

Profielvak: Zorg en welzijn	BB	KB	GL
Module 1: mens en gezondheid (v2020)			
Taak: ondersteunen bij keuzes voor een gezonde leefstijl			
P/ZW/1.1			
Deeltaak: informatie geven over een gezonde leefstijl.			
De kandidaat kan:			
1. uitleggen welke aspecten van invloed zijn op fysiek, psychische en sociale gezondheid	x	x	
2. een verband leggen tussen leefstijl, voedingspatroon, hygiëne, bewegen en gezondheid		x	
3. informatie zoeken en geven over het gebruik van genotmiddelen	x	x	
4. de invloed van media op leefstijl beschrijven en herkennen	x	x	
P/ZW/1.2			
Deeltaak: een gezonde maaltijd samenstellen, bereiden en opdienen.			
De kandidaat kan:			
1. een gezonde maaltijd samenstellen	x	x	
2. recepten lezen en omrekenen naar aantal personen	x	x	
3. een planning maken voor het correct uitvoeren van de werkzaamheden	x	x	
4. tijdens werkzaamheden rekening houden met hygiëne	x	x	
5. basisvaardigheden toepassen die noodzakelijk zijn voor de bereiding van een maaltijd	x	x	
6. materiaal en apparatuur hanteren bij de bereiding van gerechten in de privéhuishouding	x	x	
7. gerechten presenteren	x	x	
8. gebruikte materialen schoonmaken en opruimen	x	x	
P/ZW/1.3			
Deeltaak: ondersteunen bij een verantwoord voedings- en bewegingspatroon en dagritme.			
De kandidaat kan:			
1. informatie zoeken en geven over gezonde voeding	x		
2. informatie zoeken en geven over voedings- en bewegingspatroon en dagritme		x	
3. voedings- en leefgewoonten signaleren, herkennen en rapporteren	x		
4. voedings- en leefgewoonten observeren, herkennen, en de klant hierover adviseren		x	
5. uitleggen hoe dagritme van invloed is op het fysieke en mentale welzijn	x	x	
Voor het uitvoeren van de taak beheerst de kandidaat de voorwaardelijke kennis, vaardigheden en houding.	x	x	