstekken zijn toegankelijk voor welke beperking?
- Wat is er toegankelijk aan?
- Wat zou toegankelijker gemaakt kunnen worden?



Instap Boschmolenplas



Toegankelijke duikstekken

Beperkingen toegang

Opties voor duiken voor iedereen

Pauze



Waarom staan we hiervoor?



Hoe begeleid je iemand?

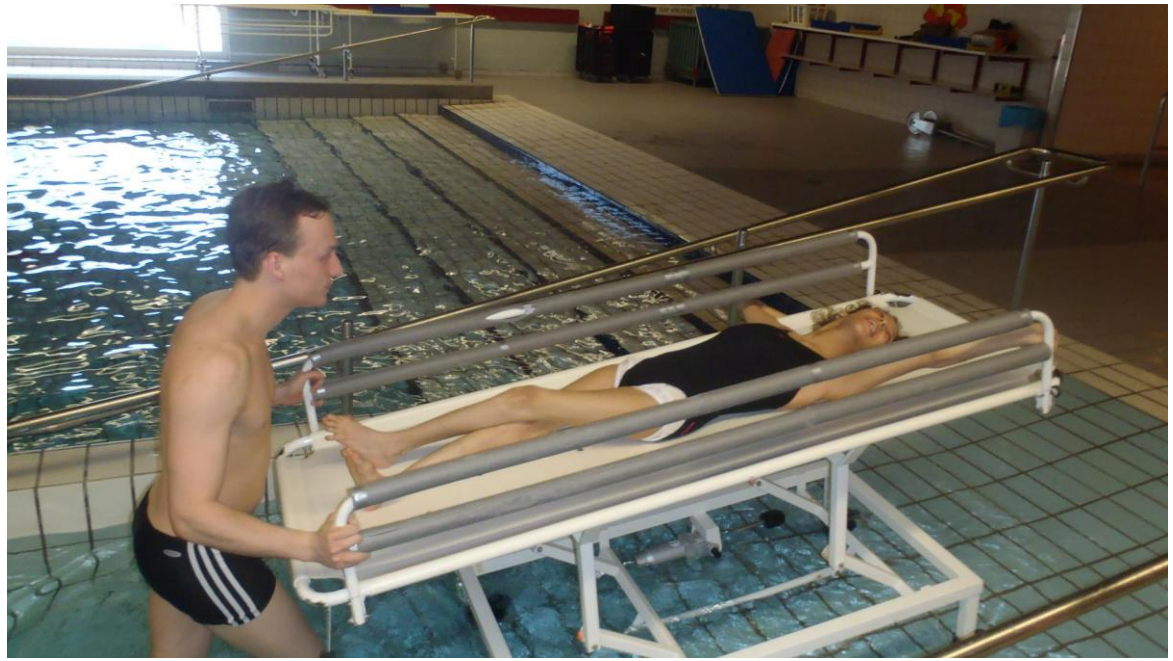


Afstand
v.s.
Contact



Eigen veiligheid en die van de buddy

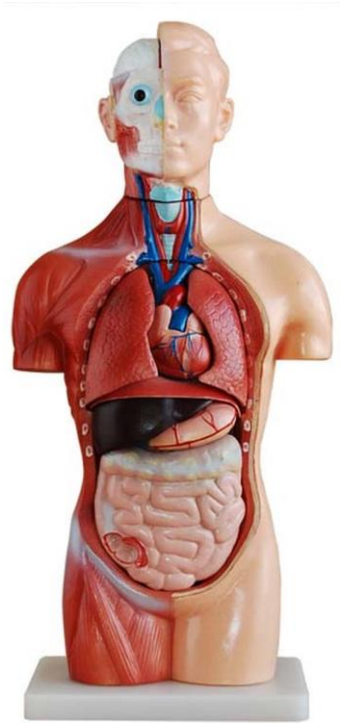
- Ken je eigen uitrusting en die van je buddy
- Ken de duiklocatie (zwembad en buitenwater)





