

# Edu4all



Praktische profieloriëntatie Zorg en Welzijn

## Kennismaken met Zorg en Welzijn

**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): Yvonne Gerridzen  
Inhoudelijke redactie: Edu'Actief b.v.  
Bronvermelding: Beroepen in beeld.nl  
Illustraties: Shutterstock - Emilio100, Shutterstock- mstudy.

Titel: Kennismaken met Zorg en Welzijn  
ISBN: 978 90 3724 549 3

Eerste druk / eerste oplage  
© Edu'Actief b.v. 2018  
(Yvonne Gerridzen, 2017 - 2018)

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](http://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](http://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](http://www.edu-actief.nl).

## Inhoud

---

WERKEN MET EDU4ALL .....	5
<b>Deel A Mens en Gezondheid .....</b>	<b>7</b>
<b>Oriënteren .....</b>	<b>7</b>
Taak 1 Kennismaken met Mens en Gezondheid .....	7
Taak 2 Leerdoelen - Wat ga je leren? .....	8
Taak 3 Taken inplannen .....	9
<b>Aan de slag .....</b>	<b>11</b>
Taak 4 Help Gökhan in de keuken .....	11
Taak 5 Help Joey uit de stress in het restaurant .....	18
Taak 6 Help meneer Ridaouli en bak koekjes .....	23
Taak 7 Smoothies voor vitamines .....	27
<b>Evaluëren &amp; Reflecteren .....</b>	<b>32</b>
Taak 8 Hoe is het gegaan? .....	32
<b>Deel B Mens en Omgeving .....</b>	<b>33</b>
<b>Oriënteren .....</b>	<b>33</b>
Taak 1 Kennismaken met Mens en Omgeving .....	33
Taak 2 Leerdoelen - Wat ga je leren? .....	35
Taak 3 Taken plannen .....	36
<b>Aan de slag .....</b>	<b>37</b>
Taak 4 Gasten ontvangen aan de balie .....	37
Taak 5 Zelf interviewen en notities maken .....	43
Taak 6 Is jouw school klaar voor Kees? .....	50
Taak 7 Schoonmaken bij mensen die dat zelf niet kunnen .....	53
<b>Evaluëren &amp; Reflecteren .....</b>	<b>60</b>
Taak 8 Hoe is het gegaan? .....	60
<b>Deel C Mens en Activiteit .....</b>	<b>61</b>
<b>Oriënteren .....</b>	<b>61</b>
Taak 1 Kennismaken met Mens en Activiteit .....	61
Taak 2 Leerdoelen - Wat ga je leren? .....	63
Taak 3 Taken inplannen .....	64
<b>Aan de slag .....</b>	<b>65</b>
Taak 4 Zelf een knutselwerkje verzinnen .....	65
Taak 5 Zelf een traktatie maken .....	70
Taak 6 Zelf een uitnodiging maken voor een activiteit in het leefstijlcentrum .....	75
Taak 7 Zelf een memoryspel maken .....	80

<b>Evaluëren &amp; Reflecteren</b> .....	<b>87</b>
Taak 8 Hoe is het gegaan? .....	87
<b>Deel D Mens en Zorg</b> .....	<b>89</b>
<b>Oriënteren</b> .....	<b>89</b>
Taak 1 Kennismaken met Mens en Zorg .....	89
Taak 2 Leerdoelen - Wat ga je leren? .....	91
Taak 3 Taken plannen .....	92
<b>Aan de slag</b> .....	<b>93</b>
Taak 4 Help je buurvrouw in huis .....	93
Taak 5 Zelf EHBO toepassen .....	97
Taak 6 Ooit was jij ook een baby! .....	101
Taak 7 Verzorg iemands gezicht, handen of haar .....	105
<b>Evaluëren &amp; Reflecteren</b> .....	<b>107</b>
Taak 8 Hoe is het gegaan? .....	107




## Werken met Edu4all

---

### 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:  **BRON**


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. Op [www.edu-actief.nl/edu4all/hoewerkikmet](http://www.edu-actief.nl/edu4all/hoewerkikmet) 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.

### OPDRACHTEN VOOR KB EN GL

Doe jij de kaderberoepsgerichte of gemengde leerweg? Dan zitten er speciale opdrachten voor jou in het werkboek. Je herkent deze opdrachten aan de volgende pictogrammen:

 opdracht voor leerlingen van de kaderberoepsgerichte leerweg

 opdracht voor leerlingen van de gemengde leerweg.

