

Dagbesteding in Nieuw Unicum

Voorwoord

Nieuw Unicum biedt dagbesteding aan cliënten met ernstige lichamelijke beperkingen, waaronder cliënten met o.a. Multiple Sclerose en cliënten met niet-aangeboren hersenletsel (NAH). Deze cliënten dienen in het bezit te zijn van een geldige indicatie dagbesteding. Het activiteitencentrum biedt meer dan 50 activiteiten per week variërend van ochtend-, middag- en avond activiteiten. Tijdens de activiteiten wordt uitgegaan van de individuele mogelijkheden van de cliënt.

Het activiteitencentrum heeft 4 locaties:

- De Boog: gevestigd op de hoofdlocatie van Nieuw Unicum aan de Zandvoortselaan te Zandvoort.
- De Werkplaats: gevestigd in Zandvoort-Noord
- 't Winkeltje: gevestigd in Zandvoort-Noord.
- BienveNu (restaurant): gevestigd in Zandvoort-Noord

Het activiteitencentrum is het gehele jaar geopend, dus 52 weken per jaar, op werkdagen van 9.00-17.00 uur en daarnaast ook regelmatig 's avonds en in het weekend. Naast de activiteiten die worden aangeboden is er voor de cliënten de mogelijkheid om te lunchen op het activiteitencentrum met ondersteuning van een medewerker dagbesteding. Bij het onverwacht uitvallen van een activiteit hebben cliënten de mogelijkheid om deel te nemen aan de activiteiten die op dat moment gegeven worden. Zo wordt de continuïteit van de dagbesteding aan de cliënt gewaarborgd.

Vanaf september 2011 start er een project in samenwerking met Sportclub Zandvoort, een reguliere sportschool in Zandvoort-Centrum. Bij dit project wordt fitness-op-maat aangeboden aan cliënten met NAH. In de toekomst kan dit uitgebreid worden met de andere doelgroepen.

Activiteitenoverzicht 2011

	Activiteit	Ochtend	Middag	Avond
1.	A table	Dinsdag		
2.	Actualiteiten groep		Woensdag	
3.	Anders dan anders		Donderdag	
4.	Atelier uniek		Woensdag	
5.	Bakkerij	Maandag		
6.	Beautysalon	Maandag, dinsdag,		
7.	BienveNu	Dinsdag, woensdag, donderdag, zaterdag	Dinsdag, woensdag, donderdag, vrijdag, zaterdag	Vrijdag
8.	Boerderij	Maandag, dinsdag, woensdag, donderdag	Dinsdag, woensdag, donderdag, vrijdag, zaterdag	
9.	Building on Sand (band)		Vrijdag	
10.	Compunic	Maandag, dinsdag, woensdag, donderdag vrijdag.	Maandag, dinsdag, woensdag, donderdag	
11.	Creatief computeren	Donderdag	Vrijdag	
12.	Creatief en hobby	Vrijdag		
13.	Culinaire verrassingen		Maandag	
14.	Digitale fotografie	Dinsdag		
15.	Gezelschapsspelen	Dinsdag		
16.	Grasduinen		Donderdag	
17.	Handwerken	Donderdag		
18.	Herensociëteit			Dinsdag
19.	Het film huis			Vrijdag
20.	Huidverzorging	Zaterdag om de week	Zaterdag om de week	
21.		Zondag om de week	Zondag om de week	
22.	Het palet		Donderdag	
23.	Klaverjassen			Maandag
24.	Koken is geen kunst	Vrijdag		
25.	Koken met sterren		Vrijdag	
26.	Koken uit de krant	Maandag		
27.	Kom op verhaal		Maandag	
28.	Koi-vijver	Vrijdag		
29.	Kwekerij	Vrijdag	Maandag, woensdag	
30.	Kunst en cultuur		Vrijdag	
31.	Ladies only	Maandag		
32.	La cuisine sensationnelle	Donderdag		
33.	MagNUgezien		dinsdag	
34.	Mix creatief	Vrijdag		
35.	Modern handwerken	Maandag		
36.	Multi culti	Dinsdag		
37.	Music for you		Maandag	
38.	Muzieksleutel		Vrijdag	
39.	Ochtendgymnastiek	Dinsdag		

