



## A1.22 Lichaamsdelen

- Découvrez les parties du corps de base.
- Phrases de base pour décrire votre santé.

<b>Het haar</b>	<i>(les cheveux)</i>	<b>De rug</b>	<i>(le dos)</i>
<b>Het hoofd</b>	<i>(la tête)</i>	<b>De buik</b>	<i>(le ventre)</i>
<b>Het gezicht</b>	<i>(le visage)</i>	<b>Het oog</b>	<i>(l'œil)</i>
<b>De nek</b>	<i>(le cou)</i>	<b>De neus</b>	<i>(le nez)</i>
<b>De schouder</b>	<i>(l'épaule)</i>	<b>Het oor</b>	<i>(l'oreille)</i>
<b>De arm</b>	<i>(le bras)</i>	<b>De mond</b>	<i>(la bouche)</i>
<b>De hand</b>	<i>(la main)</i>	<b>Het been</b>	<i>(la jambe)</i>
<b>De vinger</b>	<i>(le doigt)</i>	<b>De voet</b>	<i>(le pied)</i>
<b>De borst</b>	<i>(la poitrine)</i>		

### 1. Dialogue: Twee collega's zijn moe na een lange werkweek en doen samen eenvoudige stretchoefeningen op kantoor.

- Duuk:** Pff, ik heb weer pijn na een week computerwerk. *(Pff, j'ai encore mal après une semaine de travail sur ordinateur.)*
- Roos:** Ja, mijn hoofd doet pijn en ik voel me zo moe. *(Oui, j'ai mal à la tête et je me sens tellement fatiguée.)*
- Duuk:** Ik voel ook spanning in mijn rug. Die is helemaal stijf. *(Je sens aussi des tensions dans mon dos. Il est complètement raide.)*
- Roos:** Mijn trainer gaf me woensdag een paar goede oefeningen daarvoor. *(Mon coach m'a donné mercredi quelques bons exercices pour ça.)*
- Duuk:** Oh, dat klinkt goed. Welke oefeningen gaf hij? *(Oh, ça a l'air bien. Quels exercices t'a-t-il donnés ?)*
- Roos:** Even rechtop staan, je armen uitstrekken en rustig ademhalen. Ik doe ze graag met je mee. *(Se tenir bien droit, étendre les bras et respirer calmement. Je les fais volontiers avec toi.)*
- Duuk:** Super. Heb je nu even tijd? Dan doen we het in de vergaderruimte. *(Super. Tu as un moment maintenant ? Alors on le fait dans la salle de réunion.)*
- Roos:** Ja, daar storen we niemand en hebben we ruimte. *(Oui, là-bas on ne dérange personne et on a de la place.)*
- Duuk:** We kunnen het volgende week elke dag tien minuutjes doen. *(On peut le faire dix minutes chaque jour la semaine prochaine.)*
- Roos:** Oké voor mij. We kunnen het ook samen met de collega's doen. *(Ok pour moi. On peut aussi le faire ensemble avec les collègues.)*
- Duuk:** Dat vind ik een topidee. Ik stem voor. *(Je trouve que c'est une super idée. Je vote pour.)*

1. Waar willen Duuk en Roos de oefeningen doen?

- a. In de lift
- b. In de vergaderruimte
- c. In de kantine
- d. Buiten bij de ingang

2. Welke klacht heeft Duuk?
- a. Zijn voet doet pijn
  - b. Zijn neus is dicht
  - c. Zijn haar zit niet goed
  - d. Zijn rug is stijf

**1-b 2-d**

**2. Grammaire: Verbes irréguliers couramment utilisés**

'Zijn', 'gaan', 'hebben', 'zullen' sont des verbes irréguliers très utilisés.



1. 'Zijn' et 'hebben' sont les auxiliaires les plus utilisés.
2. 'Gaan' est utilisé pour des actions futures avec un infinitif.
3. 'Zullen' exprime une promesse, une proposition ou le futur.

