



Voorbeeld computertest

Informatie over achtergrondvragen

Een ITNA-computertest start altijd met enkele vragen naar persoonsgegevens. Het kost ongeveer 2 minuten om deze vragen te beantwoorden.

De volgende vragen worden gesteld:

- naam en voornaam
- geboortedatum
- moedertaal
- geboorteland
- reden van deelname
- e-mailadres

Deze persoonsgegevens worden gebruikt om de testresultaten te verwerken, certificaten aan te maken, en ook om te controleren hoe vaak iemand de test al heeft afgelegd.

Bepaalde gegevens kunnen gebruikt worden voor wetenschappelijk onderzoek, bijvoorbeeld naar het profiel van deelnemers. Dat gebeurt dan altijd geanonimiseerd.

Alle gegevens van deelnemers worden veilig bewaard in de testcentra en ze worden daar met de nodige discretie behandeld.

Taal in gebruik

Meerkeuzevragen woordenschat

Instructie:

Selecteer het juiste antwoord. Er is slechts 1 juist antwoord.

1. Verschillende farmaceutische bedrijven willen deze ziekte samen
 - A. afrekenen
 - B. bestrijden
 - C. inspelen
 - D. optreden

2. Voor de meeste Belgen is het klimaat ... bij de keuze van een vakantiebestemming.
 - A. beduidend
 - B. bedwingend
 - C. doorslaggevend:
 - D. overwegend

3. Door de toename van de wereldbevolking is een grotere kans op epidemieën
 - A. degelijk
 - B. onvermijdelijk
 - C. overbodig
 - D. uitwendig

4. Kinderen kunnen het ... 'tijd' heel moeilijk bevatten. Ze kunnen bijvoorbeeld niet goed inschatten hoe lang gebeurtenissen geleden zijn.
 - A. begrip
 - B. kenmerk
 - C. verdrag
 - D. wezen

5. Betere landbouwtechnieken zorgen voor een grotere ..., zodat eenzelfde stuk landbouwgrond meer mensen kan voeden.
 - A. deelname
 - B. opbrengst
 - C. overdracht
 - D. uitkomst

6. Als de dosis van een medicijn te hoog of te laag is, moet ze door de arts worden
- A. bedacht
 - B. bijgesteld
 - C. hernomen
 - D. omgewisseld
7. ... zijn jarenlange inzet voor bosbehoud, kreeg hij geen erkenning.
- A. Behalve
 - B. Mits
 - C. Ondanks
 - D. Opdat
8. Steeds meer alleenstaanden komen moeilijk rond. ... overweegt de overheid hun belastingen te verlagen.
- A. Daarom
 - B. Doordat
 - C. Opdat
 - D. Wegens
9. Er is een enquête gehouden ... 1000 jonge ondernemers, om naar hun behoeften te peilen.
- A. bij
 - B. in
 - C. over
 - D. voor
10. Welke uitdrukking betekent "veel drukte over niets"?
- A. een druppel op een hete plaat
 - B. een rotte appel
 - C. een storm in een glas water
 - D. een vinger in de pap
11. Welke uitdrukking betekent "een beslissing nemen"?
- A. de geest geven
 - B. de knoop doorhakken
 - C. de plaat poetsen
 - D. de spijker op de kop slaan

Invulvragen woordenschat

Instructie:

Verander het woord zodat het in de zin past.

1. *spanning*

Ze wachten ... op de resultaten van de test.

2. *ingrijpen*

Ze heeft lang moeten herstellen na die zware chirurgische

3. *bewering*

Hij ... dat hij geen fraude heeft gepleegd.

4. *gunst*

De beslissing van de faculteitsraad was niet ... voor de studenten.

Invulvragen grammatica

Instructie:

Vul de juiste vorm van het woord in. Het kan zijn dat u een woord moet toevoegen.

1. *volhouden*

Ze hebben lang ... dat ze gelijk hadden.

2. *beantwoorden*

De woordvoerder van de politie leek nerveus terwijl hij de vragen van de pers

3. *overdrijven*

Als hij op die vergadering niet zo ..., zou men hem meteen geloofd hebben.

4. *verdoven*

Terwijl de anesthesist haar ..., merkte ze hoe haar arm tintelde.

5. *veroorzaken*

De ziekte, die door een virus ..., is nu ook in Europa aangetroffen.

6. *fietsen*

De snelste manier om je in de stad te verplaatsen is niet met de auto, maar al

7. *aanbieden*

Het griepvaccin wordt aan de oudere patiënten gratis

8. *stijgen*

In het rapport staat dat de prijzen vorig jaar 20%

9. *zich bezighouden*

We ... met het bestuderen van de belangrijkste problemen, nadat we eerst de contouren hadden bepaald.

10. *moeilijk*

Van alle vragen was dit de

Teksten met ontbrekende woorden

Instructie:

Vul de ontbrekende woorden in.

Pas op: u mag telkens maar 1 woord invullen.

Klik pas op 'Antwoorden' nadat u alle woorden hebt ingevuld.

