



Examen VSBO TKL CSE

2023

tijdvak 1
woensdag 10 mei
07.30 - 10.00 uur

Zorg en Welzijn Intrasectoraal

Naam kandidaat _____ Kandidaatnummer _____

Noteer alle antwoorden in dit opgavenboekje.

Dit examen bestaat uit 42 vragen.
Voor dit examen zijn maximaal 65 punten te behalen.
Voor elk vraagnummer staat hoeveel punten met een goed antwoord behaald kunnen worden.

GASTGEZIN GEZOCHT

Voor een jong gezin in Montagne zoekt Stichting Gastgezinnen een warm gastvrij en gezellig steungezin. Het gezin bestaat uit vader, moeder en drie kinderen. Vader werkt bij een autogarage. Moeder werkt parttime als SPW'er.

Na de periode van lockdown heeft het gezin het lichamelijk en geestelijk best zwaar. Ze zoeken een gezellig speelgezin in de buurt waar Robby, 8 jaar oud, op zondag naar toe kan gaan.

- 1p **1** Bij de Stichting Gastgezinnen is de sociaalpedagogisch hulpverlener belast met plaatsing van kinderen in gastgezinnen.
Op welk niveau is de opleiding voor sociaalpedagogisch hulpverlener?
A HBO-niveau
B SBO-niveau 3
C SBO-niveau 4
- 2p **2** Moeder Angela heeft een SPW-4 diploma en werkt parttime in de zorgsector.
→ Noteer twee taken die mw. Angela heeft als SPW'er.
- 1
- 2
- 3p **3** Er zijn opleidingen die gevolgd kunnen worden om met peuters en kleuters te kunnen werken.
→ Noteer achter de gegeven opleiding, het bijpassende SBO-opleidingsniveau.

Opleiding	Opleidingsniveau
Activiteitenbegeleider	
Helpende welzijn	
Onderwijsassistent	

- 1p 4 Mw. Angela gaat solliciteren naar een andere baan als SPW'er.
→ Noteer twee banen/functies waarnaar mw. Angela kan solliciteren.

1

2

- 1p 5 Met kinderen en jongeren werken is een mooie uitdaging. Bovendien moet je ervan houden. De laatste jaren heeft men het steeds vaker over positief opvoeden.
→ Maak aan de hand van **een voorbeeld** duidelijk hoe je dit kunt doen.

.....

.....

.....



- 1p 6 Volwassenen vinden vaak dat kinderen niet goed luisteren. Maar het omgekeerde is ook waar. Volwassenen verwachten gehoorzaamheid, kinderen smeken erom dat er naar hun verhaal geluisterd wordt. Waarom zouden volwassenen naar kinderen moeten luisteren?
- A Om grenzen te bieden en vast te leggen.
 - B Om het gevoel van eigenwaarde te ondersteunen.
 - C Om motorische controle te ondersteunen.

- 3p 7 De gastouders maken samen met de ouders van Robby een leuke dagindeling. Robby houdt van spelletjes doen, puzzelen, buiten op ontdekkingstocht gaan. Hij vindt alles interessant wat met politie en brandweer te maken hebben.
- Noteer in onderstaande tabel in *elke lege rij één activiteit* die de gastouders met Robby kunnen doen.

Dagindeling		
Tijdstip	Activiteit gericht op	Voorbeeld activiteit
9:00 – 11:00	Sociale ontwikkeling	
11:00 – 11:30	 Etenstijd (tussendoor een fruithapje)	
11:30 – 13:30	Geestelijke ontwikkeling	
13:30 – 14:30	 Etenstijd (warme maaltijd)	
14:30 – 15:15	Rust	
15:15 – 16:15	Lichamelijke ontwikkeling	
16:15 – 16:30	 Etenstijd	
16:30 - 17:00	Douchen en wachten om door de ouders te worden opgehaald.	

- 1p 8 De gastouders zijn super enthousiast en willen samen met Robby lekkere gezonde maaltijden klaarmaken. Patat is er ook bij, maar daarvoor gaan ze de airfryer gebruiken.
→ Geef aan wat **het belangrijkste verschil** is tussen een airfryer en een traditionele frituurpan bij het klaarmaken van een gezonde maaltijd.



.....
.....