	Activiteit	Ochtend	Middag	Avond
40.	Poezie leesgroep		Woensdag	
41.	Spel en boog	Donderdag		
42.	Teken met de computer	Woensdag		
43.	Uit de kunst	Woensdag		
44.	Vegetarisch koken	Woensdag		
45.	Visclub			1 keer per maand op vrijdag
46.	Vrijdagmiddagsoos		Vrijdag	
47.	Wii-sport	Vrijdag		
48.	Werkplaats	Maandag, dinsdag, woensdag, donderdag en vrijdag,	Maandag, dinsdag, woensdag, donderdag en vrijdag,	
49.	't Winkeltje	Woensdag, donderdag en zaterdag.	Woensdag, donderdag, vrijdag en zaterdag.	
50.	Yoga meditatie	Dinsdag		
51.	Zangkoor		Dinsdag	
52.	Zwemmen	Dinsdag		

Doelstellingen per activiteit

Het dagbestedingsprogramma van Nieuw Unicum bestaat uit 52 activiteiten. Hieronder een overzicht van de activiteiten met hun doelstelling(en).

A table

In Frankrijk ga je aan tafel niet alleen om te eten maar het is een moment van de dag waarop je samen met elkaar praat en geniet van de lekkernijen. Eten koken zal hier centraal staan met als hoofddoel de Franse Keuken.

Frankrijk is een groot land, iedere streek heeft zijn specialiteit, van choucroute tot bouillabaisse. Er is veel om over te praten: Franse chansons, Franse cultuur, Franse geschiedenis... Et un mot français?

- Ontspanning en ontmoeting aanbieden
- Kennis maken met de Franse keuken, cultuur en taal
- Sociale contacten bevorderen
- Belevingsgericht

Atelier uniek

Een activiteit waar u fijn kunt schilderen op zijde of met olieverf. Ook een mooi beeldje maken, behoort tot de mogelijkheden. Er wordt ingegaan op de wensen van de deelnemers en hun creativiteit.

- Creatief bezig zijn
- Geeft een goed gevoel en het stimuleert de aanwezige mogelijkheden van de deelnemers
- Deze activiteit doet een appèl op de zelfredzaamheid en de creativiteit
- Het actief bezig zijn verlicht stress-situaties

Actualiteitengroep

Dagelijks bereikt ons een stroom aan informatie over actualiteiten uit de wereld via televisie, radio en kranten. Wat doet u met al die informatie en volgt u het? In de gespreksgroep actualiteiten kunt u actuele onderwerpen en nieuwsberichten inbrengen. Deze worden met elkaar besproken en verduidelijkt. U wordt aangemoedigd te reageren en uw mening te geven.

- Het doel is om met de cliënten het actuele nieuws te bespreken en te beschouwen. Zowel op lokaal, nationaal als internationaal niveau.

Anders dan anders

Hierbij is het belangrijkste doel ontspanning. Iedere keer wordt er een ander thema gekozen op het gebied van communicatie en spiritualiteit met een knipoog naar New Age. Voorbeelden hiervan zijn: ontspanning door middel van yoga en meditatietechnieken, met elkaar filosoferen over de inhoud van het leven, astrologie en spelletjes betreffende deze onderwerpen.

- Het ervaren van ontspanning en plezier
- Het bevorderen van onderlinge communicatie
- Sociale vaardigheden
- Voor zover mogelijk cognitieve vaardigheden onderhouden

Bakkerij

Niets is mooier dan het ambacht van brood- en banketbakker. Een bakker is altijd bezig iets te 'maken'. Iets goeds en lekkers, iets waar hij trots op kan zijn. In brood- en banketproducten ligt veel persoonlijke creativiteit door gebruik van grondstoffen, vorm, decoratie en presentatie. Niet om 4 uur 's ochtends, maar wel op maandagmorgen als eerste activiteit van de week.

- Samen iets lekkers klaar maken met verse producten.
- Een ieder het gevoel geven dat ze een duidelijke taak en actieve rol hebben in het gehele kook/bakproces.

Beautysalon (maandag en dinsdag)

Door middel van aanraking en massage de cliënt een gevoel van welbevinden, ontspanning en een positieve lichaamsbeleving laten ervaren.

Beauty Salon (donderdag)

In een rustige sfeer ondergaan van eenvoudige schoonheidsbehandelingen.

BienveNu

In Zandvoort-Noord, op het plein in het winkelcentrum, bevindt zich BienveNu, een petit-restaurant/patisserie. Bij BienveNu kunnen cliënten bezig zijn met o.a. de bediening en diverse keukenwerkzaamheden, zoals groente schoonmaken, gebakjes/taarten maken, recepten uitproberen, enzovoort. Er is ook een mogelijkheid om bij BienveNu schilderijen te exposeren.

