

KEUZEGEDEELTE VOEDING & WELZIJN

IB

LESSENTABEL

BASISVAKKEN 28u

Wiskunde	4
Nederlands	5
Frans	2
Engels	1
Maatschappelijke vorming	2
Natuurwetenschappen	2
Artistieke vorming	2
Leer- en leeflabo	1
Lichamelijke opvoeding	2
Godsdienst	2
Techniek	4
IT	1

KEUZEGEDEELTE 4u

Je krijgt 2u taalboost én
je kiest 1 keuzepakket van 2u

Creatief buiten	2
Kunst & creatie	2
Voeding en welzijn	2

INHOUDEN

- Je voert onderzoek uit naar micro-organismen.
- Je leert hygiënisch zorg dragen voor jezelf en de omgeving in de leskeuken.
- Je ontwikkelt een gezonde levensstijl aan de hand van bestaande modellen.
- Je voert een onderzoek uit naar etiketten van zowel voedings- als schoonheidsproducten.
- Je ontwikkelt een evenwichtige maaltijd en gaat hiermee aan de slag.
- Je denkt na over verschillende stressfactoren en hoe je hier best mee om kan gaan.
- Je leert te waken over je eigen grenzen.

PROFIEL

- Je bent nieuwsgierig naar de rol van voeding en het mentale welzijn op je levensstijl.
- Je wil verschillende voedingsmiddelen en hun impact op het lichaam verkennen.
- Je hebt interesse in verschillende schoonheidsmiddelen en het effect hiervan op je lichaam en je mentale welzijn.
- Je wil onderzoeken hoe voeding verbonden is met welzijn en levenskwaliteit.