<b>Werkwoord (verbe)</b>	<b>Ik (je) Jij/u (tu/vous)</b>		<b>Hij/zij/het (il/elle)</b>	<b>Wij/jullie/zij (nous/vous/ils, elles)</b>
Zijn ( <i>être</i> )	ben	bent	is	zijn
Hebben ( <i>avoir</i> )	heb	hebt	heeft	hebben
Gaan ( <i>aller</i> )	ga	gaat	gaat	gaan
Zullen ( <i>verbe auxiliaire du futur</i> )	zal	zal	zal	zullen

1. Ik \_\_\_\_\_ vandaag ziek; mijn hoofd en mijn buik doen pijn.  
  - a. bent
  - b. ben
  - c. is
  - d. zijn
2. Jij \_\_\_\_\_ koorts en een pijnlijke rug; je gaat naar huis.  
  - a. heeft
  - b. heb
  - c. hebt
  - d. hebben
3. U \_\_\_\_\_ straks naar de fysiotherapeut voor uw nek en uw schouder.  
  - a. gaan
  - b. zal
  - c. ga
  - d. gaat
4. Morgen \_\_\_\_\_ ik bellen om te vragen hoe het met uw rug en uw been is.  
  - a. zal
  - b. heb
  - c. ben
  - d. gaat

**1. ben 2. hebt 3. gaat 4. zal**

### 3. Exercices



#### 1. Associez chaque début avec sa fin correcte.

- |                            |   |
|----------------------------|---|
| a. Ik ben thuis,           | 1. want mijn buik doet zeer en mijn mond doet zeer. |
| b. Ik heb pijn             | 2. in mijn rug en in mijn nek.                      |
| c. De dokter zegt dat ik   | 3. want mijn hoofd doet pijn.                       |
| d. Ik ga naar de huisarts, | 4. rust moet nemen voor mijn been.                  |

**1-c:** Je suis à la maison, car j'ai mal à la tête. **2-b:** J'ai mal au dos et au cou. **3-d:** Le médecin dit que je dois me reposer pour ma jambe. **4-a:** Je vais chez le médecin généraliste, car j'ai mal au ventre et j'ai mal à la bouche.

#### 2. Affiche chez le kinésithérapeute de l'entreprise (Audio disponible dans l'application)

**Remplissez les lacunes:** loop, afspraak, lichaam, hoofd, Zit, armen, rug, lichaam, nek, handen, hoofd

Op de tweede verdieping van het kantoor hangt een poster van de bedrijfsfysio. Bovenaan staat: "Zorg goed voor je \_\_\_\_\_ op kantoor." Op de poster zie je een tekening van een persoon achter een bureau. Het \_\_\_\_\_ is recht, de \_\_\_\_\_ is lang en de \_\_\_\_\_ is recht. De \_\_\_\_\_ liggen ontspannen op het bureau en de \_\_\_\_\_ staan op het toetsenbord.

Onder de tekening staan tips: " \_\_\_\_\_ niet te lang stil. Sta elk uur even op en \_\_\_\_\_ vijf minuten." "Voel je pijn in je rug of nek? Rek rustig je armen en draai zacht met je \_\_\_\_\_ ." Onderaan de poster staat: "Heb je vaak pijn in je \_\_\_\_\_ ? Maak een \_\_\_\_\_ bij de bedrijfsfysio op vrijdagmiddag."

*Au deuxième étage du bureau est accroché une affiche du kinésithérapeute de l'entreprise. En haut, il est écrit : « Prends bien soin de ton corps au bureau. » Sur l'affiche, tu vois un dessin d'une personne derrière un bureau. La tête est droite, le cou est long et le dos est droit. Les bras reposent détendus sur le bureau et les mains sont sur le clavier.*

*Sous le dessin, il y a des conseils : « Ne reste pas assis trop longtemps sans bouger. Lève-toi chaque heure un instant et marche cinq minutes. » « Tu as mal au dos ou au cou ? Étire tranquillement tes bras et tourne doucement la tête. » En bas de l'affiche, il est écrit : « Tu as souvent mal au corps ? Prends rendez-vous chez le kinésithérapeute de l'entreprise le vendredi après-midi. »*

#### 3. Écoutez les extraits audio et choisissez la bonne solution.



1. Waarom gaat de vrouw weg van haar werk?  
(Pourquoi la femme part-elle de son travail ?)
  - a. Ze heeft pijn aan haar hoofd en buik.
  - b. Ze heeft een probleem met haar computer.
  - c. Ze gaat sporten met haar collega's.
2. Welk deel van het lichaam van Mark doet pijn?  
(Quelle partie du corps de Mark lui fait mal ?)
  - a. Alleen zijn keel.
  - b. Zijn neus en zijn rug.
  - c. Zijn hand en zijn vingers.

