



## Zorg en Welzijn

Bij Zorg en Welzijn werk je met mensen. Er zijn veel mensen die hulp nodig hebben, zoals ouderen, zieken en mensen met een beperking. Je helpt ze bijvoorbeeld met het verzorgen van hun lichaam en haar, met aankleden en eten. Je leert ook mensen van allerlei leeftijden te begeleiden, zoals kinderen op school of ouderen die niet meer zelfstandig kunnen wonen.

### Keuzevakken:

- **Facilitaire dienstverlening, catering en inrichting**  
Als facilitair medewerker ben je een echte duizendpoot. Je leert hoe je ondersteunende taken in een organisatie goed kunt laten verlopen. Denk bijvoorbeeld aan de inrichting van een ruimte, maar ook aan de catering en alles wat daarbij komt kijken. Medewerkers van de facilitaire dienstverlening werken onder andere achter een receptie, in de beveiliging of de catering. Je zorgt er bijvoorbeeld voor dat een ontvangst- of wachtruimte schoon en opgeruimd is. Of je maakt in een vergaderruimte alles in orde voor de vergadering; de apparatuur (computer, beamer), de aankleding (planten, bloemen) en de catering van eten en drinken. Kortom: je zorgt voor een gastvrije, ontzorgde omgeving waarin samen eten en drinken heel belangrijk is.
- **Wonen en Huishouden**  
Hier leer je hoe je mensen kunt ondersteunen bij het huishouden in een thuissituatie. Je oefent vaardigheden zoals een gesprek voeren met een klant, observeren hoe het met iemand gaat (lichamelijk en geestelijk) en rapporteren naar een leidinggevende. Je leert een voorstel maken voor het onderhoud van iemands woon- en leefomgeving en je houdt daarbij rekening met wat die persoon zelf wel en niet kan. Je kijkt ook of de woonsituatie veilig en schoon is. Daarnaast leer je hoe je kleren, schoenen en linnengoed kunt schoonmaken en herstellen. Ook krijg je uitleg over hoe je de klant kunt helpen met de boodschappen, terwijl je let op het budget.
- **Welzijn kind en jongere**  
Bij dit vak leer je hoe je een bijdrage kunt leveren aan de opvoeding van kinderen en jongeren. Je verdiept je in hun lichamelijke, geestelijke en sociale ontwikkeling. Ook maak je kennis met verschillende opvoedingstechnieken. Je leert hoe je kunt helpen met de lichamelijke verzorging en met voeding, en hoe je structuur en veiligheid kunt bieden. Je denkt na over hoe je kinderen en jongeren kunt aansporen om zoveel mogelijk voor zichzelf te zorgen. Ook ga je aan de slag met het organiseren

van (re)creatieve activiteiten voor deze doelgroep. Zo'n activiteit ga je begeleiden, uitleggen en voordoen. Naderhand bespreek je hoe dat is gegaan. Daarnaast leer je een dagrapportage maken en mondeling verslag doen aan een leidinggevende of aan ouders of verzorgers.

- **Welzijn volwassenen en ouderen**

Sommige volwassenen en veel ouderen hebben hulp nodig in het dagelijks leven. Je leert bij dit vak hoe je deze mensen kunt ondersteunen en hoe je ze kunt helpen om zoveel mogelijk zelf te doen. Structuur bieden, zorgen voor een veilige omgeving en helpen bij de lichamelijke verzorging horen daar ook bij. Je verdiept je in het vinden van een geschikte dagbesteding in overleg met de klant. Je gaat zelf aan de slag met het organiseren en begeleiden van een (re)creatieve activiteit voor volwassenen en ouderen, bijvoorbeeld op het gebied van muziek, drama of beeldende vorming. Je leert hoe je klanten observeert en hoe je daarover verslag doet aan een leidinggevende.

- **Assisteren in de gezondheidszorg** *(alleen voor kaderleerlingen)*

Als je graag in de gezondheidszorg wilt werken, is dit vak iets voor jou. Je leert ondersteunende handelingen verrichten, gegevens verzamelen en gezondheidsadviezen geven. Goed kunnen luisteren naar mensen en inspelen op wat zij zeggen, is hierbij heel belangrijk. Dit oefen je op school in een praktijksituatie. Na het volgen van dit vak weet je hoe je een ontvangst- of praktijkruimte netjes, schoon of zelfs steriel houdt. Je leert werken volgens een protocol, bijvoorbeeld bij het meten van iemands temperatuur, gewicht of bloeddruk. Je bestudeert de meest voorkomende (kinder)ziekten, hoe je ziektes kunt voorkomen, medicijngebruik en mondverzorging. Wat ook wordt uitgelegd, is hoe de eerste- en tweedelijnszorg in Nederlands is geregeld.

