**Eindopdracht: Presentatie folder of poster gezonde leefstijl (in tweetallen)**

Je kiest een doelgroep en verdiept je in deze doelgroep. Vervolgens kies je voor deze doelgroep een passend onderwerp voor het bevorderen van een gezonde leefstijl. Je maakt een folder of poster met praktische tips en adviezen om een gezonde leefstijl te bevorderen. Vervolgens geven jullie samen een presentatie. Tijdens de presentatie geef je informatie over de doelgroep, laat je de inhoud van de folder zien en leg je uit hoe je deze kunt gebruiken bij het geven van voorlichting en advies aan de doelgroep.

Jouw docent beoordeelt de presentatie en de folder/poster. Jouw klasgenoten geven een tip en een top.

**Stap 1 Kies een doelgroep**Kies ouderen, volwassenen, tieners, kinderen met bijvoorbeeld:

* Verstandelijke beperking
* Zintuigelijke beperking
* Verslaving
* Psychische problemen
* Diabetes Mellitus type 1 of 2
* Reuma
* Hart- en vaatziekte
* COPD
* Dementie

**Stap 2: Verdiep je in de gekozen doelgroep**Zoek minimaal 3 betrouwbare bronnen op met informatie over jouw doelgroep. Noteer deze bronnen. Maak een beschrijving van de doelgroep en verwerk deze in je presentatie:

* Welke ziekte/aandoening hebben ze?
* Welke verschijnselen/symptomen horen bij deze ziekte/aandoening?
* Waardoor wordt deze ziekte/aandoening veroorzaakt?
* Hoe wordt deze ziekte/aandoening behandeld?
* Welke gevolgen heeft deze ziekte/aandoening voor het dagelijks functioneren?

**Stap 3: Maak een folder** **met praktische tips en adviezen voor een gezonde leefstijl**Maak voor de gekozen doelgroep een folder met praktische tips en adviezen om een gezonde leefstijl te bevorderen. Deze folder moet aandacht besteden aan minimaal 2 van de volgende onderwerpen:

* Voeding
* Beweging
* Omgaan met stress
* Social media
* Ontspannen
* Slapen
* Roken
* Alcohol
* Drugs

**Stap 4: Beschrijf hoe je de folder of poster kunt gebruiken**

Beschrijf hoe je de folder of poster kunt gebruiken bij het geven van voorlichting en advies aan de doelgroep. Verwerk deze informatie in je presentatie.

**Stap 5: Bereid de presentatie voor**Tijdens de presentatie:

* Geven jullie informatie over de doelgroep
* Laten jullie de inhoud van de folder of poster zien
* Leggen jullie uit hoe je deze kunt gebruiken bij het geven van voorlichting en advies aan de doelgroep

Bekijk het beoordelingsformulier en bereid de presentatie voor.

**Voorbeelden betrouwbare bronnen:**

* Regelhulp voor mensen met zintuigelijke beperking: <https://www.regelhulp.nl/onderwerpen/zintuiglijke-beperking>
* Drugsverslaving <https://ggzinterventie.nl/drugsverslaving/>
* Drugsoverzicht: <https://www.vnn.nl/sites/default/files/2022-03/Drugsoverzicht_VNN_jan%202022_DRUKKER.pdf>
* Omgaan met stress: <https://www.thuisarts.nl/stress/ik-wil-beter-omgaan-met-stress>
* Slapen: <https://www.gezondheidsplein.nl/dossiers/goed-slapen-zo-krijg-je-een-goede-nachtrust/item43853>
* stoppen met roken: <https://www.gezondheidsplein.nl/dossiers/stoppen-met-roken/item43053>
* Diabetes Mellitus: <https://www.gezondheidsplein.nl/aandoeningen/diabetes-mellitus/item33261>
* Reuma: <https://www.gezondheidsplein.nl/aandoeningen/reuma/item33333>
* Ziekte van Parkinson <https://www.gezondheidsplein.nl/aandoeningen/ziekte-van-parkinson/item31911>
* Hart en vaatziekten: <https://www.gezondheidsplein.nl/aandoeningen/hart-en-vaatziekten/item34188>
* COPD: <https://www.gezondheidsplein.nl/aandoeningen/copd/item41037>
* Astma: <https://www.gezondheidsplein.nl/aandoeningen/astma/item32586>
* Multiple sclerose: <https://www.gezondheidsplein.nl/aandoeningen/multiple-sclerose/item31875>
* Dementie: <https://www.gezondheidsplein.nl/aandoeningen/dementie/item41766>
* Dementie: <https://www.alzheimer-nederland.nl/dementie>
* Dementie: <https://www.dementie.nl/>
* Beroerte/CVA: <https://www.gezondheidsplein.nl/aandoeningen/beroerte-cva/item121634>
* Licht verstandelijke beperking: <https://kennisbundel.vilans.nl/licht-verstandelijke-beperking.html>
* Leerbaar en weerbaar: <https://www.philadelphia.nl/ondersteuning/leerbaar-en-weerbaar>
* Zintuiglijke beperking: <https://www.philadelphia.nl/kennis/zintuigelijke-beperkingen>

# Beoordelingsformulier eindopdracht Presentatie folder of poster Gezonde leefstijl

* Naam studenten:
* Datum:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Beoordelingscriteria** | **Goed** | **Voldoende** | **Onvold.** |
| **Folder of poster** |  |  |  |
| Pakkend   * Goede titel * Duidelijk en aantrekkelijk voor de doelgroep |  |  |  |
| Goed georganiseerd   * Indeling * Tekstblokken * Illustraties |  |  |  |
| Taalgebruik:   * Bevat eigen teksten. * Taalgebruik past bij de doelgroep |  |  |  |
| Inhoud:   * Bevat praktische tips en adviezen om een gezonde leefstijl te bevorderen. |  |  |  |
| Bronvermeldingen  Betrouwbare bronnen zijn gebruikt en vermeld. |  |  |  |
| **Presentatie** |  |  |  |
| Het taalgebruik sluit goed aan bij de gekozen doelgroep. |  |  |  |
| Presenteren de folder of poster op een aantrekkelijke manier. |  |  |  |
| Leggen uit hoe je de folder of poster kunt gebruiken. |  |  |  |
| **Opmerkingen** | | | |