#### 4. Choisissez la bonne solution

1. Ik \_\_\_\_\_ op de stoel in de wachtkamer en mijn rug doet pijn. *(Je suis assis sur la chaise dans la salle d'attente et j'ai mal au dos.)*  
a. zat      b. zit      c. zitten      d. ziet
2. Wij \_\_\_\_\_ langzaam naar de huisarts, want mijn voet doet heel veel pijn. *(Nous marchons lentement vers le médecin généraliste, car j'ai très mal au pied.)*  
a. loop      b. loopt      c. lopen      d. liepen
3. De dokter zegt: "U \_\_\_\_\_ in de spreekkamer; u bent nu aan de beurt." *(Le médecin dit : « Vous êtes assis dans le cabinet de consultation ; c'est à vous maintenant. »)*  
a. zitten u      b. zit      c. zitten      d. zitt

1. zit 2. lopen 3. zit

#### 5. Jeu de rôle : Complète les dialogues

##### a. Bij de huisarts: rug en nek

**Patiënt:** *Goedemorgen, ik heb pijn in mijn rug en in mijn nek.  
(Bonjour, j'ai mal au dos et au cou.)*

**Huisartsassistente:** 1. \_\_\_\_\_

**Patiënt:** *Mijn hoofd is oké, maar mijn buik voelt ook een beetje raar.  
(Ma tête va bien, mais mon ventre se sent aussi un peu bizarre.)*

**Huisartsassistente:** 2. \_\_\_\_\_

##### b. Op kantoor: collega voelt zich niet goed

**Collega Anna:** 3. \_\_\_\_\_

**Collega Mark:** *Nee, ik voel me niet goed. Mijn hoofd en mijn buik doen pijn.  
(Non, je ne me sens pas bien. J'ai mal à la tête et au ventre.)*

**Collega Anna:** 4. \_\_\_\_\_

**Collega Mark:** *Nee, alleen daar. Mijn hele lichaam voelt vandaag erg moe.  
(Non, seulement là. Tout mon corps se sent très fatigué aujourd'hui.)*

#### Exemples de réponses:

1. Oei, doet uw hoofd ook pijn of alleen de rug en de nek? 2. Goed, ik maak een afspraak bij de huisarts voor uw rug en uw buik. 3. Hoi Mark, gaat het wel? Je gezicht ziet er bleek uit. 4. Heb je ook pijn in je arm of in je hand, of alleen in je hoofd en buik?

#### 6. Exercez-vous par deux ou avec votre enseignant.

1. Je belt de huisartsassistente. Je voelt je niet goed op werk. Je hebt pijn aan je hoofd. Vraag om een afspraak bij de dokter. (Gebruik: het hoofd, pijn, een afspraak)

---



2. Je bent bij de huisarts. De dokter vraagt: 'Waar heeft u pijn?' Zeg dat je buikpijn hebt. (Gebruik: de buik, pijn hebben, de dokter)

---

## 7. E-mail

**Onderwerp:** Ziekmelden vandaag

Beste collega,

We kregen je telefoontje dat je vandaag ziek bent. Kun je in een korte mail uitleggen wat er ongeveer aan de hand is? Bijvoorbeeld: heb je pijn aan je **hoofd, rug of buik**? Voel je je erg **moe**?

Schrijf ook of je naar de huisarts **gaat** en of je morgen weer kunt **werken**.

Met vriendelijke groet,

**Marieke**

HR-afdeling



**Rédigez une réponse appropriée:** *Ik heb pijn aan mijn ... / Ik ga vandaag naar de ... / Ik denk dat ik morgen ...*

---

---

---

### Verbes importants

#### Lopen (*marcher*)

Onvoltooid tegenwoordige tijd (OTT)

ik	loop
jij/je	loopt
hij/zij/ze/het	loopt
wij/we	lopen
jullie	lopen
zij/ze	lopen

#### Zitten (*s'asseoir*)

Onvoltooid tegenwoordige tijd (OTT)

zit
zit
zit
zitten
zitten
zitten