- Het aanbieden van arbeidsmatige dagbesteding aan zowel interne als externe cliënten.
- Er wordt gekeken naar wat de cliënt fysiek kan, maar ook naar wat de cliënt mentaal aan kan. Tevens wordt er gekeken naar de mogelijkheden op het gebied van klantgericht werken.

De Boerderij

Samen de dieren de dagelijkse zorg geven, d.w.z. voeren, water geven, hokken schoonmaken en overige verzorging.

Band Building On Sand

Onder professionele begeleiding samen musiceren in een echte band, dat is Building on Sand. Nummers worden ontleed en gezamenlijk ingestudeerd. De verschillende onderdelen, zoals ritme, melodie en zanglijn worden tot één geheel gesmeed. Het repertoire bestaat uit Nederlands- en Engelstalige muziek. Eigen inbreng, creativiteit en samenspel staan centraal.

- Mensen met fysieke en of cognitieve beperking de gelegenheid te geven te musiceren.
- De band wordt geleid door 1 begeleider, de muzikale richting is populaire hedendaagse muziek.
- De activiteit vindt plaats 1 dagdeel in de week van 13.30 uur tot 16.00 uur.

Compunic

Compunic biedt arbeidsmatige dagbesteding in een aangepaste werkomgeving. Onder deskundige begeleiding maakt u producten voor en/of verleent diensten aan afdelingen en cliënten van Nieuw Unicum. Het gaat hier voornamelijk om: verzorgen van drukwerk en grafische toepassingen, opmaken en onderhouden van websites en de kabelkrant van Nieuw Unicum. Maar ook werkzaamheden op het gebied van het samenstellen van computersystemen of het demonteren van oude systemen.

- Het doel van de activiteiten is een zinvolle dagbesteding voor cliënten gericht op behoud of ontwikkeling van vaardigheden.

Creatief computeren

Het doel is om de cliënten zelfstandig op eigen niveau en inzicht te laten werken op een computer. Daarnaast het opdoen van kennis en aanleren van vaardigheden ten einde zelfstandig met de computer te kunnen werken.

Computerles

Deze activiteit richt zich op de individuele behoefte aan kennis op computergebied. Omdat de lessen op het individu gericht zijn bepaalt u zelf de inhoud van de lessen. Dit kan dus variëren van e-mail (communicatie) internet (informatievoorziening) tot een computerspel (recreatie en ontspanning).

- Het doel is om de cliënten zelfstandig op eigen niveau en inzicht te laten werken op een computer.
- Daarnaast het opdoen van kennis en aanleren van vaardigheden ten einde zelfstandig met de computer te kunnen werken.

Creatief en Hobby

Op deze middag wordt stapsgewijs een aantal weken aan één thema gewerkt. Er wordt gebruik gemaakt van allerlei technieken en materialen en er is voldoende ruimte om met je eigen idee aan de slag te gaan.

- Deze activiteit biedt ruimte voor eigen initiatief en invulling.
- Gevoel van ontwikkeling geven van de eigen mogelijkheden. Dit levert een positieve bijdrage, omdat er binnen deze activiteit groei mogelijk is, terwijl de algemene tendens is dat een cliënt achteruit gaat.
- De mogelijkheid bieden om iets nieuws te leren en daar in te groeien.

Culinaire Verrassingen

- Het samen bereiden van een maaltijd
- Kennis laten maken met andere recepten – landen – muziek
- Brainstormen over recepten
- Deelnemen aan groepsactiviteit
- Zelf kunnen aangeven wat men wel en niet kan
- Kunnen samenwerken
- Met elkaar kunnen communiceren / Goed overleg
- Ideeën met elkaar uitwisselen

Digitale Fotografie

Heeft u ook een digitale camera en wilt u er meer van weten? Dan is dit de plek waar u terecht kunt. Naast de lessen waarin de algemene regels voor digitaal fotograferen worden behandeld gaat deze activiteit ook over compositietechnieken en opslag in de computer. Doel is te komen tot mooie foto's. Enig verstand van fotografie is niet vereist maar u moet natuurlijk wel zelf over een digitale camera beschikken. Ook kunt u als u niet in het bezit bent van een geschikte PC de digitale opnames van u camera bekijken of bewerken op de Pc's die wij ter beschikking stellen.

- Het doel is om met cliënten samen te fotograferen en creatief hiermee bezig te zijn, d.m.v. het bewerken van de gemaakte foto's op de PC of Apple, of te 'spelen' met instellingen van de camera zelf.
- Daarnaast het opdoen van kennis en aanleren van vaardigheden ten einde zelfstandig te fotograferen en eventueel foto's te bewerken.

