

A1.29.1 Kort verhaal: Dagboek – Veranderen van werk?

A1.29.1 Kurzgeschichte: Tagebuch – Arbeitsplatz wechseln?



<https://app.colanguage.com/de/niederlaendisch/kurzgeschichte/dagboek-veranderen-van-werk>

Reflectie in een dagboek over het dagelijkse werkleven. Tijd voor verandering?

Elke ochtend mediteer ik in stilte.

Ik probeer rustig te worden, maar ik denk te veel.

Na het mediteren ben ik nog steeds moe.

Ik fiets naar mijn werk en als ik daar kom, ben ik bezweet.

Op mijn werk zit ik veel en mijn rug doet elke dag meer pijn.

Rond de middag heb ik honger en dorst, maar ik moet snel eten en dan verder gaan.

Thuis ontspan ik me.

Ik rust wat op de bank, maar ik voel me uitgeput.

Ik wil niet elke dag pijn en stress hebben. Ik wil gelukkig zijn.

Misschien moet ik nadenken over ander werk.

*Reflexion in einem Tagebuch über den täglichen Arbeitsalltag.
Zeit für eine Veränderung?*

A1.29 Fysieke toestanden en sensaties / Körperliche Zustände und Empfindungen

Module 4 Objecten en mensen beschrijven / Objekte und Personen beschreiben
Jeden Morgen meditiere ich still.

Ich versuche ruhig zu werden, aber ich denke zu viel.

Nach dem Meditieren bin ich immer noch müde.

Ich fahre mit dem Fahrrad zur Arbeit und wenn ich dort ankomme, bin ich verschwitzt.

Bei der Arbeit sitze ich viel und mein Rücken tut jeden Tag mehr weh.

Gegen Mittag habe ich Hunger und Durst, aber ich muss schnell essen und dann weitermachen.

Zu Hause entspanne ich mich.

Ich ruhe mich auf dem Sofa aus, aber ich fühle mich erschöpft.

Ich will nicht jeden Tag Schmerzen und Stress haben. Ich will glücklich sein.

Vielleicht sollte ich über eine andere Arbeit nachdenken.

A1.29.1 Dagboek – Veranderen van werk?

A1.29.1 Tagebuch – Job wechseln?



<https://app.colanguage.com/de/niederlaendisch/kurzgeschichte/dagboek-veranderen-van-werk>



Oefening 1:

Woordbingo

Instructie: 1. Luister minimaal twee keer naar de video en geef de woorden aan die je hoort. 2. Gebruik de woorden om een gesprek te vormen met je docent (schrijf je gesprek op). 3. Memoriseer de woorden met de woordentrainer.

Wort

rustig

gestrest

Übersetzung

ruhig

gestresst

Wort

Übersetzung

ontspanning

Entspannung

voelen

fühlen

loslaten

loslassen

A1.29.1 Dagboek – Veranderen van werk?

A1.29.1 Tagebuch – Job wechseln?



<https://app.colanguage.com/de/niederlaendisch/kurzgeschichte/dagboek-veranderen-van-werk>



Oefening 2:

Tekst

Instructie: 1. Lees de tekst in tweetallen. 2. Leer de zinnen uit het hoofd door de vertaling af te dekken.

Elke ochtend mediteer ik in stilte. *(Jeden Morgen meditiere ich still.)*

Ik probeer rustig te worden,
maar ik denk te veel. *(Ich versuche ruhig zu werden, aber ich denke zu viel.)*

Na het mediteren ben ik nog
steeds moe. *(Nach dem Meditieren bin ich immer noch müde.)*

Ik fiets naar mijn werk en als ik
daar kom, ben ik bezweet. *(Ich fahre mit dem Fahrrad zur Arbeit und wenn ich dort ankomme, bin ich verschwitzt.)*

A1.29 Fysieke toestanden en sensaties / Körperliche Zustände und Empfindungen

Module 4 Objecten en mensen beschrijven / Objekte und Personen beschreiben

Op mijn werk zit ik veel en mijn rug doet elke dag meer pijn.

