

Edu4all



Keuzevak Wonen en huishouden

Werken aan zelfredzaamheid in huis

Serienummer:

Licentie:

Voor het activeren van de licentie kijk op pagina 5 van dit werkboek.

Te activeren tot:

COLOFON

Uitgeverij: Edu'Actief b.v.
0522-235235
info@edu-actief.nl
www.edu-actief.nl

Auteur(s): Monique Duyvestijn
Ontwikkelgroep: Nicolette Di Giulio, Monique Duyvestijn, Ingrid Koops en Marjel Lecluse-Dielen
Inhoudelijke redactie: Ingrid Koops
Foto's: Omslag: Erik Karst Fotografie
www.pixton.com

Titel: Werken aan zelfredzaamheid in huis
ISBN: 978 90 3723 974 4

Eerste druk/eerste oplage
© Edu'Actief b.v. 2016
(Monique Duyvestijn 2016 – 2016)

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van reprografische verveelvoudigingen uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16h Auteurswet dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan de Stichting Reprorecht (www.reprorecht.nl). Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in compilatiewerken op grond van artikel 16 Auteurswet kan men zich wenden tot de Stichting PRO (www.stichting-pro.nl).

De uitgever heeft ernaar gestreefd de auteursrechten te regelen volgens de wettelijke bepalingen. Degenen die desondanks menen zekere rechten te kunnen doen gelden, kunnen zich alsnog tot de uitgever wenden.

Door het gebruik van deze uitgave verklaart u kennis te hebben genomen van en akkoord te gaan met de specifieke productvoorwaarden en algemene voorwaarden van Edu'Actief, te vinden op www.edu-actief.nl.

Inhoud

WERKEN MET EDU4ALL	5
Deel A Werken aan zelfredzaamheid bij een gezin	7
Oriënteren	7
Taak 1 Kennismaken met zelfredzaamheid in gezinnen	7
Taak 2 De leerdoelen bij Deel A	9
Taak 3 Taken plannen	10
Aan de slag	11
Taak 4 Schoonmaakmiddelen en -materialen gebruiken en veilig opbergen	12
Taak 5 Gezonde hapjes maken	15
Taak 6 Keuken schoonmaken	17
Taak 7 Een fietsband plakken	20
Taak 8 De was verzorgen	21
Taak 9 De slaapkamer opruimen en schoonmaken	23
Taak 10 Caviahok schoonmaken en rapporteren	25
Evaluëren & Reflecteren	27
Taak 11 Terugkijken en verder kijken	27
Taak 12 Voorbereiden op de toets	30
Deel B Werken aan zelfredzaamheid bij ouderen	31
Oriënteren	31
Taak 1 Kennismaken met zelfredzaamheid bij ouderen	31
Taak 2 De leerdoelen bij Deel B	32
Taak 3 Taken plannen	34
Aan de slag	35
Taak 4 Met mevrouw Brouwer een werkplan voor het schoonmaken maken	35
Taak 5 Veiligheid in huis verbeteren	39
Taak 6 Zorgen voor een goede sfeer in huis	41
Taak 7 De ramen zemen en meubels onderhouden	44
Taak 8 Economisch bewust inkopen	48
Taak 9 Een gezonde maaltijd bereiden	51
Taak 10 Een handwas doen en rapporteren	55
Evaluëren & Reflecteren	57
Taak 11 Terugkijken en verder kijken	57
Taak 12 Voorbereiden op de toets	60
Deel C Werken aan zelfredzaamheid bij mensen met een beperking	61
Oriënteren	61
Taak 1 Kennismaken met zelfredzaamheid bij mensen met een beperking	61
Taak 2 De leerdoelen bij Deel C	63
Taak 3 Taken plannen	64

