|  |
| --- |
| Sprint 2 Gezondheidsbeleving, voeding , slaap- en waakritme en gegevens verzamelen  3 weken |
| Product Backlog  | Sprint Backlog  | To Do  |
| Sprint 1Persoonlijke basiszorg | **Oriënteren:****“Wanneer ben je gezond?”****Verkenningsopdracht:** | Individueel:* Schrijf op wat jij verstaat onder gezond zijn.
* Vind jij jezelf gezond? Benoem waarom wel en waarom niet.
* Ga op zoek naar wat volgens de Wereldgezondheidsorganisatie de definitie is van gezondheid. Maak daarbij gebruik van de website van [the World Health Organisation (WHO)](https://www.who.int/)

Groep: * Kijk nog eens goed naar wat jij zelf verstaat onder gezond. Vergelijk dit met de definitie van gezondheid volgens de WHO. Bespreek dit in je groep.
* Maak met elkaar de volgende opdrachten uit:

**Werkboek persoonlijke basiszorg deel 1.*** + Thema 2: Hulp bieden bij de opname van voeding en vocht
* **1.4** Spijsvertering: Verwerkingsopdrachten
* **1.5** Voeding en gezondheid: Verwerkingsopdrachten
* **1.6** Verpleegkundige zorg bij voeding van de volwassene: Verwerkingsopdrachten
* **1.7** Voeding bij ziekte Verwerking Praktijksituatie “Meneer Meeuwse droogt uit” 🡪opdrachten

 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. |
| **Sprint 2****Gezondheidsbeleving en voeding** |
| Sprint 3Verpleegkundig proces en methodisch werkenSpel basiszorg |
| **Opdracht 1****“Hoe blijf je gezond?”** | Individueel:In voorgaande opdracht heb je de definitie van gezondheid opgezocht. Volgens de WHO wordt gezondheid bepaald door een aantal onderdelen:* Benoem per onderdeel wat jij doet om gezond te blijven en/of gezonder te worden.
* Benoem minimaal 5 items waardoor jouw gezondheid bedreigd wordt en beschrijf waarom.
* Benoem minimaal 3 items waardoor de gezondheid van de zorgvrager bedreigd kan worden en beschrijf waarom.

Log in met je Noorderpoort account via [deze](https://testjeleefstijl.boxed.nl/Account/login.aspx?ReturnUrl=%2f) link en test je eigen leefstijl. * Formuleer n.a.v. jouw uitslag een persoonlijk gezondheidsdoel waar je de komende 10 weken aan wilt werken.
* Formuleer een aantal acties die je gaat ondernemen om het gezondheidsdoel te behalen.

Groep: * Bespreek je persoonlijke gezondheidsdoel en je acties in de groep. Geef elkaar tips over mogelijke andere acties die er voor zorgen dat het gezondheidsdoel binnen de gestelde tijd behaald kan worden.

Individueel:* Noteer je persoonlijke gezondheidsdoel en de acties.

 |
| **Opdracht 2****“Interview iemand over gezondheidsbeleving”** | Groep:Door middel van het interview met iemand ontstaat er een volledig beeld van de geïnterviewde over hoe hij of zij de eigen gezondheid beleeft. * Bedenk 10 vragen voor dit interview.Eisen interview: - Alle onderdelen van de definitie van gezondheid volgens de WHO komen terug in de vragen.

- Wat doet de geïnterviewde er (wel of niet aan) om gezond te zijn en te blijven. * Laat de vragen aan de docent zien ter goedkeuring.
* Bedenk wie jullie gaan interviewen en maak op tijd een afspraak.
* Neem het interview gezamenlijk af en werk deze uit op de manier zoals jullie als groep hebben afgesproken.
 |
| **Opdracht 3****“Oriëntatie voeding”****“Presentatie casus voeding en gezondheid”** | Individueel: * Lees theorieboek Persoonlijke basiszorg 1, thema 2 hoofdstuk 5.
* Lees [deze](https://www.voedingscentrum.nl/nl/gezond-eten-met-de-schijf-van-vijf.aspx) pagina’s op de website van het Voedingscentrum.
* Onderzoek de relatie tussen voeding en gezondheid beschrijf deze. Gebruik daarbij de theorie.
* Beschrijf je eigen voedingspatroon en

gewoonten aan de hand van de theorie. Groep: * Bespreek in je groep je eigen voedingspatroon en -gewoonten. Hierbij kun je denken aan: wat zijn verschillen/overeenkomsten? Op welke manier zie je de schijf van 5 terug in de verschillende voedingspatronen? Wat is gezond en wat is minder gezond?
* Kies 2 casussen uit die jullie gaan uitwerken en presenteren. Je kan kiezen uit de volgende Casussen:

