

Inhoudsopgave

Hoofdstuk 1 Kennismaken met activiteiten en organisaties	13
1.1 Inleiding	13
1.2 Doelstellingen	13
1.3 Soorten activiteiten en thema activiteiten	14
1.4 Individuele en groepsactiviteiten	19
1.5 Doelen van activiteiten	21
1.6 Kinderopvang, buurthuis en wijkcentrum	23
1.7 Jongerencentrum	26
1.8 (Crisis)opvangcentra	28
1.9 Dagbesteding, 24-uurszorg	30
1.10 Gehandicaptenzorg	32
1.11 Begrippen	34
 Hoofdstuk 2 Activiteiten voor kinderen	 37
2.1 Inleiding	37
2.2 Doelstellingen	37
2.3 Ontwikkelingsfasen	38
2.4 Ontwikkelingsgebieden	39
2.5 Sociale vaardigheden	43
2.6 Baby en dreumes 0-2 jaar	48
2.7 Peuter 2- 4 jaar	50
2.8 Kleuter 4-6 jaar	52
2.9 Schoolkind	54
2.10 Begrippen	56
 Hoofdstuk 3 Activiteiten voor tieners en jongeren	 57
3.1 Inleiding	57
3.2 Doelstellingen	57
3.3 Generatie Z	59
3.4 Kenmerken van generatie Z	60
3.5 Belangrijk voor generatie Z	63
3.6 Ontwikkelingsfasen	67
3.7 Tieners 12-18 jaar	68
3.8 Jongeren of jongvolwassenen 18 - 25 jaar	75
3.9 Communicatie	77
3.10 Begrippen	85
 Hoofdstuk 4 Activiteiten voor volwassenen en ouderen	 87
4.1 Inleiding	87
4.2 Doelstellingen	87
4.3 Ontwikkelingsfasen	88
4.4 Religies	89
4.5 Jongvolwassenen 25 - 35 jaar	96
4.6 Volwassenen 35 - 65 jaar	97
4.7 Ouderen 65 jaar en ouder	99
4.8 Lichamelijke en/of zintuigelijke beperking	102
4.9 Begrippen	107

Hoofdstuk 5 Inleiding in mens en omgeving	109
5.1 Inleiding	109
5.2 Doelstellingen	109
5.3 Beroepen binnen zorg en welzijn	110
5.4 Schoonmaak- en onderhoudswerkzaamheden	116
5.5 Textiel verzorgen	119
5.6 Baliewerkzaamheden verrichten	121
5.7 Hulpmiddelen	124
5.8 Inrichten van een ruimte	126
5.9 Begrippen	128
 Hoofdstuk 6 Schoonmaak en onderhoud	 131
6.1 Inleiding	131
6.2 Doelstellingen	131
6.3 Professioneel schoonmaken	132
6.4 Schoonmaakplan	134
6.5 Werkvolgorde	140
6.6 Reinigingsniveau	142
6.7 Soorten vuil	144
6.8 Schoonmaakmethoden en -materialen	148
6.9 Schoonmaakmiddelen	159
6.10 Etiketten	164
6.11 Ventileren en luchten	172
6.12 Milieubewust schoonmaken	174
6.13 Circulaire economie	176
6.14 Ergonomie	180
6.15 Onderhoud	184
6.16 Begrippen	188
 Hoofdstuk 7 Textiel verzorgen	 191
7.1 Inleiding	191
7.2 Doelstellingen	191
7.3 Textiel	192
7.4 Materialen	194
7.5 Etiketten	198
7.6 Het wasproces	205
7.7 Strijken en vouwen	216
7.8 Textiel milieubewust wassen en verzorgen	218
7.9 Ergonomie	223
7.10 Begrippen	224
 Hoofdstuk 8 Hulpmiddelen, techniek en veiligheid	 227
8.1 Inleiding	227
8.2 Doelstellingen	227
8.3 Hulpmiddelen	228
8.4 Veilige en gezonde omgeving	234
8.5 Ergonomie	237
8.6 Arbowet	243
8.7 Domotica	246
8.8 Robotica	249
8.9 Begrippen	253

Hoofdstuk 9 Werken aan gezondheid	255
9.1 Inleiding	255
9.2 Doelstellingen	255
9.3 Gezonde leefstijl	256
9.4 Gezonde maaltijd	259
9.5 Ondersteuning bij beweging	262
9.6 Begrippen	266
Hoofdstuk 10 Voedingsstoffen	267
10.1 Inleiding	267
10.2 Doelstellingen	267
10.3 Voedingsmiddelen en voedingsstoffen	268
10.4 Functies van voedingsstoffen	270
10.5 Macrovoedingsstoffen	273
10.6 Microvoedingsstoffen	279
10.7 Water en vezels	286
10.8 Begrippen	290
Hoofdstuk 11 Voedingsgewoonten	291
11.1 Inleiding	291
11.2 Doelstellingen	291
11.3 Voedingsgewoonten	292
11.4 Vegetariërs en veganisten	295
11.5 Biologische voeding	300
11.6 Geloof en voeding	301
11.7 Begrippen	308
Hoofdstuk 12 Diëten en voedingspatronen	309
12.1 Inleiding	309
12.2 Doelstellingen	309
12.3 Diëten	310
12.4 Soort diëten	311
12.5 Voedselallergie en voedselintolerantie	315
12.6 Eetstoornissen	317
12.7 Obesitas	322
12.8 Advies geven*	325
12.9 Begrippen	328
Hoofdstuk 13 Een beroep in zorg en welzijn	331
13.1 Inleiding	331
13.2 Doelstellingen	332
13.3 Het werkveld	333
13.4 De zorg	336
13.5 Verschillende zorginstellingen	338
13.6 Begrippen	345
Hoofdstuk 14 Werken met een zorgdossier	347
14.1 Inleiding	347
14.2 Doelstellingen	347
14.3 Elektronisch cliëntdossier (ECD)	349
14.4 Zorgleefplan	350
14.5 Begrippen	361

Hoofdstuk 15 Beperkingen in de motoriek	363
15.1 Inleiding	363
15.2 Doelstellingen	363
15.3 Motorische beperking	364
15.4 Oorzaken van een motorische beperking	366
15.5 Omgaan met gezondheidsverlies	373
15.6 Hulpmiddelen bij een motorische beperking	379
15.7 Begrippen	381
 Hoofdstuk 16 Ziek zijn	 383
16.1 Inleiding	383
16.2 Doelstellingen	383
16.3 Ziekte, oorzaak en behandeling	384
16.4 Kinderziekten	386
16.5 Voedselvergiftiging	389
16.6 Griep	390
16.7 Luchtwegaandoeningen	393
16.8 Hart- en vaatziekten	399
16.9 Kanker	402
16.10 Diabetes mellitus	404
16.11 Dementie	406
16.12 Medicijnen	408
16.13 Begrippen	413