Gezelschapsspelen

U kunt deelnemen aan verschillende gezelschapsspelen zoals: taal-, denk en geheugenspelen, en bord- en dobbelspelen. Daarnaast hebben we ook interactieve spelen middels een dvd.

- Ontspanning en een ontmoetingsmogelijkheid aanbieden
- Het stimuleren van onderlinge communicatie/samenwerking en het denkvermogen
- Sociale contacten bevorderen

Grasduinen in de natuur

In 'Grasduinen in de Natuur' raken we nooit uitgepraat. Want de planten- en dierenwereld prikkelen onze nieuwsgierigheid. Verrassen en verwonderen ons telkens weer.

Bij het woord 'natuur' denk je aan: jaargetijden, vogels, geuren, bloeiende planten, zonlicht, bomen, kleuren, de polder, de Wadden, enz. enz. Deze en nog veel meer onderwerpen komen ter sprake in deze activiteit. Door te kijken naar dvd's en te luisteren naar cd's met natuurgeluiden, te ruiken aan en te proeven van producten van het seizoen, wordt de natuur als het ware naar binnen gehaald en beleefd.

- Ontspanning en een ontmoetingsmogelijkheid aanbieden
- Educatief
- Herinneringen ophalen
- Sociale contacten bevorderen

- Belevingsgericht

Handwerken

U kunt in een gemoedelijke en ontspannen sfeer zelfstandig of met assistentie van een vrijwilliger handwerken. U kunt borduren breien, haken. Over het algemeen wordt er geborduurd. Er is een ruime keus uit voorbedrukte borduurpakketten in kruissteektechniek. De vrijwilligers zitten verspreid tussen de deelnemers en kunnen als het nodig is iedereen helpen. Tijdens het handwerken wordt er over van alles en nog wat gepraat.

- Ontspanning en ontmoeting
- Cliënten zelfstandig laten bezig zijn met het handwerken
- Deelnemen aan groepsactiviteit
- Opdrachten van een begeleider aanvaarden
- Zelf kunnen aangeven wat men wel en niet kan
- Kunnen samenwerken
- Met elkaar kunnen communiceren / goed overleg
- Ideeën met elkaar uitwisselen

Herensociëteit

Eén avond in de week waarop de ontmoeting centraal staat. Kleinschaligheid, veiligheid en respect voor elkaar is het kader waarbinnen de heren met elkaar van gedachten wisselen. Het nieuws van de afgelopen week wordt besproken. Regelmatig wordt een gastspreker uitgenodigd die vanuit zijn/haar beroep of hobby een interessante of avontuurlijke bijdrage kan leveren.

- Geestelijk actief blijven door ontmoeting met anderen.

Het Filmhuis

Het bieden van een avondje uit. Getoond worden filmhuisfilms, soms klassiekers, maar regelmatig recente speelfilms. Dit laatste draagt bij aan het gevoel dat wat buiten Nieuw Unicum gebeurt ook binnen Nieuw Unicum plaats kan vinden op korte termijn. Het vergroten van de eigen leefwereld.

Huidverzorging, de schoonheidsalon weekend

- Het bevorderen van een goede huidverzorging
- Ontspanning creëren voor lichaam en geest
- Het alert blijven op eventuele huidafwijkingen
- Een totaal verzorgd gevoel geven en esthetiek bevorderen

Het Palet

Iedereen kan schilderen. Zelfs mensen, die niet kunnen schilderen, kunnen een mooi schilderij maken, spiritueel, abstract of expressief. Gevoel voor schoonheid is een ieder aangeboren. In deze activiteit kunt u schilderen wat u wilt met verschillende materialen en in verschillende stijlen en technieken, waarin u vrij uw creativiteit kwijt kunt.

- Creativiteit ontwikkelen
- Het mengen van kleuren/kennismaken met materialen en kennis hierover ontwikkelen
- Gevoel voor schoonheid / compositie / stijl en technieken ontwikkelen
- Deelnemen aan groepsactiviteit.
- Opdrachten van een begeleider te aanvaarden
- Zelf kunnen aangeven wat men wel en niet kan
- Kunnen samenwerken
- Met elkaar kunnen communiceren / goed overleg
- Ideeën met elkaar uitwisselen

Klaverjassen

Een enthousiast team van vrijwilligers staat op maandagavond en dinsdagmiddag klaar om u te assisteren bij het klaverjassen. Er wordt met vier personen per tafel gespeeld en er zijn drie tafels. Om het clubverband te benadrukken, wordt er drie keer per jaar een toernooi georganiseerd. Spanning en gezelligheid staan centraal op deze spelavond.

