

## A1.16 Dagelijkse routines



- Parle de ta routine quotidienne.  
 Parlez des habitudes.

<b>Dagelijks</b>	<i>(Quotidien(ne))</i>	<b>Slapen</b>	<i>(Dormir)</i>
<b>Werken</b>	<i>(Travailler)</i>	<b>Ontbijten</b>	<i>(Prendre le petit-déjeuner)</i>
<b>Beginnen</b>	<i>(Commencer)</i>	<b>Zich wassen</b>	<i>(Se laver)</i>
<b>Doen</b>	<i>(Faire)</i>	<b>Zich aankleden</b>	<i>(S'habiller)</i>
<b>Douchen</b>	<i>(Prendre une douche)</i>	<b>Zich scheren</b>	<i>(Se raser)</i>
<b>Opstaan</b>	<i>(Se lever)</i>	<b>Kammen</b>	<i>(Peigner (se))</i>
<b>Wakker worden</b>	<i>(Se réveiller)</i>		

### 1. Dialogue: Twee vrienden praten over Linda en haar ochtendroutine (QR: Audio)



- Liam:** Heb je het gehoord van Linda? Zij staat om vier uur op!  
*(Tu as entendu parler de Linda ? Elle se lève à quatre heures !)*
- Emma:** Ja joh! Dat kan ik echt niet. Ik slaap tot acht uur.  
*(Oui ! Moi, je ne peux vraiment pas. Je dors jusqu'à huit heures.)*
- Liam:** Ik sta om negen uur op. Ik scheer me en ontbijt daarna.  
*(Je me lève à neuf heures. Je me rase et je prends ensuite mon petit-déjeuner.)*
- Emma:** Ik ook! Ik ontbijt altijd en drink er ook een kop koffie bij.  
*(Moi aussi ! Je prends toujours mon petit-déjeuner et je bois aussi une tasse de café avec.)*
- Liam:** Scheer jij je ook?  
*(Toi aussi, tu te rases ?)*
- Emma:** Nee, grapjas. Ik was me, doe mascara op en zet de koffie klaar.  
*(Non, clown. Je me lave, je mets du mascara et je prépare le café.)*
- Liam:** Oh, oke. Ik ga net als Linda met de auto naar het werk.  
*(Oh, d'accord. Je vais au travail en voiture comme Linda.)*
- Emma:** Zullen we morgen samen met de fiets naar het werk gaan in plaats van met de auto?  
*(On y va demain ensemble à vélo au travail au lieu d'y aller en voiture ?)*
- Liam:** Ja, dat is goed! Dan begint onze ochtendroutine ontspannen en gezond.  
*(Oui, c'est bon ! Alors, notre routine du matin commence de façon détendue et saine.)*

- Hoe laat staat Linda op? (*À quelle heure Linda se lève-t-elle ?*)
  - Om tien uur.
  - Om negen uur.
  - Om acht uur.
  - Om vier uur.
- Wat doen Liam en Emma morgen? (*Que font Liam et Emma demain ?*)
  - Ze lopen naar het werk.
  - Ze gaan met de auto naar het werk.
  - Ze gaan samen met de fiets naar het werk.
  - Ze nemen de trein naar het werk.

1-d 2-c



## 2. Grammaire: Verbes pronominaux (zich wassen, zich scheren)

Les verbes pronominaux utilisent un pronom réfléchi. Exemples : zich wassen, zich scheren.

1. Les verbes pronominaux utilisent les pronoms réfléchis 'me', 'je', 'zich'.

Persoon (Personne)	Vervoeging (Conjugaison)	Wederkerend voornaamwoord (Pronom réfléchi)
Ik	was	me
Jij	wast	je
Hij/Zij	wast	zich
Wij	wassen	ons
Jullie	wassen	je
Zij	wassen	zich

- Ik sta om zeven uur op en dan was ik \_\_\_\_\_ snel voordat ik naar mijn werk ga. (*Je me lève à sept heures et ensuite je me lave vite avant d'aller au travail.*)  
a. ons      b. mij      c. zich      d. me
- Kun je \_\_\_\_\_ wat zachter wassen? De douche maakt nu veel lawaai. (*Peux-tu te laver un peu plus doucement? La douche fait beaucoup de bruit maintenant.*)  
a. jij      b. jou      c. je      d. zich
- Jullie wassen \_\_\_\_\_ en daarna gaan jullie ontbijten. (*Vous vous lavez et ensuite vous prenez le petit-déjeuner.*)  
a. zich      b. jullie      c. je      d. ons
- Na het sporten douchen we en scheren we \_\_\_\_\_ in de kleedkamer op het werk. (*Après le sport, nous prenons une douche et nous nous rasons dans le vestiaire au travail.*)  
a. zich      b. je      c. we      d. ons