- 2p 9 Noteer twee voordelen die het gebruik van de airfryer boven de traditionele frituurpan biedt.

1
.....

2
.....

Werken in de thuiszorg

Je loopt stage in de thuiszorg met verzorgende mw. Areylis bij de familie Usher. Je gaat haar ondersteunen met haar moeder in de overgang vanuit het revalidatiecentrum naar huis.

Haar herstel verloopt nog *niet* naar wens.

Je gaat ook meehelpen om het huis schoon te maken.

- 2p 10 In de thuiszorg is het belangrijk dat je planmatig, hygiënisch en veilig werkt.
→ Kruis achter elke uitspraak aan of deze juist of onjuist is.

Uitspraak	Juist	Onjuist
In de verzorging maak je alleen voor de huishoudelijke taken en voor de lichamelijke verzorgende vaardigheden een plan.		
In de gezinszorg bepaal je 's morgens samen met de zorgvrager de taken van de dag.		
Of de zorgvrager meewerkt aan het herstel kan van invloed zijn op de planning.		

- 2p 11 Je stagebegeleider geeft jouw tips om hygiënisch te werken.
→ Noteer drie tips die te maken hebben met algemene hygiëne in de grootkeuken.

1

2

3

- 2p 12 Noteer drie zorg-activiteiten waarbij je hulp aan mw. Usher kunt bieden.

1

2

3

- 2p 13 Om professioneel te kunnen werken, moet je een aantal beroepsvaardigheden goed hebben ontwikkeld. Als je in de zorg werkt, is het erg belangrijk dat je je kan inleven in de situatie van anderen.
→ Noteer drie andere beroepsvaardigheden van de verzorgende.

1

2

3

- 2p 14 Noteer een voorbeeld waarom het belangrijk is dat je veilig te werk gaat en een voorbeeld waarom het belangrijk is dat je ergonomisch te werk gaat.

Voorbeeld veilig:

.....

Voorbeeld ergonomisch:

.....

- 1p 15 Je begeleider, mw. Areylis, legt je uit waarom een juiste beroepshouding belangrijk is.

→ Geef een voorbeeld van een juiste beroepshouding.

.....

.....

- 1p 16 Een juiste grondhouding is belangrijk in het omgaan met de zorgvrager.

→ Welk ander woord wordt vaak gebruikt in plaats van grondhouding?

.....

Aan het einde van de werkdag, bij de nabespreking en evaluatie van jouw werkzaamheden met je begeleider, geeft je begeleider aan dat je in de samenwerking met zorgvragers je moet letten op je verbale en non-verbale communicatie.

- 1p 17 → Geef een voorbeeld van een aandachtspunt waar je op moet letten bij verbale communicatie.

.....

.....

- 1p 18 → Geef een voorbeeld van non-verbale communicatie.

.....

.....

Organisatie van de gezondheidszorg

De meeste zorg die een zorgvrager nodig heeft, wordt betaald door de overheid of een particuliere verzekeringsmaatschappij. De Zorgkaart van een land geeft praktische informatie, adressen van zorginstellingen en weblinks van instanties en hulpverlenende organisaties op het gebied van wonen, welzijn en zorg.

- 2p 19 De gezondheidszorg wordt in lijnen verdeeld: de nulde lijn, de eerste lijn, de tweede lijn en de derde lijn.
→ Kruis in onderstaande tabel aan welke hulpverlener bij welke zorglijn hoort.

	Nuldelijns- zorg	Eerstelijns- zorg	Tweedelijns- zorg
Fysiotherapeut			
Muggenbestrijding			
Huisarts			
Oncoloog			

Je loopt je eerste week stage en voert werkzaamheden uit bij de Stichting Gehandicapten- en Revalidatiezorg afgekort SGR-Groep.

We noemen iemand gehandicapt wanneer hij een belemmering heeft en daardoor niet zelfstandig kan functioneren. Vaak heeft de persoon hulpmiddelen nodig bij bepaalde handelingen.



- 1p 20 De termen 'beperking' en 'handicap' worden vaak door elkaar gebruikt. Waar is de term 'beperking' een verzamelnaam voor?
- A Een defect van een orgaanfunctie om te functioneren in de maatschappij.
 - B Een struikelblok om zelfstandig lichamelijke activiteiten uit te voeren.
 - C Een vermindering van mogelijkheden ten aanzien van gedrag of activiteiten.