Er wordt 'Rotterdams' gespeeld.

- Het doel van deze activiteit is om met de cliënten een klaverjasspel te spelen waarbij het sociale aspect centraal staat.

Koken is (G) een kunst

Onder de leiding van een professionele kok creëert u uw eigen culinaire sensatie voor al uw zintuigen. Ook zal er extra aandacht zijn voor de aankleding/sfeer van de eettafel.

Als groep gaan we deze culinaire uitdaging aan en bepalen we wat er de volgende keer bereid en geproefd gaat worden. Dus heeft u zelf een actieve rol van A tot Z.

- Het doel is om met de cliënten samen een product te maken en dit product gezamenlijk te eten ter afsluiting van de activiteit.

Koken uit de krant

Elke dag staan er recepten in de dagbladen. We maken gezamenlijk een keuze en tijdens het bereiden van het gerecht, bespreken we de actualiteiten die in de krant staan.

- Koken is een sociale bezigheid. Het samen uitzoeken van een recept uit de krant, het bereiden en gezamenlijk eten van de maaltijd bevordert de saamhorigheid.
- Deelnemers worden geprikkeld om samen te werken.

Kom op Verhaal

Er was eens... Waan je in de wereld van sprookjes, mythen en sagen. Kom luisteren naar verhalen uit alle windstreken.

- Actief luisteren naar verhalen en/of gedichten.
- Het voeren van gesprekken over wat gelezen is. Humor is een belangrijke factor.

Koi-vijver/tropische visclub

Het voeren van de vissen en schoonhouden van de vijver en het meten van de waterkwaliteit zullen dagelijkse bezigheden zijn. Bij slechte weersomstandigheden houdt men zich bezig met de vele indoor aquariums. Daarnaast kweken we ook waterplanten.

- Mensen met fysieke en of cognitieve beperking, de gelegenheid geven tot het houden en verzorgen van Koi en tropische vissen.

Koken met Sterren

Deze middag staat in het teken van een beroemde kok en een recensent. We kennen allemaal wel de kookprogramma's op de televisie en de beroemde koks die zijn, maar dan het blijft bij alleen maar kijken. Lijkt het u leuk om deze recepten eens te maken dan bent u van harte welkom. Gezamenlijk een mooi menu koken en daarna... genieten!

- Samen de maaltijden voorbereiden met verse producten.
- Een ieder bij deze activiteit het gevoel geven dat ze een duidelijke taak en een actieve rol hebben in het gehele kook/bakproces.
- Geur en proeven zijn belangrijk en het samen genieten van de zelfbereide maaltijd heeft een centrale rol.

Kwekerij

Het werken in de kas en tuin is een onderdeel van een zintuiglijke activiteit. Centraal staat het kijken, ruiken, proeven en voelen. Zaaïen, stekken, planten verzorgen en allerlei bezigheden rondom groeien en bloeien, vormen een belangrijk onderdeel in deze activiteit. Een zeer gevarieerd programma waar u uw creativiteit en ideeën in kwijt kunt. Het onderhouden van een moestuin is ook onderdeel van deze activiteit. Daarnaast kunt u uw interesse en wensen aangeven en meer kennis vergaren.

- De fijne motoriek stimuleren
- Plezierig bezig zijn met een functionele activiteit
- Sociale contacten onderhouden
- Concentratie stimuleren
- Zorg dragen voor planten
- Het stimuleren van de zintuigen door middel van het proeven van de vruchten, het zien van de bloemen en het voelen van de bladeren

Kunst en cultuur

Een maand lang besteden we aandacht aan één thema, dit kan zijn een beeldbepalende architect, een overzichtstentoonstelling van een bekende kunstenaar of een stroming in de kunstgeschiedenis of muziek. Maar ook wat zich afspeelt in het theater en de bioscoop. Aan het eind van iedere maand beslissen we samen het thema voor de volgende maand.

Ladies Only

De maandagmorgen is voor alleen dames. In deze geborgenheid worden interesses, meningen, ervaringen en kennis gedeeld. Dit betekent open staan voor anderen, luisteren naar elkaar en gedachten uitwisselen. Aan het eind van iedere bijeenkomst wordt met elkaar het onderwerp van de volgende keer vastgesteld.

- Geestelijk actief blijven door ontmoeting met anderen
- Ontspanning

La cuisine sensationnelle

Kook onder leiding van een professionele kok je eigen gerechten. Ga de uitdaging aan met seizoensgebonden producten in combinatie met wereldse kruiden. Over het gerecht dat we maken en de ingrediënten die we gebruiken, krijgt u achtergrondinformatie. Ook zal er aandacht geschonken worden aan de smaak-, reuk- en de visuele sensatie.

