



Examen VSBO TKL 2019

tijdvak 1
dinsdag 7 mei
07.30 - 10.00 uur

Zorg en Welzijn Intrasectoraal CSE

Naam kandidaat _____ Kandidaatnummer _____

Noteer alle antwoorden in dit opgavenboekje.

Dit examen bestaat uit 46 vragen.
Voor dit examen zijn maximaal 72 punten te behalen.
Voor elk vraagnummer staat hoeveel punten met een goed antwoord behaald kunnen worden.

Meerkeuzevragen

- Omcirkel het goede antwoord (voorbeeld 1).
- Geef verbeteringen aan volgens voorbeeld 2 of 3.

- (1) A (2) A (3) A
 ⓑ ~~ⓐ~~ ~~ⓐ~~
 C ⓐ B ~~ⓐ~~
 D C ~~ⓐ~~
 D D

Mantelzorgwoning: bij je zoon in de tuin!



Aan de rand van de stad staat een mooi oud huis met een flinke tuin. Hier woont Hector Filomen jr. samen met zijn vrouw en hun kinderen. Vader Hector sr. bewoont een mantelzorgwoning in de tuin. “Ik zou het iedereen aanraden”, zeggen zowel vader als zoon. “Het is geweldig dat dit kan.”

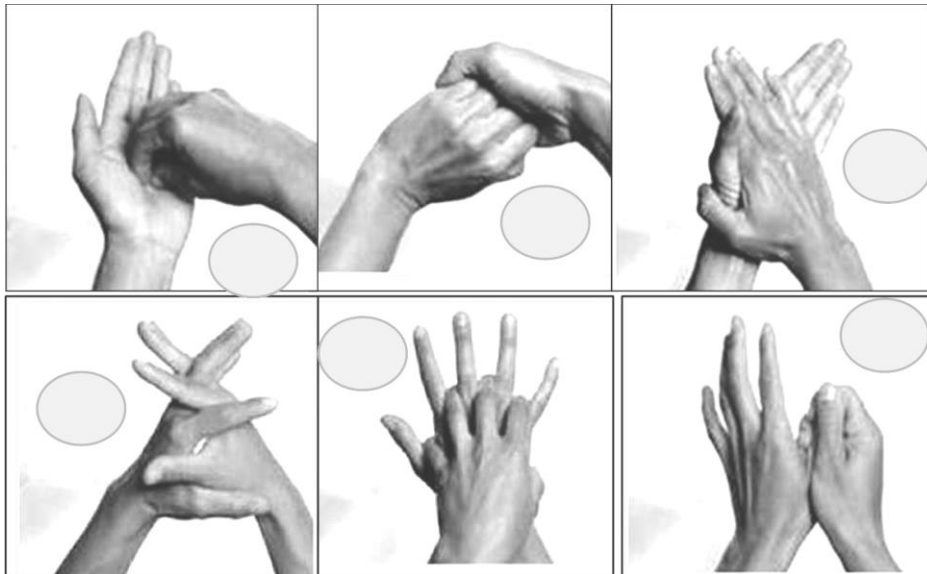
- 1p 1 Hector jr. werkt als hoofd facilitaire dienst (FD) in de sector Zorg en Welzijn.
→ Noem één werkveld in de zorg waar Hector kan werken als hoofd FD.

.....

- 1p 2 Hector jr. heeft een HBO-diploma ‘Facility management’ behaald in 1998.
→ Op welk kwalificatieniveau is een HBO-opleiding?

.....

- 3p **3** Om de kans op het binnenkrijgen van ziektekiemen zoveel mogelijk te verkleinen, is het nodig de handen gedurende de dag regelmatig goed te wassen.
 → Wat is de juiste volgorde bij handen wassen?
 Noteer de cijfers 1 t/m 6 in de grijze rondjes. Start met 1 voor wat eerst moet, enz.



