**Module 07: Geriatrie en dementie**

Groepsopdracht: Veranderingen als je ouder wordt

Ga in groepjes van 3 of 4 personen bij elkaar zitten en maak/bespreek de volgende opdrachten:

* Wat zijn de eerste dingen die in je op komen als jij denkt aan een oudere?
* Elk mens wordt ouder, maar ervaart dit anders. De manier waarop mensen dit ervaren is afhankelijk van verschillende factoren zoals; levensloop, levensfase en levensperspectief.
* Tijdens de levensloop van de mens vinden belangrijke levensgebeurtenissen plaats, noem hier enkele van die van invloed zijn geweest op jouw leven.
* Het levensperspectief geeft je plannen aan voor de toekomt, wat bij ouderen kan worden beïnvloedt door veroudering, levensloop en geschiedenis, sociale netwerk en het zelfbeeld. Wat is jouw levensperspectief? Hebben zorgvragers op jouw afdeling nog levensperspectief?
* De veranderingen die een oudere meemaakt, kunnen verlieservaringen zijn. Kun je enkele voorbeelden noemen van verlieservaringen?
* Ouder worden gaat gepaard met lichamelijke veranderingen, psychische veranderingen en sociale veranderingen.
* Wat zijn veel voorkomende lichamelijke veranderingen bij ouderen in het algemeen, wat zie je aan een oudere?
* Welke dingen kunnen van invloed zijn op het psychisch welbevinden van ouderen?
* Hoe ziet het sociale netwerk en het sociale leven van de zorgvragers op jouw afdeling eruit?
* De 5 reuzen van de geriatrie:
1. Gestoorde mobiliteit
2. Gestoorde stabiliteit
3. Incontinentie
4. Cognitieve gebreken
5. Gestoorde communicatie
* Noem bij elk van deze 5 gezondheidsproblemen welke psychische gevolgen dit kan hebben voor de zorgvragers, zie je hier iets van op jouw afdeling?