- Het doel is om met de cliënten samen een product te maken en dit product gezamenlijk te eten ter afsluiting van de activiteit.
- Het is belangrijk dat er in deze activiteit een groepsproces plaats vindt in de vorm van samenwerken en gesprek. Dit wordt actief gestimuleerd en ondersteund.

MagNUzien

MagNuGezien is het bewonersblad van Nieuw Unicum van en door bewoners.

Dit blad verschijnt zes keer per jaar. De redactie komt wekelijks bij elkaar. Tijdens deze activiteit worden ideeën en onderwerpen verzameld om zo het bewonersblad vorm en inhoud te geven. Van ieder redactielid wordt een actieve bijdrage verlangd, maar u hoeft geen redactielid te zijn om een bijdrage te leveren. Uw bijdrage kan zijn in de vorm van een ingezonden brief, een column, foto's, verhaal, verslag van een evenement etc.

- Het doel is om met de cliënten een bewonersblad te creëren waarbij de input vanuit de cliënten komt. Het is belangrijk dat er in deze activiteit een groepsproces plaats vindt in de vorm van uitwisseling door luisteren, kijken en discussie. Dit wordt actief gestimuleerd en ondersteund.
- Alle redactieleden dienen betrokken zijn bij het proces en de inhoud van de MagNUgezien.

Mix creatief

Wij werken hier met diverse materialen en technieken. Het is boeiend om verschillende dingen uit te proberen en te kijken wat het resultaat daarvan is. Enkele voorbeelden zijn bijvoorbeeld, mozaïek, schilderen en boetsen. De inbreng van de deelnemers is meer dan welkom.

- Gezamenlijk bezig zijn met een groepswork of een thema (bijvoorbeeld, kerst, lente, aankleding van een huiskamer etc.)
- Bevorderen van de zelfwerkzaamheid en creativiteit en verminderen van de gevoelens van afhankelijkheid.

Modern handwerken

Bij deze activiteit werken we met bestaande handwerktechnieken maar dan vormgegeven in een modern jasje. Op het gebied van textiele vormgeving is van alles mogelijk. Er worden onder andere knuffels gemaakt en poppen van vilt. Kom eens kijken en laat je verrassen. Ieder kan op eigen niveau handwerken in een ontspannen sfeer.

- Kennismaken met materiaal en technieken en zien wat je er mee kunt.
- Bevorderen van de zelfredzaamheid.

Multi Culti

Bij deze activiteit kunt u gezamenlijk kiezen naar welk land u een reisje wilt maken en waar u een tijdje wilt 'verblijven'. De activiteit heeft een culturele tint, zoals: informatie over het land, muziek, kunst, keuken, gewoonten, etc. Door middel van film en muziek lijkt het alsof u er geweest bent. Na het behandelen van het land wordt er bepaald welk land we de volgende keer 'bezoeken'.

- De ingebeeelde culturele uitstap geeft de cliënt de mogelijkheid om herinneringen op te halen over zelfgemaakte reizen.
- Het leerzame karakter traint de hersenen
- Het meedenken maakt alert
- Door middel van film en muziek moet het lijken of ze er geweest zijn
- Deelnemen aan groepsactiviteit
- Opdrachten van een begeleider aanvaarden
- Zelf kunnen aangeven wat men wel en niet kan
- Kunnen samenwerken
- Met elkaar kunnen communiceren / goed overleg
- Ideeën met elkaar uitwisselen

Muzieksleutel

Dit is een kleinschalige activiteit waarbij de eigen muzikale mogelijkheden worden ontdekt. Muziek is een belangrijk element in ons leven en heeft een sterke impact op onze geest. Vooral de vreugde die men ondervindt van het zelf muziek maken. Deze muziek activiteit heeft een creatieve insteek. De mogelijkheid wordt geboden om noten te leren lezen. Het ritme wordt aangewakkerd. Ook worden allerlei percussie en muziekinstrumenten besproken en uiteindelijk een passend instrument uitgekozen om gezamenlijk muziek te maken.

- De eigen muzikale mogelijkheden ontdekken
- Creatief omgaan met beperkingen en het accepteren ervan
- Het leren noten lezen en luisteren naar elkaar
- Met plezier gezamenlijk musiceren
- Deelnemen aan groepsactiviteit
- Zelf kunnen aangeven wat men wel en niet kan.
- Kunnen samenwerken
- Met elkaar kunnen communiceren / goed overleg
- Ideeën met elkaar uitwisselen

Music4You

Muziek is een taal die iedereen verstaat. Dat muziek 'iets' doet, is een gegeven!