- 1p **4** Lees de volgende bewering en schrijf erachter of het gaat om *efficiënt* werken of *effectief* werken.

Bewering:

Hector jr. werkt met veel plezier en toewijding. Er wordt veel resultaat behaald zonder dat daar erg veel inspanning in gaat zitten.

Het gaat in dit geval om:werken.

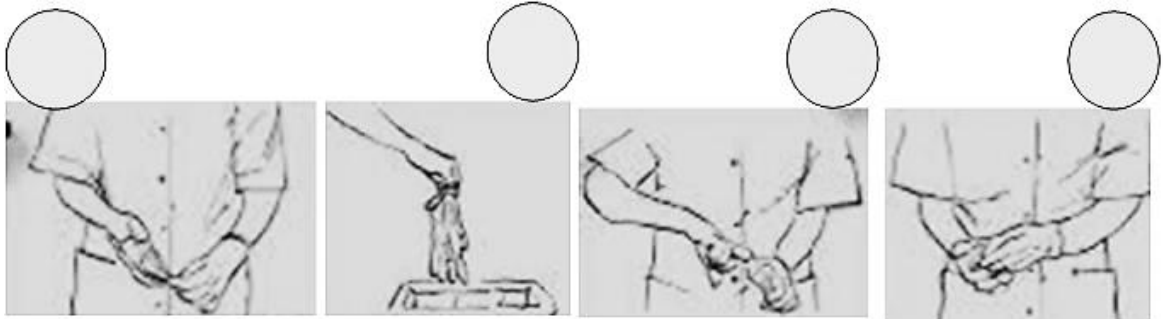


- 1p **5** Handen wassen is zowel thuis als in een zorginstelling belangrijk.
 → Noem nog twee aspecten van persoonlijke hygiëne.

1

2

- 2p 6 Handschoenen moeten op de juiste wijze uitgetrokken worden om contact met de besmette buitenkant te vermijden.
 → Wat is de juiste volgorde om handschoenen uit te trekken?
 Geef dit aan door de onderstaande plaatjes te nummeren van 1 tot en met 4. Start met 1 voor wat eerst moet, enz.



- 4p 7 Opa Hector is zeer gesteld op normen en waarden. Respect is nummer één voor hem. De kleinkinderen noemen hem plagend 'Mister Respect'.
 → Noteer achter elke hierna gegeven norm de waarde die erbij past:
 Kies steeds een andere term uit: beleefdheid, eerlijkheid, geduld, gelijkwaardigheid, liefde, betrouwbaarheid, vrijheid van meningsuiting.

Let op: Je houdt een term over!

Norm	Waarde
Als de bus aankomt, wacht je even tot de mensen uitgestapt zijn.	
Als iemand je helpt met iets, bedank je die persoon.	
Als je iets ergens van vindt, mag je dat gewoon zeggen.	
Als je zegt dat je iemand helpt, dan doe je dat ook.	
Wanneer je je moeder ziet, kus of knuffel je die.	
Wanneer je ziet dat iemand geld laat vallen, zeg je dat tegen die persoon.	

‘OUD is niet OUT’

‘Quality time’ met de kleinkinderen doorbrengen is voor Faustina heel belangrijk. Zaterdagochtend is gereserveerd voor de kleinkinderen. Zij komen met allerlei culturele en artistieke ideeën.



1



2



3



4

- 4p **8** Faye maakt plannen om met opa Hector drie weken creatief bezig te zijn.
→ Bekijk de vier afbeeldingen en noteer de creatieve activiteiten die ze samen gaan doen.

1

2

3

4

- 1p **9** Jerome, de jongste kleinzoon, probeert opa Hector ervan te overtuigen een ‘smart phone’ te kopen. Opa Hector denkt na en vraagt Jerome hem uit te leggen wat een ‘smart phone’ is.
→ Noem één App op een ‘smart phone’ die interessant is als opa Hector verbaal en non-verbaal wil communiceren.

