**Innovatieopdracht periode 2: het schrijven van een artikel.**

Het onderwerp voor het artikel dat ik wil gaan schrijven gedurende de tweede periode is:  *Vermindering van eenzaamheid bij ouderen.*

Soort Artikel

Theoretische kennis / artikel.

Doelgroep artikel

De lezers van de site [www.thebe.nl](http://www.thebe.nl), de verpleegkundigen en verzorgenden die bij de cliënten thuis komen. Door het lezen van het artikel komen de verpleegkundigen en verzorgenden wat meer te weten over het verschijnsel eenzaamheid en hoe eenzaamheid bij ouderen verminderd kan worden, omdat het toch wel een probleem is wat veelvuldig voorkomt bij de ouderen die zelfstandig wonen. De verpleegkundigen en verzorgenden kunnen na het lezen van het artikel de cliënten informeren, instrueren en motiveren. Eventueel kunnen de verpleegkundigen en verzorgenden de ouderen doorverwijzen naar het artikel.

Concept titel:

Eerste titel: Eenzaamheid bij ouderen een veelvoorkomend probleem…

Tweede titel: ?

**Waarom heb gekozen voor dit onderwerp?**

Ik heb voor dit onderwerp gekozen, omdat ik in de praktijk erg veel ouderen tegen ben gekomen die eenzaam zijn en ook ouderen die een risicogroep vormen. Veel ouderen geven het zelf aan, maar er zijn ook ouderen aan wie ik het wel kan merken en die er indirect wel een opmerking over maken. Ik zie ook dat het veel ouderen ongelukkig maakt en dat het de kwaliteit van leven doet verminderen. Dat is wat de ouderen ook aangeven en daarom vind ik het belangrijk dat hier stil bij wordt gestaan. Ook tijdens de major hebben we lessen gehad omtrent eenzaamheid en toen sprak het onderwerp me ook al aan. Eenzaamheid komt te veel voor, dat blijkt ook wel uit de artikelen die te vinden zijn op internet en ik ben dan ook van mening dat eenzaamheid bij de ouderen verminderd moet en kan worden. Er moet op tijd actie worden ondernomen. Het is zoals ik al beschreven heb een actueel onderwerp. Op het nieuws en in artikelen die te vinden zijn op internet komt het onderwerp veel naar voren. Ook is er een speciale ‘’eenzaamheidsweek’’, in die week wordt er aandacht besteedt aan dat onderwerp.

**Wat is de relatie met het thema ‘Active Ageing’?**

De vraag die binnen de minor Active Ageing centraal staat is:

*Op welke geïntegreerde wijze kunnen we – interdisciplinair én vertrekkende vanuit de individuele behoeften van de ouder worden de mens in al zijn leefgebieden – er toe komen dat de ouder wordende mens zo lang mogelijk onafhankelijk en zelfstandig kan blijven met een goede kwaliteit van leven?*

Het onderwerp wat ik voor het artikel gekozen heb past binnen het thema Active Ageing. Ouderen worden geacht langer thuis te blijven wonen. Dat vanwege de bezuinigingen, intramurale zorg is veel duurder dan extramurale zorg. Het is ook zo dat de eenzaamheid toe *kan* nemen, wanneer men op den duur alleen over blijft, partner overlijdt. In een zorginstelling is men in het algemeen toch meer onder de mensen als dat men thuis is, men wordt daar toch meer gemotiveerd om mee te doen met activiteiten. Er zijn natuurlijk ook uitzonderingen, er zijn mensen die zelfstandig wonen, zonder partner en die geen eenzaamheidsgevoelens hebben en er zijn ook ouderen die zich in een zorginstelling wel eenzaam voelen. Maar er zijn zeker mensen bij wie dat wel een rol speelt. Men moet ook wat doen met de eenzaamheidsgevoelens die bij mensen die zelfstandig wonen een rol spelen. Ook kan ik me voorstellen dat eenzaamheid voor veel ouderen in verbinding staat met de kwaliteit van leven. Ouderen met eenzaamheidsgevoelens kunnen aangeven dat de kwaliteit van leven ook niet optimaal is. Bij Active Ageing draait het om de kwaliteit van leven en daarom is het belangrijk dat de eenzaamheid bij ouderen verminderd wordt.