Chronische beperking

- Stoornis in een orgaan. Zoals:
  - Astma
  - Suikerziekte
  - Hart- en vaatziekte
  - Nier- en leveraandoeningen
  - Epilepsie
- Vaak benauwd
- Afhankelijk van voeding en tijdsgebonden



(A)BC
(…) Belevings Circuit
Chronische beperking

- Astma
- Suikerziekte

- Hart- en vaatziekte
- Nier- en leveraandoeningen
- Epilepsie



Visuele beperking

- Beperking met visus.
  - Verminderd zicht
  - Substantieel onherstelbaar zichtverlies (blindheid)



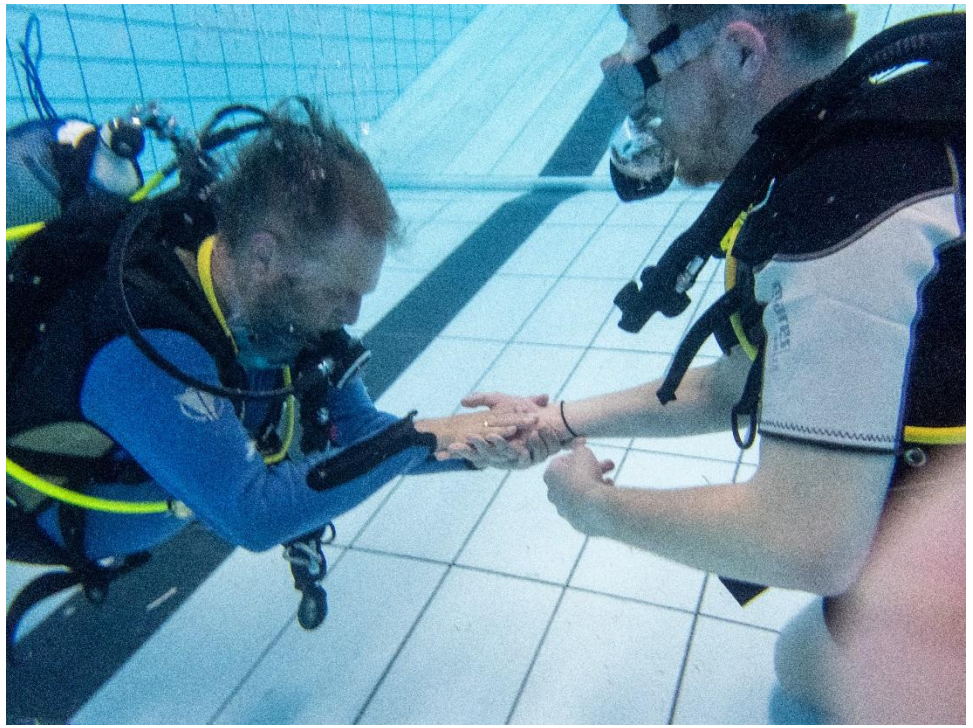
Duiken is mijn passie



Handsignalen

- Handsignalen herontdekt
  - Dat is anders dan in opleiding
  - Dit wordt relevant bij zeer slecht zicht, een visueel beperkte buddy, noodsituatie