.....

- 1p 10 Faye stuurt een App naar Jerome. "Heeft opa zijn 'smart-phone' gekocht?"
Jerome stuurt onderstaand icoontje als antwoord.
Wat betekent dit icoontje?
- A Ik weet het niet.
B Ik zal kijken.
C Ik zeg niets.



- 2p 11 Na het overlijden van zijn vrouw wilde opa Hector niet in het grote familiehuis blijven wonen. Hij is dan wel 80, maar niet hulpbehoevend. Hector jr. had in de achtertuin een appartement en bood opa Hector dit appartement aan als mantelzorgwoning. Voor beide mannen een geschikte oplossing.
→ Noem twee voordelen van een mantelzorgwoning voor een ouder.

1

2



- 1p 12 Het appartement is nu ingericht als mantelzorgwoning voor een oudere persoon. Zo is domotica toegepast in het appartement.
→ Leg uit wat domotica is en geef een voorbeeld.

.....

.....

.....

- 2p 13 Naast domotica toepassingen, is de mantelzorgwoning aangepast aan andere behoeften van opa Hector.
Drempels zijn verwijderd en het gehele appartement is gelijkvloers.
→ Geef nog twee aanpassingen die nu of later zeker nodig zullen zijn voor opa Hector.

1

2



- 2p 14 Hector jr. is een actieve fietser. Twee keer per week één uur fietsen behoort tot zijn activiteiten voor een zo gezond mogelijke levensstijl. Bekijk de informatie over de volgende twee drankjes en kies het **meest geschikte** voor Hector.

Informatie		
	Drankje A	Drankje B
Ingrediënten	45% vruchtensap Water Suiker Conserveringsmiddelen	55% vruchtensap Water Glucose Natuurlijke kleurstoffen
Verpakking	Glazen fles met schroefdop	Plastic fles met sportdop
Inhoud	450 ml	500 ml

- – Welk drankje past beter bij de gezonde levensstijl van Hector jr.?
– Geef één reden voor je keuze.

Drankje:

Reden:

.....
.....



Ondanks zijn hoge leeftijd rijdt opa Hector overdag met zijn auto. Korte afstanden, om vrienden te bezoeken. In het weekend laat opa iemand anders voor hem rijden.

In het verleden heeft opa Hector een aanrijding gehad met als gevolg een gebroken been.

- 2p 15 In de gezondheidszorg kennen we de termen: eerstelijnszorg, tweedelijnszorg, intramurale zorg en extramurale zorg.
→ Kruis achter de onderstaande zinnen over het auto-ongeluk van opa Hector aan om welke zorg het hier gaat.
Je mag elke term maar één keer gebruiken!

	Nuldelijn- zorg	Eerstelijns- zorg	Tweedelijns- zorg
De politie riep gelijk de hulp in van de ambulance die hem naar een huisartsenpost bracht.			
Opa Hector werd opgenomen voor verpleging in een ziekenhuis.			
Na ontslag uit het ziekenhuis werd opa Hector thuis verzorgd door zijn dochter.			



Om de vrijdag gaan vader en zoon op stap. De avond begint met een licht diner. Daarna gaan ze samen naar de bar waar lekker ouderwets 'rom chino' wordt gedronken. Er klinkt typisch Antilliaanse muziek. Na afloop rijdt de vrouw van Hector jr. de beide mannen naar huis.



- 2p 16 Hector jr. en zijn vader beginnen de avond met een visdiner.
 → Lees de hierna volgende ziektebeelden die veel met voedingsconsumptie te maken hebben.
 Schrijf achter elk voedingsadvies de letter van de bijbehorende ziekte.
 Een voorbeeld is al ingevuld.

Obesitas	Constipatie	Gebitsprobleem	Hart- en vaatziekte	Hoge bloeddruk
A	B	C	D	E

Voedingsadvies	Ziekte
Gebruik minder suiker.	
Gebruik minder vet.	
Gebruik meer vette vissoorten.	D
Gebruik minder zout.	
Gebruik meer volkoren graanproducten.	