1. me 2. je 3. je 4. ons

### 3.Exercices

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

- |                                    |                                   |
|------------------------------------|-----------------------------------|
| 1. Ik sta doordeweeks om zeven uur | a. douche ik en was ik me.        |
| 2. Na het opstaan                  | b. op om naar mijn werk te gaan.  |
| 3. In het weekend                  | c. voordat hij naar kantoor gaat. |
| 4. Hij scheert zich elke ochtend   | d. slaap ik liever iets langer.   |

**1-b:** En semaine, je me lève à sept heures pour aller au travail. **2-a:** Après m'être levé(e), je prends une douche et je me lave.

**3-d:** Le week-end, je préfère dormir un peu plus longtemps. **4-c:** Il se rase chaque matin avant d'aller au bureau.



#### 2. Blog : Mon matin de jeune père (QR: Audio)

**Remplissez les lacunes:** kleeft, slaapt, ontbijt, fiets, koffie, wakker, douchen, dagelijkse, op, wakker



Sinds drie maanden ben ik vader. Mijn (1) \_\_\_\_\_ routine is nu anders. Om half zeven word ik (2) \_\_\_\_\_. Ik sta (3) \_\_\_\_\_ en ik ga eerst (4) \_\_\_\_\_. Daarna was ik mijn gezicht en kam ik mijn haar. Dan (5) \_\_\_\_\_ ik me aan voor mijn werk.

Om zeven uur maak ik (6) \_\_\_\_\_ en (7) \_\_\_\_\_ ik met mijn vriendin. Soms is de baby (8) \_\_\_\_\_, soms (9) \_\_\_\_\_ hij nog. Dan wassen wij hem samen en doen we schone kleren aan. Om half acht ga ik met de (10) \_\_\_\_\_ naar mijn werk. 's Avonds spelen wij met de baby, eten wij samen en om elf uur ga ik slapen.

*Depuis trois mois, je suis père. Ma routine quotidienne est maintenant différente. À six heures et demie, je me réveille. Je me lève et je vais d'abord prendre une douche. Ensuite, je me lave le visage et je me peigne les cheveux. Puis je m'habille pour aller au travail.*

*À sept heures, je fais du café et je prends le petit-déjeuner avec ma petite amie. Parfois, le bébé est réveillé, parfois il dort encore. Alors nous le lavons ensemble et nous lui mettons des vêtements propres. À sept heures et demie, je vais au travail à vélo. Le soir, nous jouons avec le bébé, nous mangeons ensemble et à onze heures, je vais me coucher.*

*(1) dagelijkse, (2) wakker, (3) op, (4) douchen, (5) kleeft, (6) koffie, (7) ontbijt, (8) wakker, (9) slaapt, (10) fiets*



### 3. Écoutez les extraits audio et choisissez la bonne solution. (QR: Audio)

- Wat vertelt de man vooral over zichzelf? (*Que raconte surtout l'homme à propos de lui-même ?*)
  - Hij praat over zijn plannen voor het weekend.*
  - Hij beschrijft zijn ochtendgewoonte voordat hij gaat werken.*
  - Hij legt uit wat hij in de avond na zijn werk doet.*
- Wat doen de vrouw en haar man samen in hun dagelijkse routine? (*Que font la femme et son mari ensemble dans leur routine quotidienne ?*)
  - Ze lopen samen naar kantoor na het opstaan.*
  - Ze douchen samen voordat ze naar het werk gaan.*
  - Ze eten samen de eerste maaltijd van de dag.*

1-b 2-c

### 4. Choisissez la bonne solution

- Ik sta om zeven uur op en daarna \_\_\_\_\_ ik me in de badkamer. (*Je me lève à sept heures et ensuite je me lave dans la salle de bain.*)
  - was me*
  - wassen*
  - was*
  - wast*
- In het weekend \_\_\_\_\_ jij je niet, want je wilt uitslapen. (*Le week-end, tu ne te rases pas, car tu veux faire la grasse matinée.*)
  - scheert*
  - scheer je*
  - scheeren*
  - scheer*
- Elke avond \_\_\_\_\_ wij ons snel, want we gaan vroeg naar bed. (*Chaque soir, nous nous lavons vite, car nous allons nous coucher tôt.*)
  - wast*
  - wassen*
  - wasten*
  - was*

