

Theoretische Toets WerkPortfolio Body 1 - Antwoorden

Je naam

Je klas

De datum

Elk goed afgevinkt antwoord is 1 punt. Het cijfer is het aantal punten gedeeld door 4.

Vraag 1 Noem drie momenten wanneer je je handen wast en desinfecteert

- Voordat je met uiterlijke verzorging/zelfzorg begint
- Nadat je naar de toilet bent geweest
- Nadat je gehoest of geniest hebt
- Nadat je wat gegeten of gedronken hebt

Vraag 2 Hoeveel tellen wrijf je je handen in met zeep bij het handen wassen en desinfecteren?

- 10 tellen
- 5 tellen
- 30 tellen
- 20 tellen

Vraag 3 Welke zeep gebruik je om je handen te wassen en te desinfecteren?

- Geparfumeerde zeep
- PH neutrale zeep
- Desinfecterende zeep
- Vloeibare zeep

Vraag 4 Waarom was je je handen?

- Om de handen lekker te laten ruiken
 - Om ze schoon te maken en om de bacteriën te doden en hygiënisch te kunnen werken
 - Om ze soepel te maken
 - Om de bloedcirculatie te verbeteren
-

Theoretische Toets WerkPortfolio Body 1 - Antwoorden

Vraag 5 Hoe vaak moet je je nagels knippen?

- Iedere dag
 - Minimaal één keer in de week
 - Minimaal één keer in de twee weken
 - Wanneer ze veel te lang zijn
-

Vraag 6 Hoe is de volgorde van het vijlen of knippen van de nagels?

- Van de rechterpink naar de linkerpink
 - Van de linkerduim naar de linkerpink en van de rechterduim naar de rechterpink
 - Van de linkerpink naar de rechterpink
-

Vraag 7 Waar laat je de afgeknipte nagels?

- Op de tissue
 - In het afvalbakje
 - Op de grond
 - In een plastic zakje
-

Vraag 8 Waarom moet je één kant op vijlen en niet heen en weer?

- Anders krijg je braampjes
 - Anders krijg je haakjes
 - Anders krijg je niet de goede vorm van de nagels
 - Anders vijl je er te veel af
-

Vraag 9 Noem 5 redenen waarom pas je de techniek tanden poetsen toe?

- Om een jongen of meisje te versieren
 - Om te voorkomen dat je gaatjes krijgt
 - Om te voorkomen dat je tandvlees gaat ontsteken
 - Om te voorkomen dat je uit je mond gaat ruiken
 - Om etensresten en bacteriën te verwijderen
 - Om je tanden wit te houden
 - Om te voorkomen dat je naar de tandarts moet
-

Vraag 10 Hoe poets je je tanden?

- Grote heen en weer gaande bewegingen

Theoretische Toets WerkPortfolio Body 1 - Antwoorden

- Kleine heen en weer gaande bewegingen
 - Hard schrobben
-

Vraag 11 Hoe vaak moet je je tanden poetsen?

- Minimaal 4 x per dag
 - Maximaal 6 x per dag
 - Minimaal 2 x per dag
 - Elke keer als je wat gegeten hebt
-

Vraag 12 Hoe lang poets je je tanden?

- Minimaal 5 minuten
 - Minimaal 2 minuten
 - Minimaal 10 minuten
 - Minimaal 2 x 4 minuten
-

Vraag 13 Waarmee kun je etensresten en tandplak verwijderen?

- Met kauwgum
 - Met tandenstoker, flossdraad of rager
 - Met de tong
 - Met de tongschraper
-

Vraag 14 Noem 2 redenen waarom je de techniek douchen toepast?