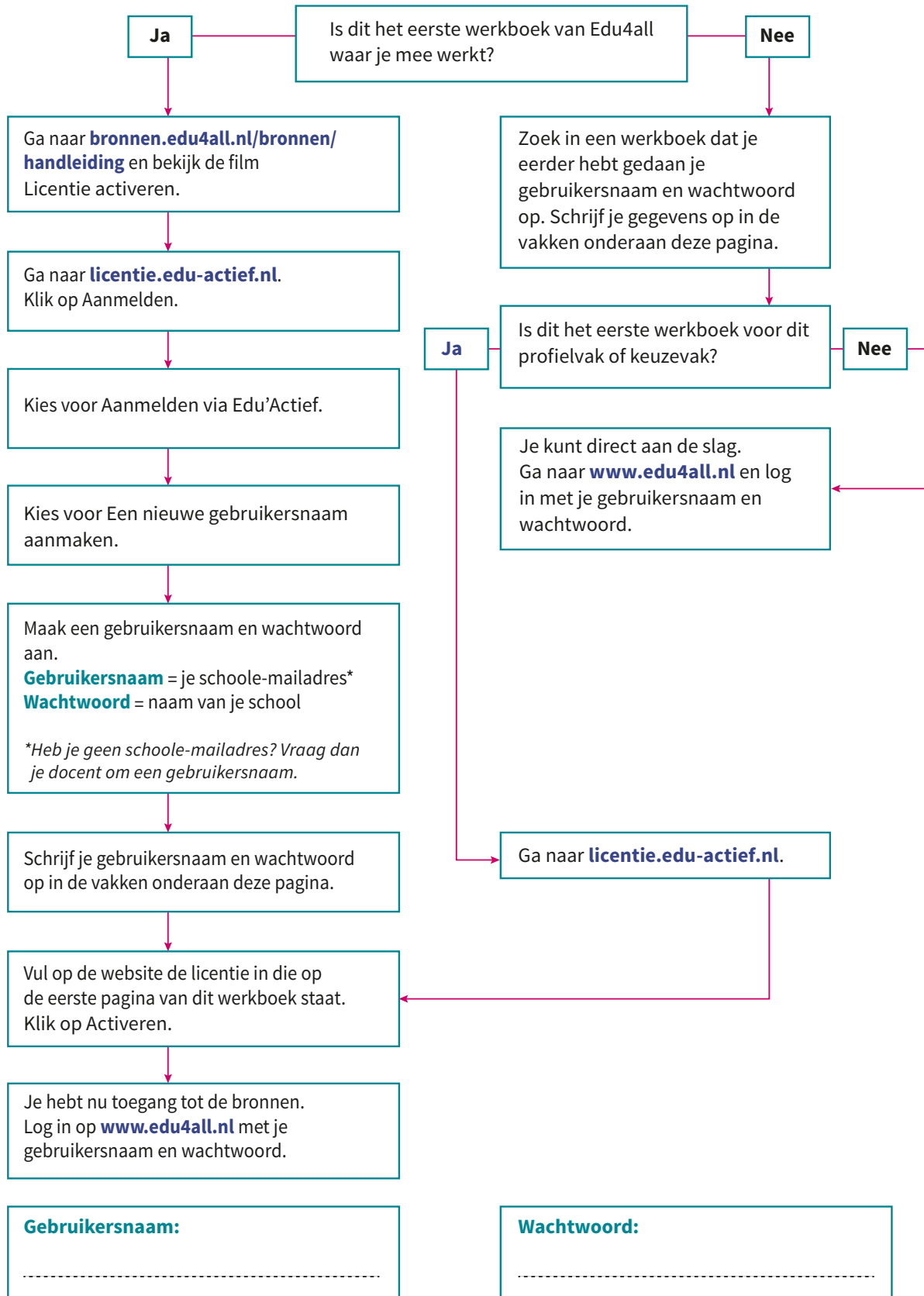
Aan de slag	65
Taak 4 Zelfredzaamheid bevorderen met domotica en een rolstoel schoonmaken	65
Taak 5 Een feestje voorbereiden en een toetsenbord schoonmaken	69
Taak 6 Koken voor de burea	70
Taak 7 Huisdieren verzorgen	73
Taak 8 Keukenapparaten schoonmaken en bewaaradvies geven	76
Taak 9 De was verzorgen, schoenen onderhouden en rapporteren	79
Evalueren & Reflecteren	82
Taak 10 Terugkijken en verder kijken	82
Taak 11 Voorbereiden op de toets	85
Deel D Een grote opruim- en schoonmaakklus organiseren en uitvoeren	86
Oriënteren	86
Taak 1 Kennismaken met een grote schoonmaakklus	86
Taak 2 De leerdoelen bij Deel D	88
Taak 3 Taken plannen	89
Aan de slag	90
Taak 4 Een schoolplein of ruimte opruimen en schoonmaken	90
Evalueren & Reflecteren	93
Taak 5 Terugkijken en verder kijken	93
Taak 6 Voorbereiden op de toets	96



