

Uitbreidingsset Ouderen

Dit is één van de uitbreidingssets van het spel 'Een Steekje Los?'. Deze set kan toegevoegd worden aan de kaarten van het bordspel. Deze set kan ook apart ingezet worden als kaartspel.

De inhoud van een uitbreidingsset

Een uitbreidingsset bestaat uit 109 speelkaarten en 1 instructiekaart waarop de categorieën vermeld staan.

Voor wie

Deze set is bedoeld voor ouderen, naasten, familie, wijkbewoners en zorgverleners om in gesprek te gaan over kwaliteit van leven.

Doel

Laagdrempelig in gesprek over (psychische) gezondheid, zelfregie, eenzaamheid, vroeger en nu. Met als doel: meer openheid, begrip en kwaliteit van leven.

Meer informatie

Meer informatie over alle spelvarianties en toepassingen, introductie-workshops en training voor speelleiders, teambuildingsactiviteiten is te lezen op www.eigenwijs spel.nl

Er zijn 8 Vlaamse aanvullingssets voor alle uitbreidingssets. Een initiatief van Universitair Psychiatrisch Centrum Duffel en mogelijk gemaakt door Emmaüs.



© 2021 uitbreidingsset 'Een Steekje Los? Een eigenwijs spel' is een coproductie van Stichting De Bagagedrager en Identity Games International BV.



Grafisch ontwerp: Jeroen de Jong, Den Haag

Idee en realisatie: Ellen Spanjers, Stichting De Bagagedrager

Bestellingen België: shop.aanstokerij.be

Bestellingen Nederland: semmie.net en debagagedrager.nl/shop



De Bagagedrager
Beleef de ervaring

Er zijn 32 uitbreidingssets ontwikkeld en gefinancierd door diverse fondsen:

Set	Financier
• Kennismaking	
• Familie en naastbetrokkenen	• Stichting De Bagagedrager
• Ouderen	
• PTSS (Posttraumatische stressstoornis)	
• Studie en Beroep	• Stichting Socialrun
• Stigma English version	
• ADHD en ADD	
• Angst en dwang	
• Autismespectrumstoornis	• Agis Innovatiefonds
• Bipolaire stoornis	• Dr. C.J. Vaillantfonds
• Depressie	• CZfonds
• Eetstoornis	
• Lichamelijk chronisch ziek	• Stichting Voorzorg Utrecht
• Persoonlijkheidsstoornis	• Dr. Wittenbergstichting
• Verslaving	• Saxion Lectoraat GGZ herstelgerichte zorg en empowerment
• Stigma	• Zorgbelang Inclusief
• Transgender	
• Eenzaamheid	
• Zelfregie	
• Psychose	
• Jeugdzorg	• Stichting Kinderpostzegels
• In de wijk	• Oranje Fonds
• Multicultureel	• VSBfonds
• Vriendendienst	• Wmo innovatiefonds Arnhem
• Dementie	• Sluyterman van Loo • RCOAK
• Zelfbeschadiging	• Stichting Zelfbeschadiging
	• DELA Fonds • K.F. Hein Fonds
• Niet-aangeboren hersenletsel	• RIBW Arnhem en Veluwe Vallei
• Jeugd	• Mentaal Beter
• Gesloten Afdeling	• Mediant Geestelijke Gezondheidszorg
• Helpen werkt averechts	• Benjamins & Jens
• Actiekaarten (2 ^e druk)	• De Bagagedrager
• Dissociatieve stoornis (2 ^e druk)	• Caleidoscoop

Download de gratis app, met de speelkaarten van alle uitbreidingssets en het bordspel, inclusief Vlaamse aanvullingssets.



SPELREGELS SET OUDEREN

een Steekje LOS?

Uitbreidingsset als aanvulling op het bordspel 'Een Steekje Los?' én ook inzetbaar als kaartspel.

Spelenderwijs in gesprek over psychische gezondheid én kwaliteit van leven. Verrassend, educatief, verhelderend, taboedoorbrekend én met humor.

een eigenwijs spel

De thema's

De kaarten hebben verschillende kleuren, de kleur komt overeen met het thema. De 8 thema's zijn:

Rood GEZONDHEID	Blauw HULP	Oranje RELATIE	Geel SOCIALE CONTACTEN
Roze STUDIE EN BEROEP	Bruin THUIS	Groen VRIJE TIJD	Paars ZINGEVING

Er zijn 16 kaarten van ieder thema. Deze zijn onderverdeeld in categorieën. Korte samenvatting staat op de bijgevoegde instructiekaart.