(Bei der Arbeit sitze ich viel und mein Rücken tut jeden Tag mehr weh.)

Rond de middag heb ik honger en dorst, maar ik moet snel eten en dan verder gaan.

(Gegen Mittag habe ich Hunger und Durst, aber ich muss schnell essen und dann weitermachen.)

Thuis ontspan ik me.

(Zu Hause entspanne ich mich.)

Ik rust wat op de bank, maar ik voel me uitgeput.

(Ich ruhe mich auf dem Sofa aus, aber ich fühle mich erschöpft.)

Ik wil niet elke dag pijn en stress hebben. Ik wil gelukkig zijn.

(Ich will nicht jeden Tag Schmerzen und Stress haben. Ich will glücklich sein.)

Misschien moet ik nadenken over ander werk.

(Vielleicht sollte ich über eine andere Arbeit nachdenken.)

A1.29.1 Dagboek – Veranderen van werk?

A1.29.1 Tagebuch – Job wechseln?



<https://app.colanguage.com/de/niederlaendisch/kurzgeschichte/dagboek-veranderen-van-werk>



Oefening 3:

Vragen over de tekst

Instructie: Lees de bovenstaande tekst en kies het juiste antwoord.

1. **Waarom voelt de persoon zich na het mediteren nog steeds niet goed?**

- | | |
|---------------------------|-------------------|
| a. Omdat hij te veel eet. | b. Omdat hij |
| aan te veel dingen denkt. | c. Omdat hij |
| naar zijn werk fietst. | d. Omdat hij niet |
| mediteert. | |

2. **Wat gebeurt er met de persoon als hij op zijn werk aankomt?**

- a. Hij is bezweet.
- b. Hij is uitgerust.
- c. Hij is rustig.
- d. Hij is blij.

3. **Wat zegt de persoon over zijn rug?**

- a. Hij heeft geen pijn.
- b. Hij heeft elke dag meer pijn in zijn rug.
- c. Hij voelt zich sterk en gezond.
- d. Zijn rug voelt ontspannen na het mediteren.

4. **Wat overweegt de persoon te veranderen in zijn leven?**

- a. Misschien moet hij ander werk zoeken.
- b. Hij wil meer naar zijn werk fietsen.
- c. Hij wil elke dag mediteren.
- d. Hij wil minder eten 's middags.

Lösungen:

A1.29 Fysieke toestanden en sensaties / Körperliche Zustände und Empfindungen

Module 4 Objecten en mensen beschrijven / Objekte und Personen beschreiben

1. Hij is ziek. Hij heeft veel pijn. Hij is bezweet. 2. Hij is bezweet. 3. Hij heeft elke dag meer pijn in zijn rug. 4. Hij is ziek. Hij heeft veel pijn. Hij is bezweet. 2. Hij is bezweet. 3. Hij heeft elke dag meer pijn in zijn rug. 4. Hij is ziek. Hij heeft veel pijn. Hij is bezweet.

A1.29.1 Dagboek – Veranderen van werk?

A1.29.1 Tagebuch – Job wechseln?



<https://app.colanguage.com/de/niederlaendisch/kurzgeschichte/dagboek-veranderen-van-werk>



Oefening 4:

Openingsvragen voor

gesprekken

Instructie: Bespreek de volgende vragen met je leraar met behulp van de woordenschat uit deze les, en schrijf je antwoorden op.

1. Hoe voel jij je meestal na je werk?

.....

2. Wat doe je om te ontspannen na een drukke dag?

.....

3. Heb je wel eens pijn of stress door je werk? Vertel eens.

4. Wat zou je aan je werk willen veranderen als je dat kon?

.....

A1.29 Fysieke toestanden en sensaties / Körperliche Zustände und Empfindungen

Module 4 Objecten en mensen beschrijven / Objekte und Personen beschreiben