- **Voorkomen van Ongevallen en EHBO**

Bij dit vak leer je eerste hulp verlenen bij ongelukken én je denkt na over veiligheid en hoe ongelukken voorkomen kunnen worden. Je leert werken volgens veiligheidsrichtlijnen. Ook kun je na het volgen van dit vak onveilige situaties herkennen en indien nodig (professionele) hulp inroepen. Je bestudeert het menselijk lichaam, bijvoorbeeld hoe het hart en de longen werken. Je krijgt uitleg over het 5-stappenplan, dat gaat over hoe je moet handelen in acute situaties. Daar bekijk je allerlei voorbeelden van, zodat je weet wat je moet doen als iemand bijvoorbeeld geen lucht meer krijgt, een been breekt of een bloedneus heeft. Ook zie je wat er allemaal in een verbandtrommel hoort te zitten.

- **Kennismaking met uiterlijke verzorging**  
 Vind je het belangrijk om er verzorgd uit te zien? En vind je het leuk om daarmee bezig te zijn? Dan is dit vak zeker iets voor jou. Je leert eenvoudige hand-, haar- en gezichtsbehandelingen uitvoeren bij een klant in een kapsalon of schoonheidssalon. Denk aan haren wassen en drogen, een gezicht reinigen en make-up aanbrengen en nagels (van handen) vijlen en polijsten. Je oefent ook met het ontvangen van klanten, afspraken inplannen, betalingen afhandelen en je werkplek en materialen schoonmaken.
- **Hand- en Voetverzorging**  
 Bij dit vak leer je eenvoudige behandelingen van de handen en voeten uitvoeren. Je bestudeert de bouw en functie van de nagels en je verdiept je in de meest voorkomende nagelproblemen, zowel van de handen als de voeten. Je krijgt uitleg over de verzorging van nagels en nagelriemen en je leert hoe je handen en voeten kunt masseren. Ook nailart komt daarbij aan bod.
- **Huidverzorging**  
 Bij huidverzorging denk je misschien meteen aan je gezicht, maar ook het lichaam verdient aandacht. Je leert bij dit keuzevak een gezichts- en lichaamsbehandeling uitvoeren bij een klant in een schoonheidssalon. Je maakt kennis met verschillende huidtypen en bekijkt welke behandeling bij de huid van een klant past. Je leert een huiddiagnose opstellen en deze bespreken met de klant. Je reinigt de huid, brengt een verzorgend masker of dagcrème aan en geeft advies over verzorgingsproducten. Bij een lichaamsbehandeling houd je altijd rekening met de privacy van een klant.
- **Haarverzorging**  
 Bij het vak Haarverzorging leer je haren wassen, verzorgen, drogen en op verschillende manieren in model brengen. Ook leer je hoe je klanten gastvrij en klantvriendelijk kunt benaderen. Je ontdekt dat niet iedereen hetzelfde type haar heeft. Je verzamelt informatie over de hoofdhuid en het haar van een klant en je leert een haardiagnose opstellen en bespreken. Op basis daarvan kies je een wasbehandeling die bij de klant past. Ook leer je een wasmassage uitvoeren, zoals een kneed- klop- en wrijfmassage. Daarnaast ga je föhnen met behulp van borstels, krullen met een krultang en stylen met een stijltang.
- **Traiteur**  
 Bij dit keuzevak leer je meer over traiteur- en cateringproducten. Een traiteur is iemand die lekkere gerechten maakt en verkoopt, bijvoorbeeld receptiehapjes, belegde broodjes, dagschotels en ontbijtmanden. Creatieve bereidingen, smaakcombinaties en presentaties geven elk gerecht bij de traiteur een meerwaarde. Bij dit vak leer je dit soort

gerechten (voor)bereiden en je ontdekt welke apparatuur en machines je daarvoor nodig hebt, bijvoorbeeld een keukenmachine en chafing dish (warmhoudschaal). Ook het afhalen, bezorgen, opwarmen en serveren van gerechten komt aan bod. Je volgt trends en ontwikkelingen binnen de traiteur- en cateringbranche. Als traiteur kun je bijvoorbeeld werken in een bedrijfsrestaurant, lunchroom of cateringbedrijf.