



A1.22 Lichaamsdelen

- Conosci le parti fondamentali del corpo.
- Frasi di base per descrivere il proprio stato di salute.

Het haar	<i>(I capelli)</i>	Het lichaam	<i>(Il corpo)</i>
Het hoofd	<i>(La testa)</i>	De rug	<i>(La schiena)</i>
Het gezicht	<i>(Il viso)</i>	De buik	<i>(La pancia)</i>
De neus	<i>(Il naso)</i>	De arm	<i>(Il braccio)</i>
Het oor	<i>(L'orecchio)</i>	De hand	<i>(La mano)</i>
Het oog	<i>(L'occhio)</i>	De vinger	<i>(Il dito)</i>
De mond	<i>(La bocca)</i>	Het been	<i>(La gamba)</i>
De nek	<i>(Il collo)</i>	De voet	<i>(Il piede)</i>

1. Dialogo: 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. *(Uff, mi fa di nuovo male dopo una settimana di lavoro al computer.)*
- Roos:** Ja, mijn hoofd doet pijn en ik voel me zo moe. *(Sì, mi fa male la testa e mi sento così stanca.)*
- Duuk:** Ik voel ook spanning in mijn rug. Die is helemaal stijf. *(Sento anche tensione nella schiena. È tutta rigida.)*
- Roos:** Mijn trainer gaf me woensdag een paar goede oefeningen daarvoor. *(Il mio allenatore mi ha dato mercoledì un paio di buoni esercizi per questo.)*
- Duuk:** Oh, dat klinkt goed. Welke oefeningen gaf hij? *(Oh, sembra ottimo. Quali esercizi ti ha dato?)*
- Roos:** Even rechtop staan, je armen uitstrekken en rustig ademen. Ik doe ze graag met je mee. *(Stare dritti, allungare le braccia e respirare lentamente. Mi piace farli con te.)*
- Duuk:** Super. Heb je nu even tijd? Dan doen we het in de vergaderkamer. *(Fantastico. Hai un attimo adesso? Allora lo facciamo nella sala riunioni.)*
- Roos:** Ja, daar storen we niemand en hebben we ruimte. *(Sì, lì non disturbiamo nessuno e abbiamo spazio.)*
- Duuk:** We kunnen het volgende week elke dag tien minuutjes doen. *(Possiamo farlo ogni giorno dieci minutini la prossima settimana.)*
- Roos:** Oké voor mij. We kunnen het ook samen met de collega's doen. *(Va bene per me. Possiamo farlo anche insieme ai colleghi.)*
- Duuk:** Dat vind ik een topidee. Ik stem voor. *(Lo trovo un'idea fantastica. Voto a favore.)*

1. Waar willen Duuk en Roos de oefeningen doen?
 - a. In de lift
 - b. In de kantine
 - c. Buiten bij de ingang
 - d. In de vergaderkamer
2. Welke klacht heeft Duuk?
 - a. Zijn haar zit niet goed
 - b. Zijn neus is dicht
 - c. Zijn rug is stijf
 - d. Zijn voet doet pijn

1-d 2-c



2. Grammatica: Verbi irregolari di uso frequente

'Zijn', 'gaan', 'hebben', 'zullen' sono verbi irregolari molto usati.

1. 'Zijn' e 'hebben' sono i verbi ausiliari più usati.
2. 'Gaan' si usa per azioni future con un infinito.
3. 'Zullen' esprime una promessa, una proposta o il futuro.

Werkwoord (Verbo)	Ik (Io)	Jij/u (Tu/Lei)	Hij/zij/het (Lui/lei/esso)	Wij/jullie/zij (Noi/voi/loro)
Zijn (<i>Essere</i>)	ben	bent	is	zijn
Hebben (<i>Avere</i>)	heb	hebt	heeft	hebben
Gaan (<i>Andare</i>)	ga	gaat	gaat	gaan
Zullen (<i>Verbo modale per il futuro</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. Esercizi

1. Abbina ogni inizio con la sua corretta conclusione.

- | | |
|----------------------------|---|
| 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: Sono a casa, perché mi fa male la testa. **2-b:** Ho dolore alla schiena e al collo. **3-d:** Il medico dice che devo riposare per la gamba. **4-a:** Vado dal medico di base, perché mi fa male la pancia e mi fa male la bocca.



2. Poster presso il fisioterapista aziendale (Audio disponibile nell'app)

Compila gli spazi vuoti: 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."

Al secondo piano dell'ufficio è appeso un poster del fisioterapista aziendale. In alto c'è scritto: "Prenditi cura del tuo corpo in ufficio." Sul poster vedi un disegno di una persona dietro una scrivania. La testa è dritta, il collo è lungo e la schiena è dritta. Le braccia sono appoggiate rilassate sulla scrivania e le mani sono sulla tastiera.

Sotto il disegno ci sono dei consigli: "Non stare seduto fermo troppo a lungo. Alzati ogni ora per un momento e cammina per cinque minuti." "Senti dolore alla schiena o al collo? Allunga con calma le braccia e ruota dolcemente la testa." In fondo al poster c'è scritto: "Hai spesso dolore nel corpo? Fissa un appuntamento con il fisioterapista aziendale il venerdì pomeriggio."

3. Ascolta i frammenti audio e scegli la soluzione corretta.

1. Waarom gaat de vrouw weg van haar werk?
(Perché la donna va via dal lavoro?)
 - 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?
(Quale parte del corpo di Mark fa male?)
 - a. Alleen zijn keel.
 - b. Zijn neus en zijn rug.
 - c. Zijn hand en zijn vingers.



4. Scegli la soluzione corretta

1. Ik _____ op de stoel in de wachtkamer en mijn rug doet pijn. *(Sono seduto sulla sedia nella sala d'attesa e mi fa male la schiena.)*
a. zat b. zit c. zitten d. ziet
2. Wij _____ langzaam naar de huisarts, want mijn voet doet heel veel pijn. *(Noi camminiamo lentamente verso il medico di base, perché mi fa molto male il piede.)*
a. loop b. loopt c. lopen d. liepen
3. De dokter zegt: "U _____ in de spreekkamer; u bent nu aan de beurt." *(Il dottore dice: "Lei è seduto nello studio medico; ora tocca a lei.")*
a. zitten u b. zit c. zitten d. zitt

1. zit 2. lopen 3. zit

5. Gioco di ruolo: Completa i dialoghi



a. Bij de huisarts: rug en nek

Patiënt: *Goedemorgen, ik heb pijn in mijn rug en in mijn nek. (Buongiorno, ho dolore alla schiena e al collo.)*

Huisartsassistente: 1. _____

Patiënt: *Mijn hoofd is oké, maar mijn buik voelt ook een beetje raar. (La mia testa va bene, ma anche la pancia si sente un po' strana.)*

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. (No, non mi sento bene. Mi fanno male la testa e la pancia.)*

Collega Anna: 4. _____

Collega Mark: *Nee, alleen daar. Mijn hele lichaam voelt vandaag erg moe. (No, solo lì. Oggi tutto il mio corpo si sente molto stanco.)*

Esempi di risposte:

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. Esercitatevi in coppia o con il vostro insegnante.

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



Scrivi una risposta appropriata: *Ik heb pijn aan mijn ... / Ik ga vandaag naar de ... / Ik denk dat ik morgen ...*

Verbi importanti

Lopen (*correre*)

Onvoltooid tegenwoordige tijd (OTT)

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

Zitten (*sedersi*)

Onvoltooid tegenwoordige tijd (OTT)

zit
zit
zit
zitten
zitten
zitten