Werken met Edu4all

REGISTREREN, AANMELDEN EN LICENTIE ACTIVEREN

Je gaat aan de slag met Edu4all. Volg volgend schema om te kijken wat je moet doen.



BRONNEN

In dit werkboek staan opdrachten. Om deze opdrachten te maken, heb je soms bronnen nodig, zoals tekstbronnen, films, websites en de Theek-iT.

Wanneer je een bron gaat gebruiken, staat er een pictogram in je werkboek: 

Achter het pictogram staat in paarse, dikgedrukte tekst welke bron je nodig hebt. Bijvoorbeeld:

 Lees **Tekstbron 1.2 Persoonlijke verzorging**. Maak daarna opdracht 13 tot en met 16.


 Bekijk de **Film Werken in de thuiszorg bij ouderen**. Maak daarna opdracht 1.

Bij het eerste voorbeeld ga je een tekstbron lezen. Bij het tweede voorbeeld ga je een film bekijken.


Deze bronnen vind je op www.edu4all.nl.

Op bronnen.edu4all.nl/bronnen/handleiding wordt uitgelegd hoe je werkt met de bronnen op de website.

OVERLEG MET JE DOCENT

Soms is het nodig om te overleggen met je docent. Je ziet dan dit pictogram in je werkboek: 

Achter het pictogram staat waarover je met je docent gaat overleggen. Bijvoorbeeld:

-  **61.** In Taak 3 heb je een planning ingevuld. Bekijk deze.
- Kijk in kolom 5. Taak 12 tot en met 14 ga je nog maken. Zijn alle andere taken af? Zo nee, overleg met je docent welke taken je nog moet doen.

We wensen je veel succes en plezier met het maken van de opdrachten!

Team Edu4all

Oriënteren

Taak 1 Kennismaken met zelfredzaamheid in gezinnen

BRON

Lees de **Website zelfredzaamheid**.

En bekijk de **Film Zelfredzaam**.

Maak daarna opdracht 1.

1. Van baby tot volwassene neemt de zelfredzaamheid toe.
 - a. Wat betekent zelfredzaamheid?

- b. Geef voor elke leeftijdsfase een voorbeeld van zelfredzaamheid in kolom 2 van het schema hierna. Zet in kolom 3 een voorbeeld van wat de persoon nog niet zelf kan of niet meer kan.

1. Leeftijdsfase	2. Zelfredzaamheid	3. Wat kan de persoon niet?
Baby	iets pakken, de borst zoeken en drinken	
Peuter		
Schoolkind		
Puber		
Volwassene met een gebroken been		
Dementerende oudere		

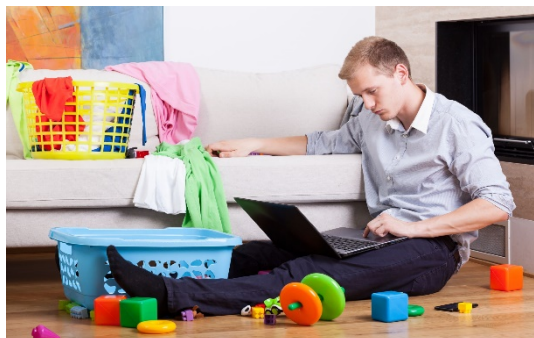
- c. Is de meneer in het filmpje zelfredzaam?

- d. Wat leert de zorghulp deze meneer?

Deel A Werken aan zelfredzaamheid bij een gezin

e. Wat kan de zorg hulp doen om de zelfredzaamheid van meneer te stimuleren?

