**PIT 1 SPRINT 1**

**Hoe bied je persoonlijke verzorging en monitor je het welbevinden van de zorgvrager?**

De **TUSSENOPLEVERING** van deze sprint bestaat uit:

* Inleveren mindmap *WAT IS PERSOONLIJKE VERZORGING* op flapover (opdracht 2).
* Inleveren korte samenvatting van groepsgesprek/discussie (opdracht 2.3).
* Inleveren, per duo, lijst met verschillen in zorgverlening van wassen op bed, wastafel, douche (2.4, zie bijlage 1).
* Groepspresentatie over invloed cultuur op persoonlijke verzorging (opdracht 3).
* Geprint certificaat als bewijs van het volgen van de module zelfredzaamheid (opdracht 4.1)
* Inleveren fotostrip vrijwilligerswerk (opdracht 4.2.3, voorbeeld zie bijlage 2)
* Inleveren (via one drive) van twee dia's in powerpoint of prezi waarin de regels van de privacy aan de orde komen (opdracht 4.1.1).
* Beschrijving van interview met mantelzorger aan de hand van de termen: will, skill, thrill en bill (opdracht 4.3.3).
* Persoonlijke reflectie door middel van individuele presentatie van één onderdeel van

bijlage 3 *WAT NEEM IK MEE?*

Door middel van het maken van onderstaande opdrachten zal je tot de ontdekking komen dat je aan het eind van deze sprint antwoord kunt geven op de leervraag van sprint 1.

**1.Voorbereidende opdrachten**

Maak met elkaar de volgende opdrachten

* **Werkboek persoonlijke basiszorg deel 1.**
  + Thema : *ondersteunen bij lichamelijke verzorging*
    - Theorieverwerking
      * **1.1** Verwerkingsopdrachten 1: bouw en functie van de huid, slijmvliezen en gebit.
      * **1.2** Verwerkingsopdrachten 2: hulp bieden bij hygiënische verzorging.
      * **1.3** Studiehulp hoofdstuk 1

Als je klaar bent kun je met behulp van het antwoordmodel die je van de docent krijgt de opdrachten nakijken en nabespreken. Eventuele vragen zoek je samen op. Kom je er dan nog niet uit schrijf ze dan op in je logboek en leg de vragen aan je docent voor.

**2.Hoe doe jij dat?**

**2.1** Schrijf voor jezelf op wat jij onder de term persoonlijke verzorging verstaat? Vergelijk je antwoorden met elkaar.

**2.2** Maak nu een mindmap met in het midden de term *persoonlijke verzorging*. Zet alle termen die jullie hebben opgeschreven er omheen.

**2.3** Schrijf in je logboek eerst zelf de antwoorden van onderstaande vragen. Ga vervolgens met elkaar praten, vergelijken, discussiëren over de antwoorden. Maak een verslagje van dit groepsgesprek.

**2.3.1** Waar bestaat jou dagelijkse persoonlijke verzorging uit?

**2.3.2** Ondanks dat je geen plan op papier hanteert, heb je een vaste methode. Je voert handelingen automatisch uit. Beschrijf de methode die je gebruikt als je zelf doucht.

**2.3.3** Tijdens het douchen maak je gebruik van allerlei hulpmiddelen. Beschrijf welke hulpmiddelen je gebruikt als je zelf gaat douchen.

**2.3.4** Probeer eens te omschrijven hoe jij je kleding uitzoekt die je draagt en hoe deze keuze tot stand komt. Wijkt de manier waarop jij met kleding omgaat sterk af van die van je medestudenten?

**2.3.5** Welke persoonlijke verzorging heb je nodig als je met griep op bed ligt?

Welke overeenkomsten en verschillen heb je gevonden?

**2.3.6** Bedenk welke gevoelens bij jou zouden spelen wanneer je hulp nodig zou hebben bij het wassen en aankleden?

**2.3.7** Wat versta jij onder de term welbevinden? Wat zegt de theorie over welbevinden?

Kun je iets zeggen over het welbevinden van jou op deze (nieuwe) school?

**2.4** Maak in tweetallen (groepje dus splitsen) een lijst met verschillen in zorgverlening van wassen op bed, bij de wastafel en onder de douche (zie bijlage 2). Presenteer de lijst in je groepje en leg de keuzes aan elkaar uit.