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

Team Edu4all

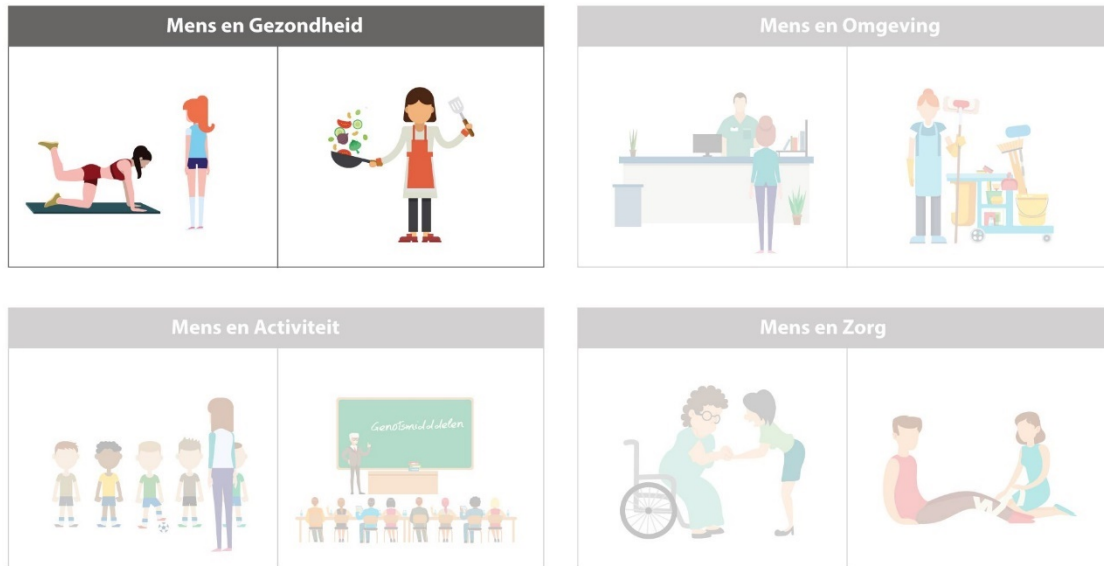
Gebruikersnaam

Wachtwoord

# Oriënteren

## Taak 1 Kennismaken met Mens en Gezondheid

Je gaat kennismaken met het profiel Zorg en Welzijn. Het profiel bestaat uit vier onderdelen. Bij elk onderdeel leer je andere dingen.



De komende lessen ga je bezig met het onderdeel Mens en Gezondheid.

1. Bekijk de afbeelding van het profiel. Wat doen de poppetjes die bij Mens en Gezondheid staan?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_

Bij Mens en Gezondheid leer je alles over een gezonde leefstijl. Je geeft mensen advies over gezond koken en eten. En je kijkt of mensen wel genoeg bewegen.



2. Wat weet jij van gezond eten en gezond bewegen?

a. Doe de quiz.

1. Als je iedere dag een verse maaltijd eet, ben je gezond bezig.

**Waar / Niet waar**

2. Zitten en filmpjes kijken is beter voor je gezondheid dan sporten.

**Waar / Niet waar**

3. Roken is niet gezond.

**Waar / Niet waar**

4. Als je kookt moet je eerst je handen wassen, dat is fris en hygiënisch.

**Waar / Niet waar**

5. Alcohol kun je zo veel drinken als je wilt.

**Waar / Niet waar**

6. Je kunt beter de trap nemen dan lift.

**Waar / Niet waar**

## Deel A Mens en Gezondheid

- b. Vraag aan je docent de antwoorden. Hoeveel keer had je het goede antwoord?
- Heel vaak: dan weet je al iets over hoe je gezond kunt eten en bewegen.
  - Niet zo vaak: de komende lessen ga jij ontdekken hoe het zit met eten en bewegen.

### 3. Bekijk de afbeeldingen hierna.



Deze mensen willen eigenlijk wel gezonder leven. Geef ze allebei een tip.

Mijn tip aan het meisje op de bank is: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Mijn tip aan de jongen bij de bus is: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### 4. Vind je het leuk om na te denken over gezondheid, over wat je eet, over sport?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## Taak 2 Leerdoelen - Wat ga je leren?

---

Bij de module Mens en Gezondheid leer je:

1. wat gezonde voeding is
2. wat een gezonde leefstijl is
3. hoe je een gezond broodje maakt
4. hoe je eten moet serveren
5. hoe je anderen kunt helpen.