Handsignalen



Ik wil met je praten



Ok?! 1x knijpen



Niet Ok?! 2 x knijpen



Luchtverbruik 100 bar



Luchtverbruik 50 bar

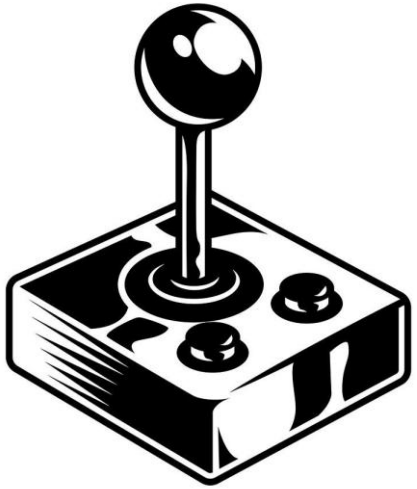


Geen lucht

Handsignalen: joystickmethode

Stijgen

Naar links



Naar rechts

Diepte

Gevolgd door knijpen: ok / niet ok

Handsignalen



Naar huis



Koud



Deco/veiligheids-stop



Trimmen



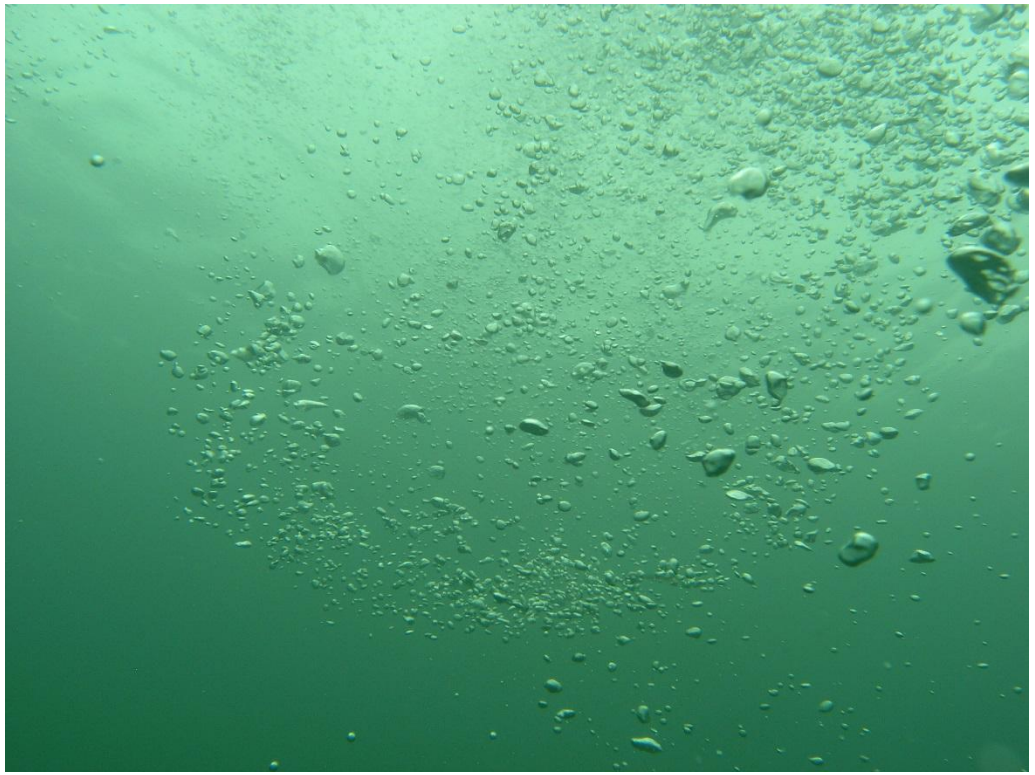
Alleen voor buddy
“Ik ben het”



Pas op voor je hoofd (2x tikken)

Input van een ervaringsdeskundige Beleving circuit

- Welke handigheidjes: horen, tellen & voelen





- (Als je in het dagelijks leven keer op keer de belemmering van je beperking ervaart, gaat er een wereld voor je open als je onderwater gaat. Onderwater ervaar je een groot gevoel van vrijheid, zweven en natuur. Een gevoel van “dit kan ik”. En daar kan niets tegenop.)

Auditieve beperking



Gebaren

- Slechthorendheid
- Doofheid
- Evenwichtsorgaan



Regio

maandag 29 juni 2015

UN

School leert doven duiken

Nieuwegeiner laat tolken speciale gebaren vertalen

NIEUWEGEIN | Een time-outteken heeft in de gebarentaal een heel andere betekenis dan in de wereld van de duikers. Om dat soort verschillen weg te werken, zijn er zo'n honderd nieuwe gebaren ontwikkeld. Zo moet duiken mogelijk worden voor doven.

BERNIE VAN UNEN

Bij duikschool Het Duikhuis in Nieuwegein werden de gebaren gisteren getest. De school heeft nu zeven tolken die de gebaren van de instructeurs voor de cursisten vertalen. De tolken hebben een aantal duikcursussen gevolgd.