Categorieën:



Tekenen of uitbeelden: Van het woord of de zin op het kaartje. Bij tekenen mag je geen cijfers en letters gebruiken. Bij uitbeelden mag je geen geluid maken.



Waar denk je aan bij?: Lees het woord voor. Vertel waar je aan moet denken bij dit woord.



Kennisvragen*: Iemand anders leest de vraag en de drie antwoordmogelijkheden voor. Wat is het juiste antwoord?



Levensvragen: Lees de vraag hardop voor en vertel over je eigen ervaringen, gedachten of ideeën.



Stellingen: Lees de stelling hardop voor, geef je reactie en vertel, wat jij er van vindt.



Foto's: Bekijk de foto en laat de anderen de foto zien. Vertel wat er in je opkomt, als je de foto ziet.

* De Spelleider leest de vraag en antwoordmogelijkheden voor. Als de spelleider zelf meespeelt, wordt dit gedaan door degene die rechts van de spelleider zit.

Kanskaarten



Op de kanskaarten staan praktijksituaties beschreven, waarover je in gesprek kunt gaan. *Zijn ze herkenbaar of juist niet?* Op deze kaarten staat ook, dat je opstekers kunt winnen of verliezen. De opstekers zitten in het bordspel 'Een Steekje Los?'. Als je het kaartspel speelt, kun je er voor kiezen om alleen in te gaan op de praktijksituatie en daarover in gesprek te gaan.

SPELVORM 1: Kennismaking

Doel: Kennismaken met elkaar

Aantal spelers: 3 – 20 personen, **Duur:** 5 – 30 minuten

Werkwijze:

1. Leg (een selectie van) de kaarten open op tafel.
2. De deelnemers kiezen ieder een kaart, de kaart die het meest aanspreekt.
3. Aan de hand van de gekozen kaart stellen zij zichzelf voor, waarom heb je deze kaart gekozen? Wat zegt deze kaart over jou?

SPELVORM 2: Speeddaten

Doel: Kennismaken met elkaar door middel van verrassende vragen en stellingen

Aantal spelers: 8 – 16 personen, **Duur:** 10 – 20 minuten

Werkwijze:

1. Ieder krijgt 2 kaarten van 1 thema: 1 levensvraag en 1 stelling.
2. Je speelt in tweetallen. Bij een oneven aantal is er één drietal.
3. Je trekt een kaart bij een andere speler, beantwoordt de vraag of stelling en je mag de kaart houden.
4. Nu trekt de andere speler een kaart bij jou en beantwoordt de levensvraag/stelling. Daarna mag de ander de kaart houden.
5. Dan begin je weer bij punt 3.
6. Je speelt door, totdat je met iedereen een kaart hebt uitgewisseld of totdat de tijd om is.

SPELVORM 3: Dolle boel!

Doel: Spelenderwijs in gesprek over één levensthema (bijvoorbeeld sociale contacten).

Aantal spelers: 3 – 6 personen, **Duur:** 30 – 45 minuten (naar keuze)

Voorbereiding:

- ★ Iedere speler heeft een pen en papier nodig.
- ★ Schud alle kaarten van 1 thema door elkaar en leg ze met de achterkant naar boven op 1 stapel.
- ★ Spreek van tevoren een speeltijd af, of speel door totdat de kaarten van de stapel op zijn.

Werkwijze:

1. Een speler neemt een kaart van de stapel en voert de opdracht uit (zie instructiekaart).
2. Je kunt over het onderwerp met elkaar in gesprek gaan.
3. Daarna begin je weer bij 1.

SPELVORM 4: Wie ben jij?

Doel: Diverse thema's en eventuele vooroordelen bespreekbaar maken.

Aantal spelers: 3 – 6 personen, **Duur:** 30 – 45 minuten

Voorbereiding:

- ★ Selecteer de levensvragen, stellingen en foto's van drie thema's en de kanskaarten.
- ★ Leg de kaarten met de achterkant naar boven per thema in stapeltjes naast elkaar.

Werkwijze 1: Een speler kiest een kaart van één van de thema's en voert de opdracht voor de betreffende categorie uit. Zie instructiekaart. Vervolgens mag de volgende een kaart kiezen en voert de opdracht uit.

Werkwijze 2: Een speler kiest een kaart van één van de thema's en geeft de kaart aan één van de andere spelers. Deze voert de opdracht voor de betreffende categorie uit. Vervolgens mag die speler een kaart uitkiezen en die aan een ander geven.

Werkwijze 3: Een speler kiest een kaart van één van de thema's en bespreekt de kaart met de hele groep.