5. Jij weet vast al veel meer dan je denkt over gezond eten en bewegen. Van welke woorden heb je wel eens gehoord? Noteer ze of geef ze een kleurtje.


ingrediënten  
 beroepen **recept**  
 menukaart gasten indekken  
 zorg verlenen activiteiten  
**sfeer** menu gevarieerd eten  
 appartement voeding **nagerecht**  
 hygiëne zorgbehoefte apotheek  
 zelfstandig wonen smoothie **dieet**  
 recreatieruimte bereidingswijze  
 serveren vitamines

6. Kijk nog een keer naar de woorden. Zoek drie woorden op internet op waar je echt nog nooit van hebt gehoord en schrijf de betekenis op.

Woord	Dit woord betekent

### Taak 3 Taken inplannen

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

7. a. Bij de opdrachten die je gaat maken staat soms dit picto: 

Je moet dan iets overleggen met je docent. Je gaat bijvoorbeeld toestemming vragen voordat je verder mag met een opdracht. Maar de meeste opdrachten ga je zelfstandig maken. Ben jij gewend om zelfstandig te werken? Geef bij je antwoord voorbeelden van vakken waarbij je al zelfstandig hebt gewerkt.

---



---

## Deel A Mens en Gezondheid

- b. In je werkboeken staan ook opdrachten die je in twee-, drie- of viertallen gaat doen. Ben jij gewend om samen te werken? Geef bij je antwoord voorbeelden van vakken waarbij je al hebt samengewerkt.

---

---

- c. Denk je dat goed kunnen samenwerken belangrijk is als je een beroep wilt in de zorg of het welzijnswerk? Leg je antwoord uit.

---

---



8. Bij Zorg en Welzijn zijn er werkplekken op het leerplein of in de praktijkruimte. Deze werkplekken hebben vaak een eigen kleur.

- a. Hebben de werkplekken bij jou op school een eigen kleur? **Ja / Nee**  
b. Zo ja, welke kleuren zijn er?

1. \_\_\_\_\_  
2. \_\_\_\_\_  
3. \_\_\_\_\_  
4. \_\_\_\_\_  
5. \_\_\_\_\_  
6. \_\_\_\_\_



9. Bekijk de taken hierna.

- a. Overleg met je docent welke taken je gaat maken. Zet een kruisje in kolom 1.  
b. Bespreek met je docent hoelang je over de taak mag doen. Dit is de planning. Zet dat achter de taak in kolom 3.  
c. Houd per taak bij hoelang je over de taak doet. Zet de tijd in kolom 4.  
d. Doe je de taak op een werkplek met een bepaalde kleur? Kleur dan de taak in die kleur.

1. Ga ik doen	2. Taak	3. Planning in lesuren	4. Hoelang deed je erover?
	Taak 4 Help Gökhan in de keuken		
	Taak 5 Help Joey uit de stress in het restaurant		
	Taak 6 Help meneer Ridaoui en bak koekjes		
	Taak 7 Smoothies voor vitamines		
	Taak 8 Hoe is het gegaan?		

## Aan de slag

Tijd om naar het leerplein of de praktijkruimte te gaan. Door de taken uit te voeren, doe je ervaringen op. Een ervaring is iets wat je meemaakt. Je kunt iets van een ervaring vinden. Bijvoorbeeld: leuk, saai of spannend. Vraag jezelf steeds bij een taak af wat je voelt als je de taak doet.



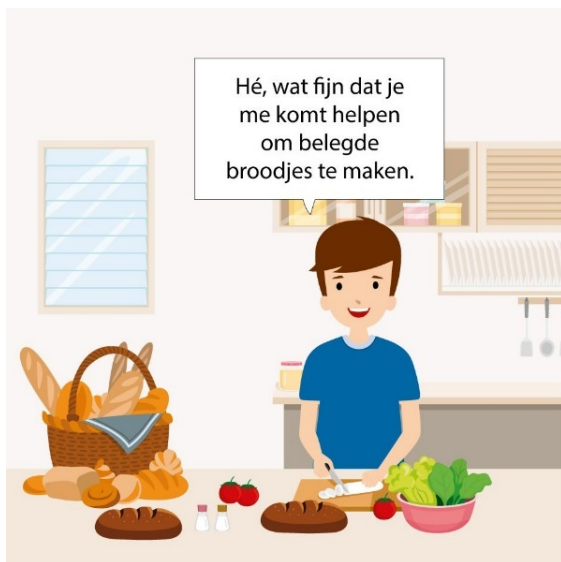
Elke taak begint met een verhaaltje. Dit verhaaltje geeft je een idee wat er binnen Zorg en Welzijn allemaal kan gebeuren.

