

Titel leermateriaal: Healthy ageing

Auteur: Blokteam Gezondheid

Tijdsduur: 30 min

Leerdoelen:

- De student kan beschrijven wat wordt bedoeld met maatschappelijke omgeving als gezondheidsdeterminant en kan uitleggen hoe deze van invloed is op de gezondheid
- De student kan uitleggen welke factoren van invloed zijn op gezond ouder worden.

Bronnen:

- Sassen, B. (2018). Gezondheidsbevordering en zelfmanagement: Door verpleegkundigen en verpleegkundig specialisten (8e herziene druk). Houten: Bohn Stafleu van Loghum



Voorbereiding:

- Lees de literatuur uit Sassen, B. (2018). Gezondheidsbevordering en zelfmanagement: Door verpleegkundigen en verpleegkundig specialisten (8e herziene druk). Houten: Bohn Stafleu van Loghum
 - Hoofdstuk 2.4 en 2.5

Tijdens de les:

Ouderen zijn niet per definitie kwetsbaar en hulpbehoevend. Wat kunnen de ouderen zelf doen om de "gebreken van de ouder wordende mens" te voorkomen of te beïnvloeden? Bekijk samen het filmpje "Gezond ouder worden":

https://www.youtube.com/watch?v=OuUxTBrc9PE&feature=emb_logo

Verdeel de groep in 2 kampen:

Kamp "gezond" werkt het model van Lalonde uit, met betrekking tot zoveel mogelijk factoren die van invloed zijn op gezond ouder worden. Denk ook aan wat je in het webcollege "gezond ouder worden" gehoord hebt.

Kamp "ongezond" werkt het model van Lalonde uit met betrekking tot zoveel mogelijk factoren die van invloed zijn op ongezond ouder worden. Naast de invloed van ongezond gedrag, helpt het hierbij om je voor de stellen hoe healthy ageing veel lastiger zou zijn in een derdewereldland.

Maak onderscheid in de beïnvloedbaarheid:

- Beïnvloedbaar door patiënt
- Beïnvloedbaar voornamelijk door anderen
- Niet-beïnvloedbaar

Nabespreken modellen:

- Presenteer de uitwerkingen van de modellen aan elkaar.
- Bespreek gezamenlijk de overeenkomsten tussen kamp gezond en kamp ongezond? Wat zijn de verschillen hiertussen?

- Hoe kunnen we als verpleegkundige bij mw. Bouwmans een rol spelen m.b.t. healthy ageing?