1. was 2. scheert 3. wassen

### 5. Jeu de rôle - dialogues (QR: Audio)



#### a. Koffiepauze bij de automaat

- Collega Peter:** *Hoi, hoe laat sta jij meestal op op een werkdag?*  
(*Salut, à quelle heure te lèves-tu généralement un jour de travail ?*)
- Jij:** *Ik sta om half zeven op en ik ga eerst douchen.*  
(*Je me lève à six heures et demie et je vais d'abord me doucher.*)
- Collega Peter:** *Ik word om zes uur wakker, maar ik douche 's avonds; 's ochtends ontbijt ik snel en ga ik werken.*  
(*Je me réveille à six heures, mais je me douche le soir ; le matin je prends vite mon petit-déjeuner et je vais travailler.*)
- Jij:** *Ik ontbijt ook snel, anders begin ik te laat met werken.*  
(*Moi aussi, je prends vite mon petit-déjeuner, sinon je commence à travailler trop tard.*)

1. Hoe laat staat jij meestal op op een werkdag?

---

### b. Avond en slaap bespreken

**Partner Anna:** *Je bent elke ochtend zo moe, hoe laat ga jij eigenlijk slapen?  
(Tu es tellement fatigué(e) chaque matin, à quelle heure te couches-tu en fait ?)*

**Jij:** *Ik ga vaak pas om half twaalf slapen, omdat ik 's avonds nog werk.  
(Souvent, je ne me couche qu'à onze heures et demie, parce que je travaille encore le soir.)*

**Partner Anna:** *Misschien kun je eerder stoppen met werken en eerst even rustig wassen en ontspannen.  
(Peut-être que tu peux arrêter de travailler plus tôt et d'abord te laver tranquillement et te détendre.)*

**Jij:** *Ja, goed idee — dan kleeid ik me op tijd aan en gaan we samen even zitten voordat we naar bed gaan.  
(Oui, bonne idée — alors je m'habille à temps et on s'assoit ensemble un moment avant d'aller au lit.)*

1. Waarom ben jij 's ochtends vaak moe volgens dit gesprek?

---

### 6. Exercez-vous par deux ou avec votre enseignant. (QR: IA+)

1. Je appt een collega. Morgen begin je vroeg met werken en je wilt na het werk op tijd naar huis. Vertel kort hoe jouw ochtend is. (Gebruik: werken, opstaan, ontbijten)



2. Je partner vraagt: "Hoe laat sta jij doordeweeks op?" Antwoord en vertel kort wat je dan als eerste doet. (Gebruik: opstaan, wakker worden, douchen)

---

## 7. Écriture: WhatsApp (QR: IA+)

Hoi [naam],

Morgen wil ik iets nieuws proberen. Ik wil niet met de auto, maar met de **fiets** naar het werk gaan.

Hoe ziet jouw **ochtend** eruit? Hoe laat **sta jij op**? **Douche** je in de ochtend? Neem je tijd om te **ontbijten** of drink je alleen koffie?

Wil je morgen om **8.00 uur** bij mijn huis vertrekken? Dan **beginnen** we de dag rustig en gezond.

Laat je het even weten?

Groetjes,  
Emma



**Rédigez une réponse appropriée:** *Ik sta om ... uur op en dan ... / Daarna douche ik en ik ... / Morgen kan ik wel/niet meefietsen, want ...*

### Verbes importants

	<b>Zich scheren</b> ( <i>se raser</i> )	<b>Zich wassen</b> ( <i>se laver</i> )	<b>Slapen</b> ( <i>dormir</i> )
	Onvoltooid tegenwoordige	Onvoltooid tegenwoordige	Onvoltooid tegenwoordige
	tijd (OTT)	tijd (OTT)	tijd (OTT)
ik	scheer me	was me	slaap
jij/je	scheert je	wast je	slaapt
hij/zij/ze/het	scheert zich	wast zich	slaapt
wij/we	scheren ons	wassen ons	slapen
jullie	scheren je	wassen je	slapen
zij/ze	scheren zich	wassen zich	slapen