- 1p 17 De vrouw van Hector jr. vraagt wat ze allemaal gedaan hebben.
De vader van Hector jr. geeft dit aan zoals op de afbeelding.



Welke specifieke vorm van communicatie is dit?

- A gebarentaal
B lichaamstaal
C vingerspelling
- 3p 18 Verschillende voedingsstoffen zitten in verschillende voedingsmiddelen en hebben verschillende functies in het lichaam.
Maak onderstaand schema compleet door op de stippellijnen een voedingsstof, voedingsmiddelen en functie ervan in te vullen.
Kijk goed naar de al ingevulde gegevens.
→ Vul in onderstaande tabel de juiste voedingsstof, een voedingsmiddel of de functie in het lichaam in.

Voedingsstof	Voorbeeld van een (1) voedingsmiddel	Functie in het lichaam
.....		Opbouw en herstel van spieren, botten, cellen, organen en bloed
Vitamine A		

Jerome zit in het vierde leerjaar en moet over enkele weken examen afleggen. De oudere zussen gaan hem helpen met zijn studie door de volgende vragen aan hem te stellen.

- 1p 19 Wat is juist?
SBO-leerlingen zitten in de
A adolescentiefase.
B schoolkindfase.
C puberteitsfase.

- 1p 20 Kenmerk: Zelfstandig zijn en verantwoordelijkheid kunnen dragen.
Bij welke van onderstaande levensfasen behoort bovenstaand kenmerk?
A adolescentie
B bejaarde
C puberteit
- 1p 21 Welke sociale media gebruiken veel *jongeren* om de modetrends te volgen?
A Facebook
B Instagram
C YouTube
- 1p 22 Waardoor wordt het gedrag van pubers het meest beïnvloed?
A door de maatschappij
B door leeftijdsgenoten
C door school
- 2p 23 Kruis in onderstaande tabel achter elke bewering aan of deze juist of onjuist is.

Bewering	Juist	Onjuist
Veel tieners vinden tatoeage 'cool'.		
Jongeren vinden het dragen van reclamekleding niks.		
Tieners vinden modekleding belangrijk.		

- 2p 24 Op het plaatje hieronder zijn een aantal make-up artikelen te zien.
→ Op welk plek van je gezicht worden deze artikelen gebruikt?
Vul in het schema bij elke zin het juiste nummer in.



Vul de juiste vaknummers in.

Artikelen uit vak nr. ... worden gebruikt op de gezichtshuid.

Artikelen uit vak nr. ... worden gebruikt op de lippen.

Artikelen uit vak nr. ... worden gebruikt op de ogen.

- 1p 25 Welk product beschermt de gezichtshuid tegen make-upproducten?
- A gezichtsdagcrème
 - B gezichtslotion
 - C gezichtsmoisturizer

- 2p 26 Bekijk het plaatje hiernaast.
→ Noteer het nummer van het kledingstuk dat door de kapper wordt gedragen en noteer een doel van dit kledingstuk.



Nummer:

Doel:

.....

- 3p 27 Een salon moet veilig en hygiënisch zijn. Nadat alle klanten weg zijn, loopt de stagiaire door de salon om alles goed te controleren. Zij heeft een lijstje gemaakt waarop ze alles in de rubrieken plaatst.
→ Plaats de nummers van onderstaande gegevens in de juiste rubriek.

- 1 Bij het schoonmaken mogen schoonmaakmiddelen niet met elkaar gemengd worden.
- 2 Instrumenten uitkoken.
- 3 Ramen en salonvloer schoonmaken.
- 4 Scharen en pincetten met de punt naar beneden bewaren.
- 5 Waarschuwbord bij natte vloer staat bij de deur om klanten te waarschuwen.
- 6 Werkschorten en linnengoed heet wassen.