Arno Roeleveld, zelf doof, ontwikkelde ongeveer 100 nieuwe gebaren. Zo moest er een oplossing komen voor het opsteken van de duim. Dat betekent goed gedaan, maar onder water betekent het omhoog gaan. „Dat luistert heel nauw," weet Eric Schunselaar van Het Duikhuis. „Dove mensen zijn heel precies met hun gebaren, terwijl wij snel slordig zijn."

Initiatief

Het initiatief komt van Marije Meuwese, die een familielid is van Nienke Fluitman van Gebaren.nl. Samen met haar man Ramon begeleidt ze dove mensen bij bijzondere gebeurtenissen.

„Een begrafenis van een familielid of een theaterstuk," licht Ramon Fluitman toe. „Ik doe dit nu al elf jaar. Toen heb ik gezegd dove mensen een keer mee te nemen naar het duiken. Dat is dus een cursus bij Het Duikhuis geworden."

'Wij doven worden vaak niet erg serieus genomen, maar wij kunnen alles

Moeder Inge en dochter Jara uit Utrecht genieten zichtbaar.

Ze noemen het 'even wennen', maar met name de 12-jarige Jara wil zo snel mogelijk naar een meer. „Maar dat zie ik nog niet zo zitten," zegt Inge. „Het ademen onder water was even eng, maar later ging het wel."

Jara is al vanaf haar geboorte doof. „Dit is erg leuk. Ik ben blij met het initiatief. Ik ben benieuwd hoe het duiken in een meer is als je bijna geen hand voor ogen ziet."

In het duiken voor doven ziet de Stichting Welzijn Doven Amsterdam (SWDA) een mooi voorbeeld van hoe Nederland vriendelijker voor doven moet worden. Onlangs gaf ze een theatergezelschap uit Amsterdam er een prijs voor.

Ook dit initiatief kreeg de erkenning. „Deze duikschool is bijzonder, want op deze manier kunnen wij ook deze sport beoefenen," laat Alexander Bosman van de SWDA via een tolk weten. „Het kost zoveel tijd en energie om een sport als duiken te beoefenen, dat velen van ons er niet eens aan beginnen. Wij worden ook vaak niet erg serieus genomen, maar wij doven kunnen alles. Deze duikschool heeft dit nu mogelijk gemaakt en we zijn de eigenaar dankbaar. Daarom hebben wij, de Stichting Welzijn Doven Amsterdam, deze duikschool het keurmerk Doof Vriendelijk gegeven. Ik hoop dat dit een mooi plaatsje in de winkel krijgt."

Verrast

Schunselaar is aangenaam verrast over de erkenning. „Ik ben erg vereerd met dit keurmerk. Ik vind het al heel bijzonder dat iemand honderd gebaren heeft bedacht om dit mogelijk te maken. We gebruiken allemaal tekens, gebaren. Maar onder water hebben die soms een heel andere betekenis dan boven water. Onder water hebben we onze eigen taal en tekens. Voor doven zijn die door Arno Roeleveld aangepast."