- Om vuil en zweet van je lichaam te verwijderen
 - Om even lekker op te frissen
 - Om lekker lang te ontspannen
-

Vraag 15 Noem 5 momenten wanneer je de techniek douchen toepast

- 's Morgens,
 - 's Avonds
 - 's Middags
 - Als je je vies voelt
 - Na het sporten
 - Voordat je uitgaat
 - Na een feestje
 - 's Nachts
-

Theoretische Toets WerkPortfolio Body 1 - Antwoorden

Vraag 16 Noem 2 belangrijke plekken om ook te wassen?

- Onder de oksels
 - In de bilnaad
 - Voor jongens onder de voorhuid van de penis
 - Voor meisjes tussen de schaamlippen
 - Tussen de tenen
-

Vraag 17 Wat doe je met een gebruikte washand of spons na het douchen?

- Hang of leg je te drogen
 - Spoel je uit en hang of leg je te drogen
 - Doe de washand of spons na gebruik in de was
 - Gooi de washand of spons weg
-

Vraag 18 Wat moet je heel goed afdrogen na het douchen?

- Tussen je billen
 - Onder je borsten
 - Onder je oksels
 - Tussen je tenen
-

Vraag 19 Wanneer douche je je als je ongesteld bent?

- Elke keer na het verschonen van maandverband
 - 's Morgens en 's avonds
 - Dan douche je je niet
 - Zo veel mogelijk
-

Vraag 20 Wat is heel belangrijk bij de techniek benen nat scheren?

- De benen moeten schoon zijn voordat je gaat scheren
 - Je moet de huid van het been dat je scheert, goed spannen met de hand
 - Dat je heel veel scheerschuim gebruikt
 - Dat je met verkoelende lotion de benen inwrijft na het scheren
-

Vraag 21 In welke ruimte breng je deodorant op?

- In het klaslokaal
- In de keuken
- In toilet, of badkamer

Theoretische Toets WerkPortfolio Body 1 - Antwoorden

- In de kantine
-

Vraag 22 Waar breng je Eau de toilette op?

- Op je kleding
 - Op je oksels
 - Op je voeten
 - Achter je oor of op je decolleté
-

Vraag 23 Wat is heel belangrijk bij de techniek nat scheren?

- Dat je een goed model bakkebaarden scheert
 - Dat je heel veel scheerschuim gebruikt
 - Dat je de huid goed spant bij het scheren
 - Dat je het scheermes regelmatig afspoelt met koud water
-

Vraag 24 Waarom gebruik je voor je gezicht een peeling?

- Voor een gladde huid
 - Voor een goede doorbloeding
 - Voor een roze gezonde huid
 - Om te voorkomen dat je puistjes krijgt
-

Vraag 25 Hoe vaak moet je je haar wassen?

- Elke dag
 - Elke week
 - Elke maandag
 - Twee tot drie keer in de week
-

Vraag 26 Waar begin je met het kammen of borstelen van lang haar?

- Boven op je hoofd
 - Onder aan de punten
 - Het haar in de nek
 - Van voor naar achteren
-

Vraag 27 Waarom moet je je haar niet te lang föhnen?

- Dan wordt het haar vet
- Dan breekt het haar
- Dan wordt het haar pluizig

Theoretische Toets WerkPortfolio Body 1 - Antwoorden

- Dan gaat het krullen
-

Vraag 28 Hoe maak je een kam of haarborstel schoon?

- Door de haren eruit te halen en af en toe de kam of borstel in een sopje leggen
 - Met een afwasborstel de kam reinigen
 - Door de haren eruit te halen en de kam onder de kraan te houden
 - Door de kam met de afwas schoon te maken
-

Vraag 29 Waarop controleer je je haar, na het opbrengen van gel?

- Of het model goed zit
 - Of er nog klontjes gel in het haar zitten
 - Of het haar lekker ruikt
 - Of de gel goed verdeeld is
-

Vraag 30 Als je haarluis hebt en je hebt je haar met haarluis shampoo gewassen.

- Hoe lang moet de shampoo dan inwerken?
- 5 minuten
- Een half uur
- 2 minuten
- 10 minuten