**3.Zoveel mensen zoveel wensen**

Bereid een presentatie van ongeveer 15 minuten voor over de invloed van een cultuur op de persoonlijke verzorging. Onderstaande onderwerpen moeten in de presentatie naar voren komen:

* Voedingsgewoonten
* Gewoonten en taboes rondom geboorte, sterven, ziekte;
* Hoe wordt omgegaan met ouderen, belangrijke feestdagen, rol van man-vrouw in het gezin en maatschappij
* Hoe gaat men om met persoonlijke verzorging ? Wat betekent dit voor jou in de uitvoering van je beroep.

Maak een keuze uit de volgende culturen:

* Antilliaanse cultuur
* Turkse cultuur
* Marokkaanse cultuur
* Afrikaanse cultuur
* Hindoestaanse cultuur
* Joodse cultuur
* Molukse cultuur

Overleg vooraf met elkaar welke cultuur door welke subgroep gepresenteerd gaat worden. Hoe je de presentatie vorm geeft en uitvoert is aan jullie.

**4.Als het zelf niet meer lukt of toch wel?** (zelfredzaamheid, vrijwilligers, mantelzorg)

**4.1** Volg de e learning module over **zelfredzaamheid**

<http://free-learning.nl/modules/zelfredzaamheid/start.html>

Ga na afloop met elkaar in gesprek waarom het zo belangrijk is om de zelfredzaamheid te stimuleren?

**4.1.1** In de module over zelfredzaamheid gaat het ook over de privacy van de zorgvrager. Zoek op internet of in boeken op wat de regels zijn voor een verpleegkundige als het gaat om privacy van de zorgvrager. Maak hier twee dia's van in powerpoint of prezi en deel deze met de PIT docent via one drive.

**4.2 Vrijwilligers in de zorg**

Bekijk als inleiding het volgende filmpje

<http://www.zorgbetermetvrijwilligers.nl/zbv/Film-Toekomst-vrijwilligerswerk-in-de-zorg.html>

### **4.2.1**

Denk na over jouw leven en over wie jij zou kunnen en willen helpen. Schrijf in je logboek de antwoorden op de volgende vragen:

Wat doe jij vrijwillig voor anderen?

Wat zou je kunnen doen? Wat zou je willen doen? En wat niet?

Wat zorgt ervoor dat je het ene wel en het andere niet wilt doen om te helpen?

Wat vind je van helpen? Wat is er leuk en stom aan?

### **4.2.2**

Deel jouw antwoorden in je groep. Vertel elkaar: wat zorgt er bij jou voor dat je sommige vrijwillige dingen wel leuk vindt en sommige niet

Bespreek wat er bij komt kijken als je vrijwillig voor iemand uit je omgeving zorgt. Wat maakt dat je dat wel of niet doet/wilt? Respecteer elkaars mening: het is oké als jij graag helpt, het is ook oké als jij niet wilt helpen.

**4.3 Mantelzorg**

Bekijk als inleiding het volgende filmpje met als titel *studerend mantelzorger* :

<https://www.youtube.com/watch?v=jrXcYl3kor4>

### **4.3.1**

Ga na wie in jouw familie of netwerk zorgt voor een ander. Denk bijvoorbeeld aan je ouders die zorgen voor je opa of oma, aan je tante die zorgt voor je neefje of nichtje, aan je vriendin die helpt bij de zorg voor haar broer of aan je buurman die zorgt voor zijn vrouw. Kies één situatie uit voor deze opdracht. Als het kan zoek dan een mooie foto bij je casus. Hierdoor gaat je verhaal echt leven voor jou en je klasgenoten. Verdiep je voorafgaand aan het gesprek dat je gaat voeren met deze mantelzorger in de termen draagkracht en draaglast.

### **4.3.2**

Plan een interview met de mantelzorger. Bedenk van te voren vragen. De volgende vragen kunnen je een beetje op weg helpen. Waarom is er zorg nodig? Wat doet de mantelzorger?

Zijn er nog andere mensen die helpen? (professionals, buren, vrijwilligers). Hoe zit het met de draagkracht/draaglast van deze mantelzorger?