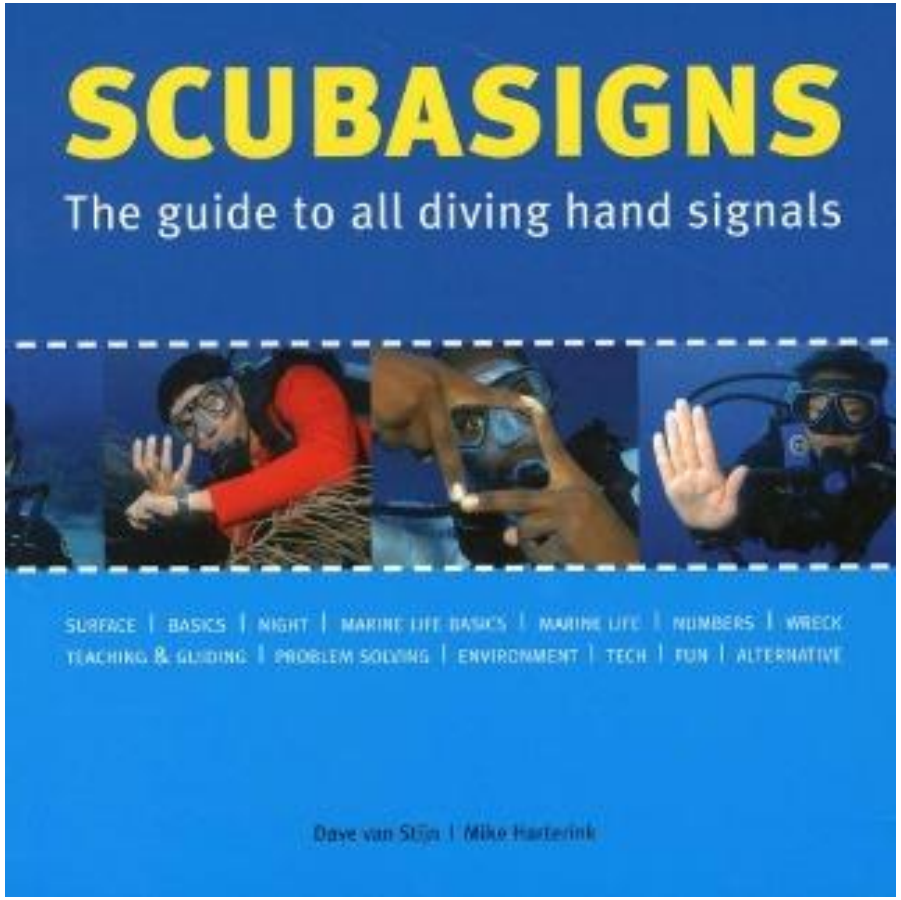
„Natuurlijk probeer ik als zakenman een nieuwe doelgroep aan te boren, maar afgezien van het commerciële aspect, is dit een hele leuke en verrassende middag geworden."

Duikinstructie met behulp van gebaren aan dove deelnemers. FOTO WILLIAM HOOGTEYLING

Met dit gebaar kunnen doven zeggen dat ze akkoord zijn. Het betekent: oké. FOTO ERIC SCHUNSELAAR

Handgebaren





(A)BC
(…) Belevings Circuit
Auditieve beperking

- Slechthorendheid
- Doofheid






LUNCH
BREAK



Verstandelijke beperking

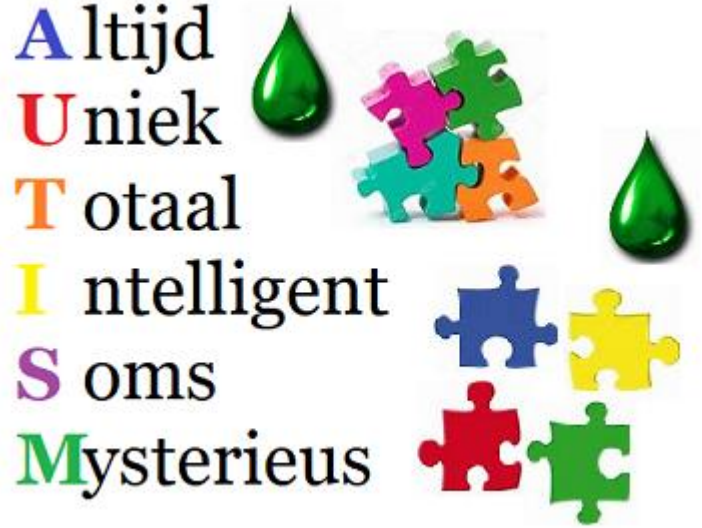
- IQ van maximaal 75
- Lichte/ matige/ ernstige/ diepe VB
- Oorzaken?
  - Familiair
  - Tijdens de zwangerschap zijn de hersenen niet goed gegroeid
  - Tijdens de bevalling geen of tekort aan O2
  - Een hersenvliesontsteking
  - Een ernstig ongeluk



- Omgang?
  - Gebruik korte zinnen en makkelijke woorden
  - Luister aandachtig en neem de tijd
  - Zeg wat je bedoelt en bedoel wat je zegt
  - Geef 1 opdracht tegelijk
  - Controleer of je gesprekspartner je begrijpt
  - Biedt structuur en duidelijkheid