- [Meneer Meeuwse](https://mijn.schooltas.net/book#3c14fa14-0361-43bd-a227-cf6654badc6c)  - [Meneer Vos](https://npcg.sharepoint.com/%3Aw%3A/r/sites/np-vpgewkd2016/_layouts/15/Doc.aspx?sourcedoc=%7BA236BA7F-FDF8-4647-8AA3-17F931B8484F%7D&file=PIT%201%20Sprint%202%20Casus%20mevrouw%20den%20Akker.docx&action=default&mobileredirect=true) - [Meneer Klinker](https://npcg.sharepoint.com/%3Aw%3A/r/sites/np-vpgewkd2016/_layouts/15/Doc.aspx?sourcedoc=%7BC9AD8252-0BB7-4195-904F-F42E5E54F994%7D&file=PIT%201%20Sprint%202%20Casus%20meneer%20Klinker%20.docx&action=default&mobileredirect=true)- [Mevrouw den Akker](https://npcg.sharepoint.com/%3Aw%3A/r/sites/np-vpgewkd2016/_layouts/15/Doc.aspx?sourcedoc=%7BA236BA7F-FDF8-4647-8AA3-17F931B8484F%7D&file=PIT%201%20Sprint%202%20Casus%20mevrouw%20den%20Akker.docx&action=default&mobileredirect=true) - [Marloes](https://npcg.sharepoint.com/%3Aw%3A/r/sites/np-vpgewkd2016/_layouts/15/Doc.aspx?sourcedoc=%7BEE36AAD6-6712-4F4D-9F3F-9667A76F072B%7D&file=PIT%201%20Sprint%202%20Casus%20Marloes.docx&action=default&mobileredirect=true)- [Oma van Marloes](https://npcg.sharepoint.com/%3Aw%3A/r/sites/np-vpgewkd2016/_layouts/15/Doc.aspx?sourcedoc=%7BCF729F2E-75B5-469F-8B6D-AB47D1C1BC89%7D&file=PIT%201%20Sprint%202%20Casus%20mevrouw%20van%20Deunen.docx&action=default&mobileredirect=true)* Lees samen de door jullie gekozen casussen.
* Werk 2 uitgekozen casussen uit. De uitwerking moet voldoen aan de Definition of Done (zie hieronder).
* Maak gebruik van het theorieboek Persoonlijke basiszorg 1, thema 2 hoofdstuk 7 en 8.
 |
|  |
|  | **Opdracht 4****“*Hoe slaapt Nederland?”*** | **Maak de volgende opdracht uit het boek:**Werkboek persoonlijke basiszorg deel 2.* + Thema 1: Vitale functies en slaap- en waakritme
	+ Themaopdracht 3 bladzijde 54
 |
|  | **Opdracht 5****“Verzamelen van gegevens, hoe doe je dat?** | **Maak de volgende opdracht uit het boek:**Werkboek Het Verpleegplan.* + Thema 2: Gegevens verzamelen
	+ Themaopdracht 1 en 2 bladzijde 65
 |
| **Definition of Done sprint 2:*** Alle opdrachten zijn gezamenlijk uitgewerkt en besproken waarbij ieder groepslid een evenredig aandeel heeft gehad.
	+ **Verslag** met daarin de uitwerking van alle opdrachten. Het verslag voldoet aan de criteria van verslaglegging Nederlands.
* De opgedane kennis in de opdracht over gezondheidsbeleving is verwerkt in een **interview**
* Het interview is zorgvuldig voorbereid
* Alle groepsleden hebben een aantal vragen aangeleverd
* Het interview is minimaal door 3 personen afgenomen
* Een **Presentatie** van de gezondheidsbeleving van een zorgvrager (casus) inclusief een aangepast drie dagen menu voor diezelfde zorgvrager:
* Er is een typering van de zorgvrager aanwezig waarin benoemd wordt hoe de zorgvrager omgaat met zijn/haar ziekte, hierbij wordt een link gelegd naar de definitie van gezondheid van het WHO.
* Er is een uitwerking van het ziektebeeld van de zorgvrager uit de casus aan de hand van een rode loper, zie bijlag format rode loper
* Er is een drie-dagen menu uitgewerkt dat voldoet aan de Schijf van 5. Er wordt rekening gehouden met eventuele allergieën of bij het ziektebeeld horende dieet eisen.
* Er wordt rekening gehouden met risico op ondervoeding of overgewicht
* Er is een onderbouwing bij de gemaakt keuzes
* Een **folder** die gemaakt wordt bij opdracht 4 moet voldoen aan de volgende eisen:
* Het is een word bestand waarbij gebruik wordt gemaakt van het sjabloon: Brochure met 3 vouwen
* Er zitten geen taal- en spelfouten in
* Folder ziet er aantrekkelijk uit en heeft begrijpelijke taalgebruik
* Schrijf in eigen woorden
* Er zijn relevante afbeeldingen, grafieken of plaatjes toegepast
* Er worden adviezen gegeven die toepasbaar zijn
* Alle onderwerpen van de opdrachten zijn verwerkt
 |
|  |
| **Retro & Review:**Reflecteren op de samenwerking en eindproducten. |