U kunt naar muziek luisteren en/of kijken. Muziek van toen en nu, maar ook bijvoorbeeld conferences. Alle soorten, stijlen en thema's worden behandeld. Kortom een leuke muzikale activiteit.

Herinneringen maar ook meningen en weetjes zullen genoeg gespreksstof opleveren.

Dit alles onder het genot van een lekker kopje koffie. In de loop van de middag wordt bepaald welke cd's of dvd's er de volgende keer aan bod komen.

- Muziek zal helend werken voor lichaam en geest

- Muziek kan in beweging zetten, tot rust en inkeer brengen of ontroeren
- Het raakt ons en is instaat het onzeggbare te laten klinken
- Herinneringen komen boven waarna de gesprekstof ontstaat
- Het haalt blijde gevoelens naar boven en is een remedie tegen stress
- Door de diversiteit aan stijlen door de jaren heen (Pop- Jazz- R&B –Conferences enz.) wordt creatief denken en luisteren ontwikkeld
- Deelnemen aan groepsactiviteit.
- Zelf kunnen aangeven wat men wel en niet kan.
- Kunnen samenwerken.
- Met elkaar kunnen communiceren / goed overleg
- Ideeën met elkaar uitwisselen.

Ochtendgymnastiek

Meer bewegen maar dan aangepast aan de mogelijkheden van de deelnemers.

Er worden allerlei oefeningen en spelvormen aangeboden, zodat u zich al bewegend heerlijk kunt ontspannen en uw gewrichten los en soepel maakt. Er wordt gebruik gemaakt van verschillend materiaal zoals: ballen, stokken, hoepels, gewichtjes, badmintonrackets enzovoort. Belangrijk is het plezier, maar tevens de ontmoeting en het contact met anderen.

- Zowel bij Spel en Boog als bij de Ochtendgymnastiek staat het bevorderen van de motorische activiteit van de cliënten centraal, met als doel diverse bewegingsspecifieke en niet-bewegingsspecifieke intenties te optimaliseren.

Poëzie/Leesgroep

Samen gedichten maken, luisteren naar verhalen en kijken naar Nederlandse cabaretiers op tv. Humor staat op nummer één!

- Actief luisteren naar verhalen en / of gedichten
- Het samen maken van gedichten
- Het voeren van gesprekken over het geen gelezen is
- Humor is een belangrijke factor

Spel en Boog

Hier heeft u de mogelijkheid om in groepsverband of individueel actief te zijn. Sport en spel zullen hierbij centraal staan. Door verschillende sport- en spelmaterialen te gebruiken kan iedereen bewegen. Competitie, ontspanning, uitdaging en plezier zijn onderdeel van deze activiteit. Alles naar eigen kunnen, u spant zelf de boog. U krijgt begeleiding om zoveel mogelijk naar eigen kunnen te bewegen.

- Zowel bij Spel en Boog als bij de Ochtendgymnastiek staat het bevorderen van de motorische activiteit van de cliënten centraal, met als doel diverse bewegingsspecifieke en niet-bewegingsspecifieke intenties te optimaliseren.

Tekenen op de computer

Naast de traditionele lessen op maat gaat deze activiteit meer in op de creatieve kant van de deelnemer met de computer als hulpmiddel. Het programma dat hierbij gebruikt wordt is Adobe Photoshop Elements. Alle basisbedieningen worden uitgelegd. Enig verstand van computers is dus niet vereist.

- Het doel is om de cliënten zelfstandig op eigen niveau en inzicht te laten werken op een computer. Daarnaast het opdoen van kennis en aanleren van vaardigheden ten einde zelfstandig met de computer te kunnen werken.

Uit de Kunst

Kunst op maat! Keuze uit verschillende materialen en technieken, zoals: schilderen met aquarel- of acrylverf, boetsen, werken met speksteen, objecten of gebruiksvoorwerpen van papiermache, collages maken... Alles is mogelijk.

Vegetarisch koken

Bij deze activiteit staat het koken 'zonder vlees' centraal. Velen denken dat een maaltijd zonder vlees saai is. Het doel van deze activiteit is om wel een smakelijke maaltijd te bereiden. De recepten betreffen vele landen van de wereld.

- Bij het vegetarisch koken leert men bewust en creatief om te gaan met gezonde voeding. Men overlegt met elkaar en wisselt ideeën uit. Het gezamenlijk bereiden en eten bevordert de zelfredzaamheid en saamhorigheid.