Autisme
(Cognitieve beperking)

- ASS
- Kenmerken:
  - Minder goed ontwikkelde sociale intuïtie
  - Moeite met (onverwachte) veranderingen
  - Dingen heel letterlijk nemen
  - Eerlijk en recht door zee
  - Uitstekende detailwaarneming
  - Moeite met bewaren van overzicht
  - Over- of juist ongevoelig voor zintuigelijke prikkels
  - Tragere informatie verwerking



ABC
Autisme belevingscircuit





Lichamelijke beperking

- Stoornis aan het bewegingsapparaat



- Zoals:
  - Dwarslaesie
  - Reumatische aandoeningen
  - Ziekte van Parkinson
  - Congenitale aplasie (missen van ledenmaten)
  - Aangezichtsafwijkingen
  - Spierziekten
    - ALS
    - SMA

Duiken heelt (ONK Video)



(A)BC
(…) Belevings Circuit
Lichamelijke beperking



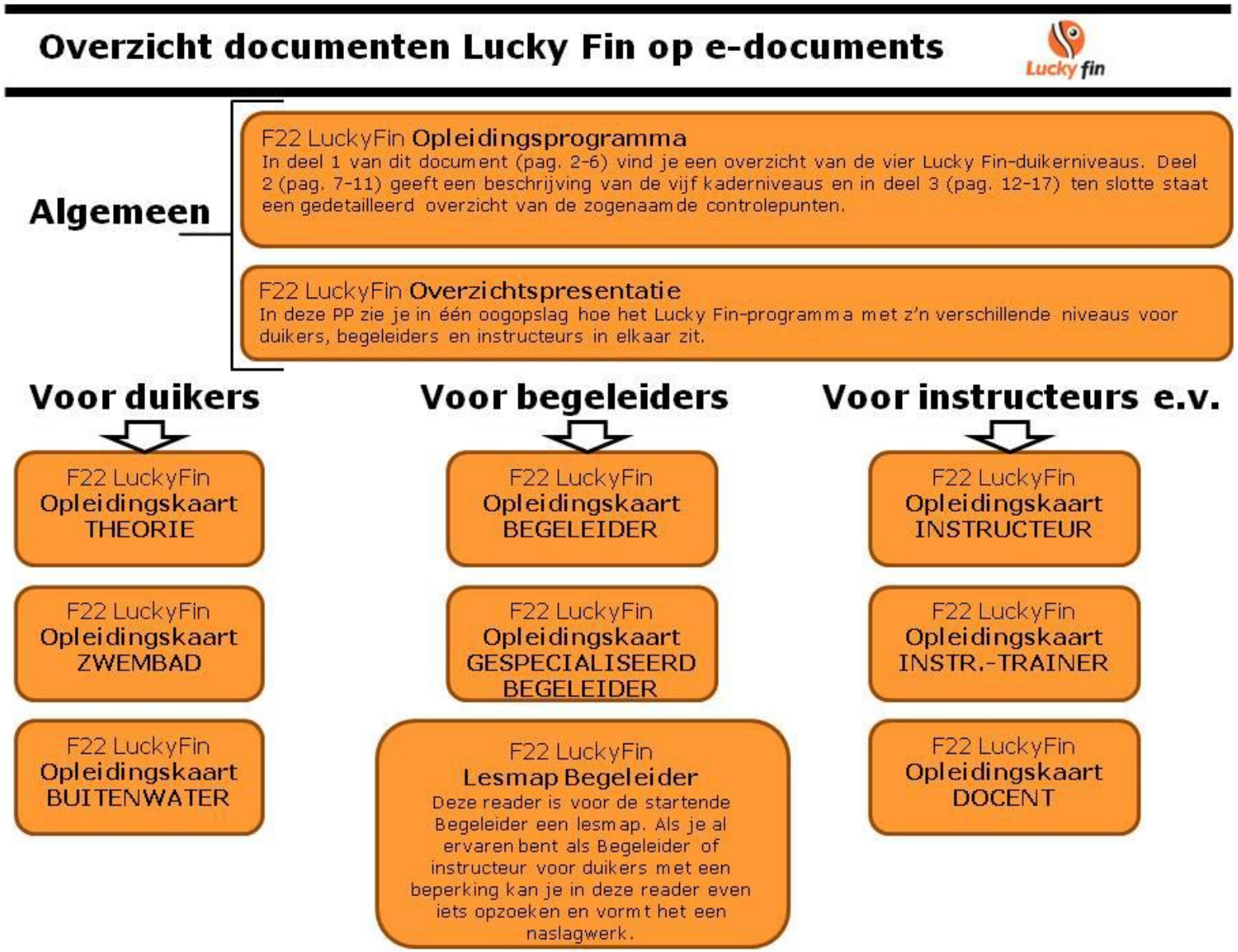
Lucky Fin

- Wat is Lucky fin?
- Voor wie is Lucky fin?





Lucky fin


Overzicht documenten Lucky Fin op e-documents
Lucky fin
Algemeen
F22 LuckyFin Opleidingsprogramma
In deel 1 van dit document (pag. 2-6) vind je een overzicht van de vier Lucky Fin-duikerniveaus. Deel 2 (pag. 7-11) geeft een beschrijving van de vijf kaderniveaus en in deel 3 (pag. 12-17) ten slotte staat een gedetailleerd overzicht van de zogenaamde controlepunten.
