

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

A1.29.1 Relato corto: Diario - ¿Cambiar de trabajo?

🔊 <https://blogs.edutal.eu/es/neerlandes/cuentos-cortos/dagboek-veranderen-van-werk>

Reflectie in een dagboek over de dagelijkse werkroutine. Is het 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.

Reflexión en un diario sobre la rutina laboral diaria. ¿Es hora de cambiar?

Cada mañana medito en silencio.

Intento calmarme, pero pienso demasiado.

Después de meditar sigo cansado.

Voy en bicicleta al trabajo y cuando llego estoy sudado.

En el trabajo estoy mucho tiempo sentado y me duele la espalda cada día más.

Alrededor del mediodía tengo hambre y sed, pero tengo que comer rápido y seguir.

En casa me relajo.

Descanso un poco en el sofá, pero me siento agotado.

No quiero tener dolor y estrés todos los días. Quiero ser feliz.

Quizás debería pensar en otro trabajo.

A1.29.1 Dagboek – Veranderen van werk?

A1.29.1 Diario – ¿Cambiar de trabajo?

 <https://blogs.edutal.eu/es/neerlandes/cuentos-cortos/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.

Palabra

rustig

gestrest

Traducción

tranquilo

estresado

Palabra

Traducción

ontspanning

relajación

voelen

sentir

loslaten

soltar

A1.29.1 Dagboek – Veranderen van werk?

A1.29.1 Diario – ¿Cambiar de trabajo?

 <https://blogs.edutal.eu/es/neerlandes/cuentos-cortos/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. *(Cada mañana medito en silencio.)*

Ik probeer rustig te worden, maar ik denk te veel. *(Intento calmarme, pero pienso demasiado.)*

Na het mediteren ben ik nog steeds moe. *(Después de meditar sigo cansado.)*

Ik fiets naar mijn werk en als ik daar kom, ben ik bezweet. *(Voy en bicicleta al trabajo y cuando llego estoy sudado.)*

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

*(En el trabajo estoy mucho tiempo
sentado y me duele la espalda cada
día más.)*

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

*(Alrededor del mediodía tengo
hambre y sed, pero tengo que comer
rápido y seguir.)*

Thuis ontspan ik me.

(En casa me relajo.)

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

*(Descanso un poco en el sofá, pero
me siento agotado.)*

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

*(No quiero tener dolor y estrés todos
los días. Quiero ser feliz.)*

Misschien moet ik nadenken over
ander werk.

*(Quizás debería pensar en otro
trabajo.)*

A1.29.1 Dagboek – Veranderen van werk?

A1.29.1 Diario – ¿Cambiar de trabajo?

 <https://blogs.edutal.eu/es/neerlandes/cuentos-cortos/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 naar zijn werk fietst. | b. |
| Omdat hij aan te veel dingen denkt. | c. |
| Omdat hij niet mediteert. | d. Omdat hij te veel eet. |

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

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

3. Wat zegt de persoon over zijn rug?

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

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

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

Soluciones:

1. Omdat hij aan te veel dingen denkt. 2. Hij is bezweet. 3. Hij heeft elke dag meer pijn in zijn rug. 4. Misschien moet hij ander werk zoeken.

A1.29.1 Dagboek – Veranderen van werk?

A1.29.1 Diario – ¿Cambiar de trabajo?

 <https://blogs.edutal.eu/es/neerlandes/cuentos-cortos/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 / Estado físico y sensaciones.
Module 4 Objecten en mensen beschrijven / Describir objetos y personas.