**4.3.3 Will, skill, thrill en bill**

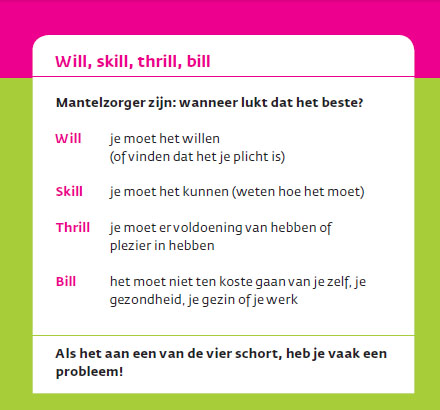
Beschrijf de situatie van de mantelzorger daarna aan de hand van vier termen: will, skill, thrill en bill (zie afbeelding A voor uitleg). Geef kort antwoord op de vragen:

* **Will** (willen)  
  Wil de mantelzorger helpen? Of vindt hij dat het zijn plicht is?
* **Skill** (kunnen)  
  Weet de mantelzorger hoe hij moet zorgen, kan hij het?
* **Thrill** (er plezier in hebben)  
  Heeft de mantelzorger plezier in het helpen, heeft hij er voldoening van?
* **Bill** (ten koste gaan van)  
  Gaat het zorgen ten koste van iets bij deze mantelzorger? Bijvoorbeeld ten koste van zichzelf, zijn gezondheid, gezin of werk?

### **Bespreek met elkaar**

Deel in de groep wat je hebt opgeschreven en hebt ontdekt over je ouders, neefje of buurman die mantelzorg verlenen.

Afbeelding A



**Bijlage 1 behorend bij opdracht 2.4**

Vul onderstaand schema zo volledig mogelijk in:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Verzorgen in bed | Verzorgen aan de wastafel | Verzorgen onder de douche |
| Benodigde zelfstandigheid zorgvrager |  |  |  |
| Benodigde materialen |  |  |  |
| Benodigde tijdsinvestering |  |  |  |
| Privacy |  |  |  |
| Beperking van de methode |  |  |  |
| Mogelijkheden van de methode |  |  |  |

**Bijlage 3**

**Wat neem ik mee?**

(persoonlijke reflectie na afloop van een sprint)

Wat is het belangrijkste dat jij over dit onderwerp hebt geleerd? Verwerk dit in een creatieve boodschap, met je klasgenoten of alleen. Hieronder vind je ter inspiratie een aantal ideeën.

**Songtekst of rap**

Schrijf een songtekst of rap over het onderwerp. Het is vaak handig om hierbij een eenvoudig melodietje in gedachten te nemen, zoals een kinderliedje of een Sinterklaas- of Kerstliedje.

**Elfje**

Schrijf een elfje, een gedicht van elf woorden verdeeld over vijf zinnen:

één woord

twee woorden

drie woorden

vier woorden

één woord

**Advertentie**

Maak een personeelsadvertentie waaraan je zelf voldoet of wilt voldoen. Wat zijn de eisen als het gaat om je competenties en eigenschappen?

**Quiz**

Maak een quiz met meerkeuzevragen. Hang drie kaarten in het lokaal op waarop de letters A, B en C staan. Vraag je klasgenoten per vraag bij het antwoord van hun keuze te gaan staan.

**Rebus**

Vat de belangrijkste informatie samen in één zin. Maak van deze zin een rebus en teken deze op een flap of op het bord. Laat je klasgenoten de rebus oplossen.

**Blunder**

Denk na over wat je wel eens verkeerd hebt gedaan als het gaat om dit onderwerp. Wat was jouw grootste blunder? Bedenk hoe je deze blunder in een scène kunt uitspelen. Bedenk daarna een nieuwe scène waarin je laat zien hoe je het nu zou doen, met de kennis die je nu hebt. Presenteer beide scènes aan je klasgenoten.

**Fotobijschrift**

Zoek een foto die past bij het onderwerp en formuleer er een passende titel bij. Presenteer deze aan je klasgenoten.

**Award**

Stel dat je iemand een prijs mag geven naar aanleiding van dit onderwerp. Welke prijs zou dat zijn en waarom? Knutsel bij de prijs een bijbehorende award. Bedenk wie deze prijs als eerste gaat winnen. Presenteer het resultaat aan je klasgenoten.