F22 LuckyFin Overzichtspresentatie
In deze PP zie je in één oogopslag hoe het Lucky Fin-programma met z'n verschillende niveaus voor duikers, begeleiders en instructeurs in elkaar zit.
Voor duikers
Voor begeleiders
Voor instructeurs e.v.
F22 LuckyFin Opleidingskaart THEORIE
F22 LuckyFin Opleidingskaart ZWEMBAD
F22 LuckyFin Opleidingskaart BUITENWATER
F22 LuckyFin Opleidingskaart BEGELEIDER
F22 LuckyFin Opleidingskaart GESPECIALISEERD BEGELEIDER
F22 LuckyFin Lesmap Begeleider
Deze reader is voor de startende Begeleider een lesmap. Als je al ervaren bent als Begeleider of instructeur voor duikers met een beperking kan je in deze reader even iets opzoeken en vormt het een naslagwerk.
F22 LuckyFin Opleidingskaart INSTRUCTEUR
F22 LuckyFin Opleidingskaart INSTR.-TRAINER
F22 LuckyFin Opleidingskaart DOCENT

Het programma voor duikers in één oogopslag



Het programma voor begeleiders en instructeurs in één oogopslag



Medische keuring?!



Input van een ervaringsdeskundige (demonstratie en oefenen)

Heeft een buddylijn meerwaarde?



- Duiken met mensen met een beperking eng?
- Wat zijn de ervaringen?
- Waar duik je tegenaan?