- 1p 21 Om te voorkomen dat een beperking of handicap ontstaat door ongelukken op de werkplek worden er preventieve maatregelen genomen. De officiële maatregelen voor bedrijven zijn opgenomen in een wet. In welke wet staan deze officiële maatregelen beschreven?
- A In de Arbo-wet.
B In de Hygiënewet.
C In de Milieuwet.

- 2p 22 Kruis in onderstaande tabel aan bij welke soort handicap het gegeven voorbeeld hoort.

Voorbeeld	Lichamelijke handicap	Verstandelijke handicap	Sociale handicap
Shairon is autistisch en maakt moeilijk contact.			
Johaira is slechthorend en draagt een gehoorapparaat.			
Pedro, 48 jaar, gedraagt zich als een twaalfjarige.			

- 1p 23 Een van jouw werkzaamheden bij de SGR-Groep is ADL-zorg bieden aan de cliënten.

→ Noteer twee activiteiten die behoren tot ADL-activiteiten.

1

2

In je tweede stageweek, loop je stage bij een verpleeghuis. Samen met je stagebegeleider bied je zorg aan de bewoners.

- 2p 24 Je maakt kennis met mw. Ivy. Zij is 83 jaar oud. Je gaat haar verzorgen, zodat ze zoveel mogelijk zelfredzaam blijft.
→ Geef twee redenen waarom het belangrijk is om de zelfredzaamheid van mw. Ivy te stimuleren.

1

.....

2

.....

Ouder worden



Het verouderingsproces is te vertragen. Hoe vlug we verouderen, hangt voor een deel af van onze levensstijl. Het lichaam jonger maken is helaas onmogelijk.

2p 25 Noteer twee algemene lichamelijke veranderingen bij het ouder worden.

1

2

1p 26 Niet iedereen kiest voor plastische chirurgie om de verouderde huid jong te doen lijken.

→ Geef een voorbeeld, hoe je op andere manieren het verouderen kan vertragen.

.....

.....

Duurzame en alternatieve voeding

Er wordt veel propaganda gemaakt voor duurzame landbouwpraktijken en inkoop van biologische producten.

Je merkt dat mensen meer aandacht besteden aan het milieu en milieuvriendelijke producten die lokaal geproduceerd zijn.

Bekende keurmerken voor biologische voeding zijn:



- 1p 27 Bij de productie van biologisch voedsel wordt zoveel mogelijk rekening gehouden met milieu en dierenwelzijn.
→ Kruis in onderstaande tabel achter elke bewering aan of deze aan de eisen van **biologische voedselproductie** voldoet.

Eisen	Juist	Onjuist
Bij de productie van biologisch voedsel wordt weinig rekening gehouden met het milieu en de dieren.		
Veehouders hebben een diervriendelijke werkwijze: Ze geven hun dieren meer ruimte om te bewegen.		

- 1p 28 Er zijn verschillende vormen van alternatieve voeding.
Sommige mensen kiezen voor vegetarische voeding, macrobiotische of ecologische voeding.
→ Geef een verschil aan tussen vegetarische en veganistische voeding.

.....

.....

Schijf van vijf

De aanbevolen richtlijnen Gezonde Voeding en de Schijf van Vijf zijn een goede norm voor de dagelijkse hoeveelheid voeding die een kind nodig heeft.



Aanbevolen hoeveelheden voedingsmiddelen voor schoolkinderen (6 - 12 jaar)

Groente	150 - 250 gram per dag
Fruit	1,5 - 2 stuks
Bruine of volkoren boterhammen	3 - 5 (6 voor jongens van 12 jaar)
Aardappelen (of rijst, pasta)	3 - 4 kleine aardappels / opscheplepels, liefst volkorenpasta, - rijst, of couscous)
Zuivel (melk- en melkproducten)	2 - 3 glazen (of schaalte)
Kaas	½ - 1 plak
Vlees(waar), kip, vis, ei, vleesvervanger, peulvruchten	1 portie (50 - 100 g)
Ongezouten noten	15 - 25 gram (handje)
Smeer- en bereidingsvetten	30 - 40 gram (op de boterham en 1 eetlepel voor de warme maaltijd)
Drinkvocht	1- 1,5 liter (5 - 8 glazen, zuivel telt mee)

- 1p 29 Hieronder staan voorbeelden van een gezond tussendoortje voor een kind van 8 jaar.