Visclub

Dit is een activiteit waarbij het vissen en het sociale aspect centraal staat.

Vrijdagmiddagsoos

Elke vrijdagmiddag is er een soos met telkens een ander thema. Zoals karaoke, film, disco, creatief, sjoelen en af en toe een gast. De bedoeling is een ontspannen en een gezellige middag. Niks moet en er kan van alles. Iedereen is welkom, ook vrienden en familie. U kunt langskomen zonder inschrijving (vrije inloop).

- Ontspanning en ontmoeting aanbieden
- Toegankelijk voor vrienden en familie
- Sociale contacten bevorderen

Wii-sporten

Wii-sporten zoals bowlen, tennissen, golf en andere sporten wordt interactief gespeeld met de Wii-spelcomputer. De Wii wordt op afstand bediend met een infrarood-console die reageert op de bewegingen van de hand. Het is net alsof je echt gooit, slaat of schiet. Het is heel leuk om te doen en ook om als toeschouwer naar te kijken.

- Het doel is om de cliënten zo veel mogelijk zelfstandig te laten sporten / bewegen met behulp van de Wii-spelcomputer. Het bewegen en trainen van vaardigheden van het bewegingsapparaat, maar ook zaken als oog- en handcoördinatie worden getraind.

De Werkplaats

De Werkplaats is een onderdeel van arbeidsmatige dagbesteding van Nieuw Unicum gevestigd in Zandvoort–Noord. Hier leert en werkt u om o.a. een verkoopbaar product te maken van hout. Er wordt aandacht besteed aan verantwoordelijkheid, taakgerichtheid en het werken in opdracht.

- De cliënten werken individueel, in eigen tempo/niveau aan het productieproces en worden daarin begeleid door een beroepskracht.
- De producten die gemaakt worden zijn o.a. tuinmeubelen, vogelhuisjes, kaartenhouders en allerlei kleine houtproducten. Ook is er ruimte om oude meubelen op te knappen. Deze worden via 't Winkeltje verkocht.
- Opdrachten van de begeleiding te aanvaarden
- Zelf kunnen aangeven wat je wel en niet kan
- Kunnen samenwerken

't Winkeltje

't Winkeltje is een onderdeel van dagbesteding Nieuw Unicum op locatie Zandvoort-Noord. Hier leert en werkt u om o.a. een verkoopbaar product te maken van gips, zeep, kaarsvet etc.

- Er wordt aandacht besteed aan verantwoordelijkheid, taakgerichtheid en het werken in specifieke gevallen en in opdracht. Tijdens het werkproces mag de cliënt geen werkdruk ervaren.
- Opdrachten van de begeleiding (vakkracht) aanvaarden.
- Zelf kunnen aangeven wat je wel en niet kan.
- Zelfstandig en samen kunnen werken.

Yoga en Meditatie

Yoga brengt lichaam en geest in evenwicht. De lessen worden op een rustige, meditatieve manier gegeven. U leert om zich lichamelijk en geestelijk te ontspannen. Op den duur merkt u dat dit ontspannen gevoel doorwerkt in uw dagelijkse leven. De bewegingen worden aangepast aan de mogelijkheden van de deelnemers.

- Lichamelijke en geestelijke ontspanning
- Jezelf weer gaan voelen
- Verinnerlijking.

Zangkoor (De Nieuw Unicum Singers)

‘Kun je niet zingen, zing dan mee’ is het motto. Dit zangkoor repeteert elke week. De repetitie begint met stemvorming. Dit zijn oefeningen om de klank mooier te maken, de stembanden te trainen en de articulatie te oefenen. Een nieuw lied wordt in gedeeltes aangeleerd. De melodie, de tekst en het ritme worden grondig ingestudeerd en herhaald, zodat het lied goed gaat klinken. Het liedrepertoire bestaat uit Nederlands- en Engelstalige muziek. Het seizoen wordt afgesloten met een optreden.

- Deze activiteit is bedoeld voor alle cliënten die graag zingen, of ze nu wel of geen ‘stem’ hebben is niet belangrijk.

Zwemmen

Dagbesteding- zwemmen wordt op het terrein van de hoofdlocatie verzorgd in het zwembad van Nieuw Unicum. De cliënten kunnen op een ontspannen en plezierige manier zwemmen en bewegen op verantwoorde wijze centraal. Er zijn mogelijkheden om te fietsen in het water, trampoline te springen, basketbal te spelen en nog een tal van andere bewegingsmogelijkheden.