Reinigen	Veiligheid	Steriliseren

- 1p 28 Welke instelling valt onder ouderenzorg?
- A AA-kliniek
 - B hospice
 - C verzorgingshuis

- 1p 29 Waar zijn de letters AWBZ een afkorting van?
- A Algemene Wet Bijzondere Zorgverzekering
 - B Algemene Wet Bijzondere Ziektekosten
 - C Algemene Wet Bijzondere Ziekenverzorging

- 1p 30 Noem twee **instanties** waar een helpende Welzijn kan werken.

1

2

- 1p 31 Welke uitspraak over de Helpende Zorg en Welzijn (HZW) is juist?
De HZW'er heeft
- A huishoudelijke, verzorgende en assisterende taken.
 - B informerende, regelende en huishoudelijke taken.
 - C verzorgende, organisatorische en begeleidende taken.

- 1p 32 Je krijgt als taak om de voeding voor de zorgvrager te verzorgen.
Welke groep voedingsstoffen herken je in dit plaatje?
- A koolhydraten
 - B suikers
 - C vetten



- 1p 33 Je moet de werkzaamheden voorbereiden.
→ Welke kleur snijplank wordt gebruikt om het vlees te snijden?

Om vlees te snijden wordt de kleur snijplank gebruikt.

- 1p **34** Noteer het nummer van het mes dat je moet gebruiken om het vlees te snijden.

Mes nummer wordt gebruikt om vlees te snijden.



- 3p **35** Het is tijd voor een lekkere traktatie.
Jerome gaat samen met zijn zussen deze traktatie maken.
Maar eerst maken ze een werkplan.
→ Maak een werkplan om de traktatie hiernaast klaar te maken. Alle fruit is al in huis aanwezig.

Werkplan:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....

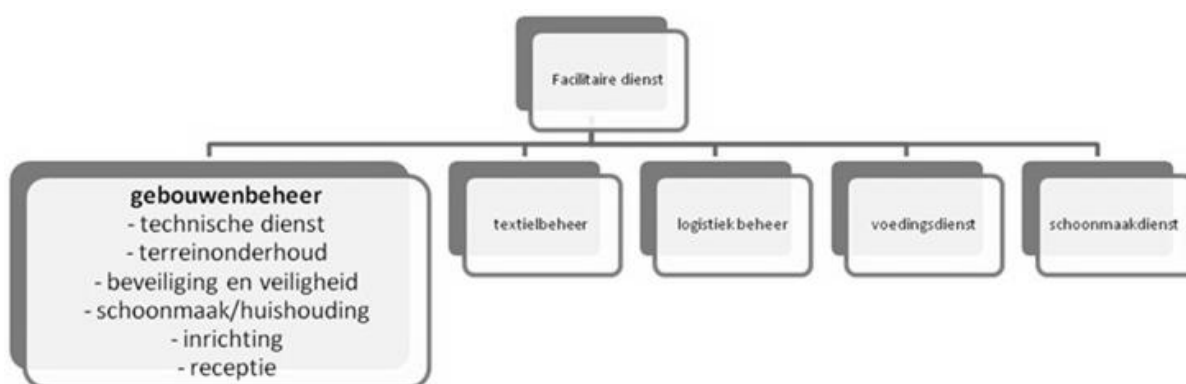
.....

- 1p 36 Het geheel ziet er kleurrijk uit.
→ Welke **secundaire** kleuren van de kleurencirkel zijn gebruikt in de traktatie?

.....

.....

Hector jr. en zijn echtgenote, beiden 'young professionals', werken in de facilitaire dienst van een zorginstelling. Deze zorginstelling is van bijna alle gemakken voorzien om de werkzaamheden naar tevredenheid te kunnen uitvoeren.