### Taak 4 Help Gökhan in de keuken

Jouw oma is gevallen. Ze heeft toen haar heup gebroken. In het ziekenhuis is ze geopereerd. Ze blijft nu een tijdje in Zorghotel BredFed, omdat ze nog veel zorg nodig heeft. Jij zoekt haar daar vaak op. Je kent al mensen die werken in BredFed:

- Amir werkt op de receptie.
- Loes maakt schoon.
- Marcel verpleegt de gasten.
- Gökhan werkt in de keuken.

Gökhan heeft hulp nodig bij het maken van belegde broodjes. De gasten en bezoekers kunnen die eten tijdens de lunch. Jij gaat Gökhan helpen.



### VOORBEREIDEN

BRON

Bekijk de **Film Werken in een zorghotel**. Maak daarna opdracht 10 en 11.

**10.** Kruis de beroepen aan die je hebt gezien in het filmpje:

- telefonist
- receptionist
- vakkenvuller
- verzorger

- postbode
- fysiotherapeut
- schoonmaker
- klusjesman

**11.** Kruis aan wat gasten kunnen doen in een zorghotel:

- slapen
- fysiotherapie oefeningen
- rondvaarttocht maken
- tuinieren
- lekker eten

- ontbijt laten bezorgen
- een telefoon kopen
- skiën
- uitrusten

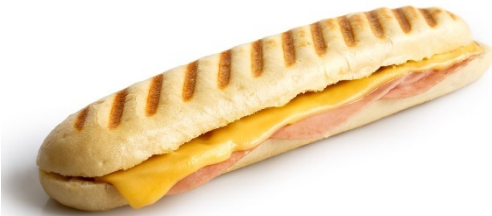
In een zorghotel werk je om gasten te verzorgen en te verwennen. Je kunt er verschillende beroepen doen. Bij alle beroepen ben je bezig met zorg verlenen en mensen verwennen.

Gökhan verwent de gasten met lekker eten. Tijdens de lunch maakt hij verschillende soorten broodjes.

In de keuken moet je netjes en veilig werken.

12. Bekijk de afbeeldingen.

a. Welke ingrediënten (ingrediënten = wat er in je eten zit) zie je op de belegde broodjes?

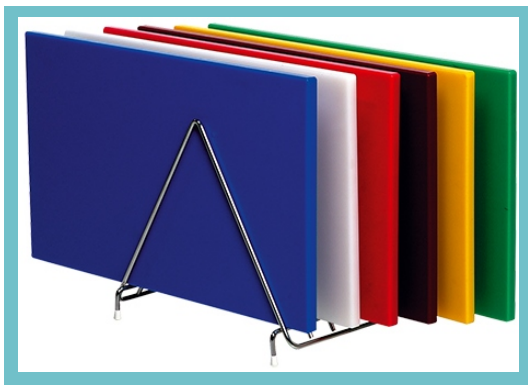


b. Welk broodje lijkt jou het lekkerst?



Lees **Tekstbron 2.4 Keukenmaterialen**. Maak daarna opdracht 13 tot en met 15.

13. Welke omschrijving hoort bij welke afbeelding? Trek een lijn naar het goede antwoord.



Voor het laten uitlekken van producten



Voor het (dun) schillen van producten, zoals aardappelen, komkommer en appels



Als ondergrond voor het snijden van producten

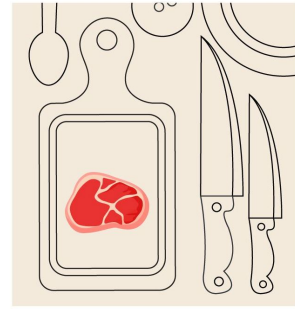
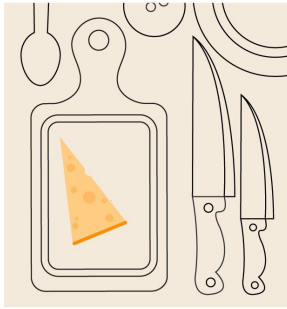


Voor het pureren van bijvoorbeeld soepen of het gladmaken van sauzen



Voor het snijden van producten

14. In de keuken gebruik je verschillende kleuren snijplanken. Bekijk de snijplanken. Welke kleur moet de snijplank hebben? Je mag de snijplank inkleuren of de kleur eronder zetten.



15. Bekijk de afbeeldingen hierna.



Fernando.



Jessie.



Steven.

Fernando, Jessie en Steven zijn op bezoek in het zorghotel. Ze willen een vers belegd broodje kopen. Jij mag hen verrassen. Welk broodje kies je voor hen?

Dit weet je:

- Fernando houdt van vlees, veel smaak en pittig.
- Jessie kiest meestal een broodje gezond.
- Steven maakt het allemaal niet zo veel uit, als het maar lekker veel is.