Welk tussendoortje is **de beste** keuze?

- A Appel/druiven/worteltjes/tomaatjes/komkommer met een mueslibol
- B Mini krentenbol, fruitsalade (appel, druiven, meloen, kiwi) en chips
- C Volle yoghurt met suiker en chocolaatjes, meloen en kiwi
- D Witte boterham met chocoladepasta, druiven en een krentenbol

- 2p **30** Noteer twee algemene adviezen voor een gezonde voeding voor een kind van 8 jaar.

1

2

- 1p **31** Noteer een reden waarom een gezond voedingspatroon belangrijk is.

.....

.....

- 2p **32** Noteer achter elk hierna gegeven gezondheidsrisico (ziekte) het tekort of teveel aan voedingsstof dat erbij past.

Kies steeds een andere: teveel aan eiwitten, ijzertekort, tekort aan vitamine D en calcium, teveel verzadigd vet

Gezondheidsrisico (ziekte)	Tekort of teveel aan voedingstof
Bloedarmoede	
Hart- en vaatziekten	
Osteoporose	
Urinezuur	

- 2p **33** Geef twee leefstijladviezen om het risico op hart- en vaatziekten te verkleinen.

1

2

- 2p **34** Vegetariërs hebben een verhoogde ijzerbehoefte.
→ Noteer twee aandachtspunten bij het samenstellen van vegetarische maaltijden.

1

2

Ouder worden en fijn wonen

Door de medische wetenschap is de levensverwachting nog verder verhoogd.

Er komen in een korte tijd veel meer ouderen bij.

Meer ouderen kiezen ervoor om in een verzorgingshuis te wonen.

Ondanks het feit dat ouderdom met gebreken komt en de kosten voor zorg stijgen, willen ouderen genieten van hun oude dag.



- 1p 35 Verzorgingshuis 'Mi Speransa' biedt volledige ouderenzorg aan achtentwintig bewoners.
Samen met een klasgenoot ga je drie dagen op oriëntatie.
Jullie lopen de eerste dag mee bij de facilitaire dienstverlening.
→ Noteer twee activiteiten die onder facilitaire dienstverlening vallen.

1

2

- 2p 36 Noteer in de tabel de juiste combinaties van taak en functie door achter elke taak de juiste functie te schrijven.
De functies zijn: medewerker huishoudelijke dienst - receptionist-
magazijnmedewerker - schoonmaker-medewerker linnendienst

Taak	Functie
Beddengoed naar de afdeling brengen.	
De voorraad beheren.	
Gasten ontvangen.	
Koffie en thee zetten, vergaderruimte klaarmaken.	
Stofzuigen, dweilen, ramen zemen.	

- 1p 37 Jullie mogen ook in de keuken een kijkje nemen.
De keuken van 'Mi Speransa' is modern en iedereen werkt volgens het HACCP-systeem.
Waarom is het HACCP-systeem ingevoerd?
- A Om de kwaliteit van het voedsel te garanderen.
 - B Om er zeker van te zijn dat de levensmiddelen vers zijn.
 - C Om moderne apparatuur te kunnen kopen.



- 2p 38 Noteer twee HACCP-regels waaraan bijvoorbeeld ziekenhuizen, hotels, restaurants zich moeten houden.

1

2

- 2p 39 De werkzaamheden tussen een groothuishouden in vergelijking met een privé huishouden komen met elkaar overeen. Toch zijn er een aantal verschillen.
→ Noteer in onderstaande tabel twee verschillen tussen een groothuishouden en een privé huishouden.

	Verschillen	
	Groothuishouden	Privé huishouden
1		
2		



2p 40 Noteer drie werkzaamheden die worden uitgevoerd door de linnendienst van een verzorgingshuis.

1

2

3



Op de eilanden kennen we profit en non-profit organisaties. Er zijn verschillen tussen de twee vormen van organisaties.

1p 41 Geef een voorbeeld van een non-profit organisatie in de sector Zorg en Welzijn.

.....

.....

1p 42 Wat is de belangrijkste doelstelling van een profit organisatie?

.....

.....