- 1p 37 Het gebouwenbeheer wordt uitgevoerd om de organisatie te ondersteunen in het bereiken van haar doelstellingen.
Welke taak behoort tot de technische dienst?
- A het uitvoeren van preventief onderhoud op elektrische installaties en apparatuur
- B het verzorgen van de werkroosters voor het voltallige bewakingsteam
- C het zorgen voor een veilige werkplek en een veilige omgeving
- 1p 38 Voor het preventief onderhoud van de gebouwen maakt Hector jr., de facilitair manager, in samenwerking met de hoofden technische dienst, terreinonderhoud en beveiliging een vijfjarige planning. Zo blijft het gebouw in goede staat.
→ Omcirkel het juiste woord voor de volgende bewering.

Bewering:

In het hierboven gegeven voorbeeld gaat het om een langetermijnplanning.

Deze bewering is: *juist* / *onjuist*



- 2p 39 Hector jr. organiseert in samenwerking met Arbo-consult informatieve workshops voor werknemers van de zorginstelling. Het woord *stress* wordt passend en niet passend gebruikt. Dit zorgt voor veel irritaties bij de leidinggevenden.

→ Noem vier van de belangrijkste lichamelijke verschijnselen van stress.

1

2

3

4

- 1p 40 Een van de workshops heeft als thema 'De Arbowet'. De Arbowet heeft tot doel om regels te geven ter bevordering van menswaardige arbeid in het algemeen en voor de veiligheid, gezondheid en welzijn in het bijzonder. Welk lid van het multidisciplinair team van Arbo-consult adviseert over arbeidsomstandigheden?

- A de arbeidsinspecteur
- B de Arbo-coördinator
- C de Arbo-deskundige
- D de bedrijfshulpverlener

- 1p 41 Voor de workshops maakt Hector jr. een kostenberekening op de computer. Welk softwareprogramma kan Hector jr. **het beste** gebruiken om de kostenberekeningen te maken?

- A Excel
- B MS-Word
- C PowerPoint

- 1p 42 Welke activiteit behoort tot het logistiek beheer?

- A Er voor zorgen dat de juiste dingen op de juiste tijd op de juiste plaats komen.
- B Zorgdragen voor de afvoer van vuil, papier en voedselresten.
- C Zorgdragen voor het inkopen van producten en diensten.

- 1p 43 Hector jr. en zijn vrouw doen veel om hun gezondheid op peil te houden. Ze zijn sportief en houden er een gezonde leefstijl op na.



Hector jr. is een gespierde man, zijn vrouw is tenger maar zeer atletisch. Welke sport activiteit pas **het beste** bij de echtgenote van Hector jr.?

- A crossfit
- B gewichtheffen
- C zumba

- 1p 44 Hector en zijn vrouw nemen de tijd om zich voor te bereiden op een goede nachtrust. Ze drinken bijvoorbeeld geen koffie voor het slapen gaan.

→ Geef twee andere adviezen die helpen om beter te slapen.

1

2



- 2p 45 Als je in de zorg werkt, moet je er natuurlijk schoon, netjes en goedverzorgd uitzien. Dat is prettig voor jezelf, je cliënt en je collega's. Maar het is ook van belang in het kader van *infectiepreventie*. Er zijn regels gesteld aan bijvoorbeeld de *persoonlijke hygiëne* om infectie te voorkomen.

→ Noteer achter elk van de onderstaande gegevens één vereiste dat voldoet aan maximale infectiepreventie.

	Eis infectiepreventie
Haren	
Nagels	
Sieraden	

2p 46 Hector sr. en zijn even oude vriend Josem maken samen gebruik van het dagbestedingsprogramma van een buurtcentrum.



1



2



3

Het buurtcentrum biedt verschillende soorten werk/dagbesteding aan:
activerende dagbesteding, arbeidsmatige dagbesteding en
bewegingsactiviteiten.

→ Bekijk de drie afbeeldingen hierboven en noteer hieronder de activiteit
die op elke afbeelding uitgebeeld wordt.

1

2

3