2. Bekijk de volgende plaatjes.



Plaatje 1.



Plaatje 2.

a. Op welk plaatje stimuleren de ouders zelfredzaamheid van de kinderen? _____

b. Waar zie je dat aan?

c. Stimuleren jouw ouders dat jij zelfredzaam bent? Leg je antwoord uit met voorbeelden.

d. Zet een X bij de werkzaamheden die je nu zelfredzaam doet.

- | | | |
|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> Aankleden | <input type="checkbox"/> Eten koken | <input type="checkbox"/> Boodschappen doen |
| <input type="checkbox"/> Kleren kopen | <input type="checkbox"/> Kleren in de wasmand doen | <input type="checkbox"/> Sporttas in- en uitpakken |
| <input type="checkbox"/> De was doen | <input type="checkbox"/> Strijken | <input type="checkbox"/> Kamer opruimen |
| <input type="checkbox"/> Fietsband plakken | <input type="checkbox"/> Huisdieren verzorgen | <input type="checkbox"/> Lunchpakket maken |
| <input type="checkbox"/> Schoenen poetsen of schoonmaken | | |
| <input type="checkbox"/> Genoeg verdienen voor kleren en uitgaan | | |

e. Markeer de taken waarin je dit jaar zelfredzaam wilt worden.

3. Heb je alle opdrachten van Taak 1 gemaakt? Kijk je antwoorden na als je dat met je docent hebt afgesproken.

Taak 2 De leerdoelen bij Deel A

Als je in de gezinszorg aan de slag gaat, moet je:

1. gezinsleden kunnen stimuleren om zelfredzaam te zijn:
 - door pubers te leren een leuke band te plakken
 - door kinderen zelf hun dieren te laten verzorgen
 - door kinderen zelf hun kamer te laten opruimen
 2. gezonde hapjes kunnen bereiden
 3. kunnen schoonmaken met de juiste middelen en materialen
 4. de was kunnen doen
 5. kunnen rapporteren over jouw werkzaamheden.
4. Kijk naar de plaatjes hierna.



Welke werkzaamheden zie je waarin de jongeren zelfredzaam (kunnen) zijn?

5. Werk in tweetallen.

a. Wat zijn de voordelen van zelfredzaam zijn?

b. Zijn er ook nadelen van zelfredzaam zijn? Zo ja, welke?

6. Zelf koken is een belangrijke vorm van zelfredzaamheid.

a. Welke maaltijden of hapjes heb je weleens zelf bereid?

b. Welke maaltijden of hapjes die je zelf hebt gemaakt, zijn gezond? Leg uit waarom.

Deel A Werken aan zelfredzaamheid bij een gezin


7. In opdracht 2d heb je voor een aantal werkzaamheden ingevuld dat je zelfredzaam bent. Kies er twee uit en leg uit wat je kunt en hoe je het geleerd hebt. Kijk naar het voorbeeld en vul dit aan met jouw eigen ervaring.

Ik kan	Wat kun je precies?	Hoe geleerd?
De was doen	Ik sorteer de was en zet de wasmachine aan met bonte was.	Op school met stappenplan

8. Heb je alle opdrachten van Taak 2 gemaakt? Kijk je antwoorden na als je dat met je docent hebt afgesproken.

Taak 3 Taken plannen

In deze taak ga je de taken van dit deel inplannen.

9. Bekijk Taak 4 tot en met 12. En bekijk het schema hierna.
- Maak een planning voor de taken die je gaat doen. Zet de datum en het lesuur in kolom 4.
 - Zoek in de taken naar de opdrachten met . Bij welke opdrachten is overleg met je docent of controle door je docent nodig?

 - Overleg met je docent:
 - op welke momenten jij de antwoorden van de gemaakte opdrachten gaat nakijken
 - op welke momenten je docent jouw werk zal beoordelen.
 - Heb je een taak af? Zet een ✓ in kolom 5. Zet een – als je een taak niet kon doen. Als je Taak 1, 2 en 3 gedaan hebt, kun je deze nu afvinken.