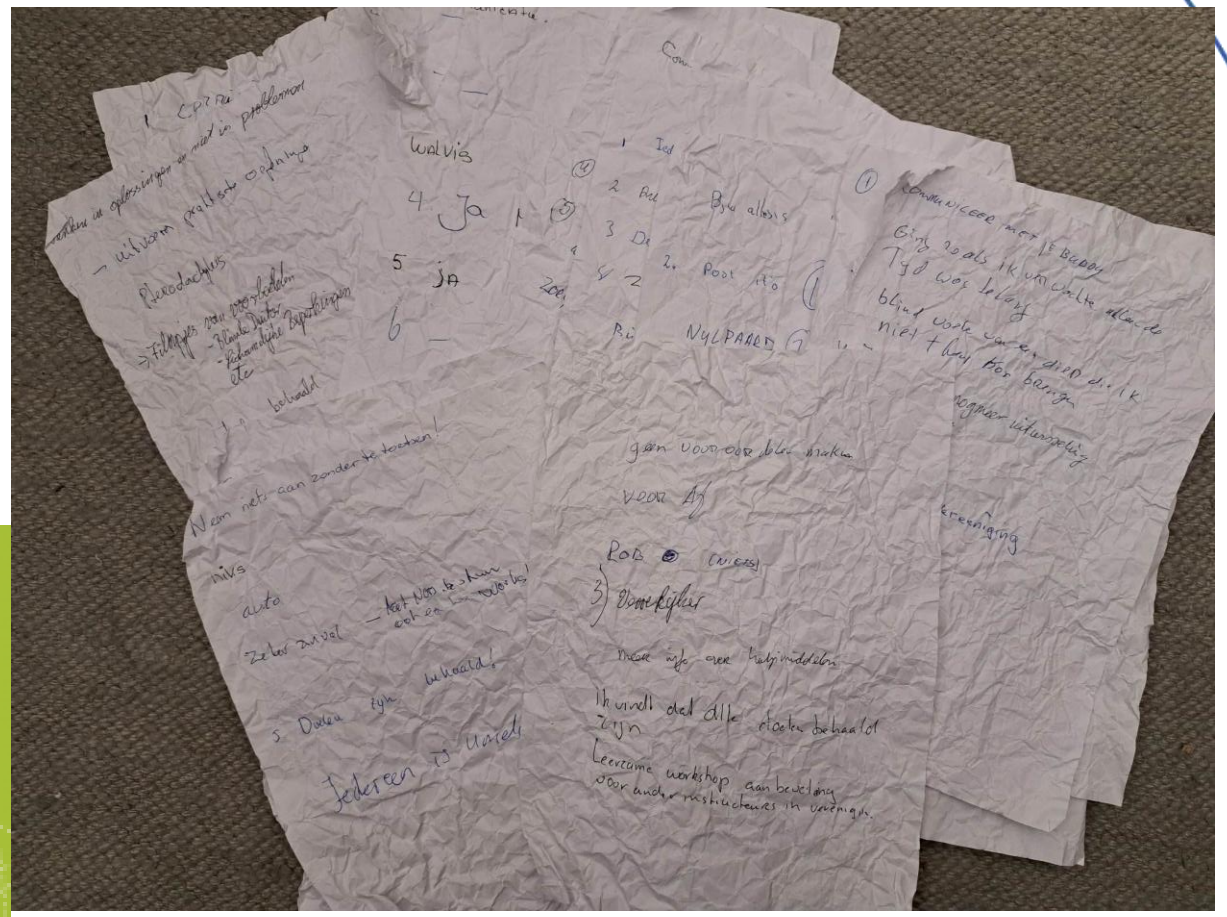


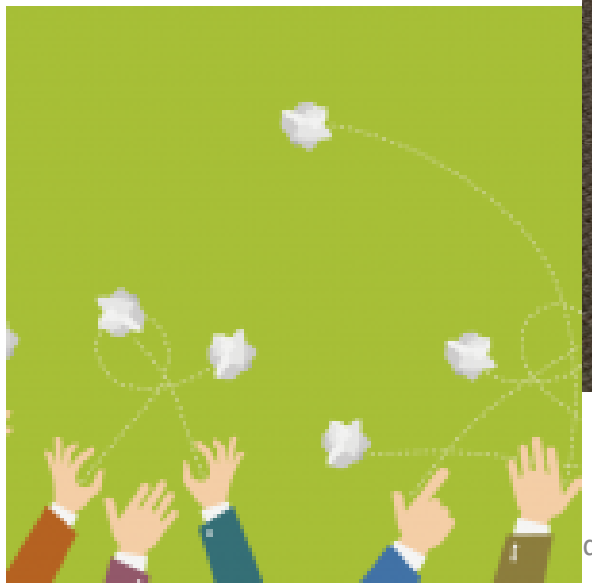




Feedback / Evalueren

- Doelen behaald?
- Zinvol? Tips voor herhaling?
- Wat neem je mee naar de vereniging?
- Wat moet blijven en wat moet veranderen?





Q&R

- Neem gerust contact op via:
  - Kim Noordermeer – diving-1996@outlook.com
  - Rob Kool – diving@kooltiel.nl
  - Lucky fin via de NOB
- Vanaf morgen te vinden op www.kooltiel.nl

Vragen?