**Wat is mijn plan van aanpak voor het schrijven van dit artikel?**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Week** | **Wat?** | **Hoe** |
| **Week 1** | Onderwerpskeuze | * Brainstormen voor een onderwerp. * Onderwerpskeuze uitwerken. * Onderwerpskeuze verzenden naar docent. |
| **Week 2** | * Goedkeuring onderwerp. * Literatuuronderzoek. * Opzet maken voor artikel. * Up-date op e-portfolio plaatsen. | * Gesprek met docent over de onderwerpskeuze. * Goedkeuring van onderwerp. * Zo nodig aanpassingen doen en titel bijwerken. * Literatuur zoeken (boeken, internet en databanken) * Globale opzet maken voor artikel en lay-out van artikel bepalen. * Update artikel plaatsen op e-portfolio. |
| **Week 3** | * Literatuuronderzoek. * Reflectie op proces. * Up-date op e-portfolio plaatsen. | * Literatuur zoeken (boeken, internet en databanken). * Literatuur doornemen (belangrijke elementen arceren, overbodige literatuur wissen). * Gesprek met docent over het proces. * Update artikel plaatsen op e-portfolio. |
| **Week 4** | * Literatuuronderzoek * Begin maken aan artikel. * Reflectie op proces. * Update op e-portfolio plaatsen. | * Literatuur doornemen (belangrijke elementen arceren, overbodige literatuur wissen). * Begin maken aan artikel / literatuur verwerken in artikel. * Gesprek met docent over het proces. * Update artikel plaatsen op e-portfolio. |
| **Week 5** | * Literatuur verwerken in artikel. * Reflectie op proces. * Update op e-portfolio plaatsen. | * Literatuur verwerken in artikel. * Gesprek met docent over het proces. * Update artikel plaatsen op e-portfolio. |
| **Week 6** | * Literatuur verwerken in artikel.   Samenvatting schrijven.   * Spellings- en taalcontrole. * Bronnenlijst maken. * Reflectie op proces. * Update op e-portfolio plaatsen. | * Literatuur verwerken in artikel.   Samenvatting schrijven.   * Artikel nalopen op spelling en taalfouten. * Literatuur verwerken in bronnenlijst via APA stijl. * Gesprek met docent over het proces. * Update artikel plaatsen op e-portfolio. |
| **Week 7** | * Artikel afronden en de laatste aanpassingen doen. * Inleveren artikel. * Artikel op e-portfolio plaatsen. | * Artikel afronden en de laatste aanpassingen doen. * Artikel op vrijdag 20 december 2013 digitaal inleveren. * Artikel op e-portfolio plaatsen. |

**Hoe en waar wil je dit artikel gaan plaatsen?**

Ik wil het artikel publiceren op de website van Thebe. Ik werk zelf een aantal keer per week bij de thuiszorgorganisatie Thebe. Ik kom in de praktijk veel ouderen tegen die een risicogroep vormen als het gaat om eenzaamheid en ook kom ik ouderen tegen die ook daadwerkelijk aangeven dat ze zich eenzaam voelen. Ik wil het artikel op de website van Thebe plaatsen zodat, het daar gelezen kan worden door de verpleegkundigen en verzorgende die zorg verlenen in de thuiszorg.

Het artikel moet goed leesbaar en begrijpelijk zijn.

**Onderdelen artikel**

Cijfers met betrekking tot het voorkomen van eenzaamheid. (inleiding)

Wat is eenzaamheid?

Risicofactoren /risicogroepen.

De eenzaamheidsschaal.

De aanpak van eenzaamheid / eenzaamheidsinterventies.

Conclusie