1. Te veel zitten schaadt

De universiteit van Leuven probeert studenten ... waarschuwen voor de gevaren van langdurig stilzitten. Meer dan acht uur per dag zitten, ... immers het risico op allerlei aandoeningen, zoals diabetes en hart- en vaatziekten. De KU Leuven wil ... dat haar studenten, lesgevers en werknemers in die val trappen. Met sensibiliseringsfilmpjes, een bewegingscoach en een bewegingsaanbod voor de medewerkers sprong de campagne tot ... toe niet erg in het oog buiten de universiteitsmuren. Veel opvallender is het initiatief van de 'sta-secretarissen' die de unief nu invoert. Sta-secretarissen zijn studenten ... om het halfuur de les mogen onderbreken zodat iedereen even de benen kan strekken.

2. De strijd tegen de ivoorhandel

Ondanks een wereldwijd verbod op ivoorhandel gaat het stropen van olifanten in Afrika onverminderd door en draait de illegale handel in slagtanen op volle toeren. Wetenschappers ontdekten dat het meeste ivoor dat de laatste jaren werd onderschept, afkomstig is van olifanten die kort tevoren waren gedood. Daarmee bevestigen zij dat olifantenpopulaties nog steeds krimpen. De ivoorsmokkel gaat ... snelst in Oost-Afrika. Daar leven olifanten vooral op savannes en zijn ze makkelijker neer te schieten ... in andere regio's waar ze in bosrijke gebieden leven. Het onderzoek maakt duidelijk dat de strijd tegen ... stropen van olifanten nauwelijks resultaat oplevert. Dat komt mede doordat ... te weinig aandacht is voor de politiek-economische context van de stroperij. "De toenemende druk op natuurlijke hulpbronnen en de ivoorhandel houden verband ... elkaar. De nieuwe wegen die in Afrika zijn aangelegd bevorderen stroperij en ivoorhandel."

3. Koopverslaving

Voelt u zich bijzonder opgewonden of zelfs euforisch als u gaat winkelen? Koopt u vaak dingen die u niet nodig heeft, bijvoorbeeld omdat ze afgeprijsd zijn? Vinden de mensen rondom u dat u veel te vaak winkelt of veel te veel geld ... aan wat u koopt? 1 op de 20 Belgen lijdt aan een koopverslaving, dat blijkt uit een doctoraatsstudie aan de VUB. Hiervoor ... Belgische consumenten bevestigd over hun koopgedrag. Uit de resultaten blijkt dat 5 tot 6 procent lijdt aan koopverslaving, goed voor enkele honderdduizenden mensen. Maar volgens Malaika Brengman, professor Consumentengedrag aan de VUB, zijn er gradaties: van mensen die sneller dan gemiddeld iets aankopen ... mensen die extreem verslaafd zijn. "Koopverslaafden zijn doorgaans mensen ... een laag zelfbeeld of depressieve gevoelens die wanneer ze iets kunnen kopen plots een zeer goed gevoel krijgen. Zo'n gevoel ontstaat door een hormoon dat kortstondig vrijkomt in hun hersenen en dat gevoel is ook iets ... ze steeds op zoek blijven gaan, zoals een roes bij druggebruikers".

4. Extreme armoede

Extreme armoede bepaalt nog steeds het leven van een miljard mensen op aarde. Armoede berooft mensen van ... waardigheid, het maakt hen kwetsbaar voor honger, fysieke en mentale aandoeningen en uitsluiting. De Internationale Arbeidsorganisatie (ILO) vraagt aandacht voor het feit dat armoede vernedering en uitsluiting met zich ... en dat dit wereldwijd meer moet worden omgezet in

participatie. "Iedereen heeft ... op deelname aan de maatschappij en op de waardigheid die daarmee gepaard gaat. Een baan is de beste manier om kans te ... op participatie. Werk helpt mensen uit de armoede en reduceert ongelijkheid. Een bijkomend voordeel is dat dit ... tot economische groei.

Lezen

Leesteksten met meerkeuzevragen

Instructie:

Lees het volgende tekstfragment.

Klik de correcte uitspraak bij elke vraag aan.

1. Hoe minder natuur, hoe meer problemen.

"Hoe minder natuur, hoe meer problemen", beweerde professor Ross Cameron (Sheffield University) zopas op een lezing. "Als biologische wezens zijn we fysiologisch aangepast om in bepaalde omstandigheden te gedijen, om te lopen, te spelen en actief te zijn. Maar we leven zittend en veelal sedentair, terwijl direct contact met de natuur belangrijk is voor de ontwikkeling van mensen en vooral van kinderen. Als die te veel binnen zitten, al dan niet achter een scherm, dan is de kans groter dat ze mentale problemen als ADHD, depressie en angsten ontwikkelen, maar ook obesitas. "We riskeren een generatie groot te brengen die minder lang leeft dan hun ouders".

Is er een bewezen verband tussen mentaal welzijn en spelen in het bos? Jazeker. Is een gebrek aan bos en groene ruimte een verklaring voor de toename van het aantal kinderen met psychologische moeilijkheden? Dat is wat kort door de bocht, stelt kinderpsychiater Peter Emmery. "In dat geval zou de gemiddelde inwoner van pakweg Tokio ernstige problemen vertonen." Maar het klopt wel dat de leefomgeving mee bepaalt of iemand met een stoornis daardoor minder goed functioneert. "Een kind met zware ADHD zal daar altijd last van hebben, ongeacht waar hij woont. Maar bij de milde variant kan het wel uitmaken of een kind in een klein appartement woont, of op de boerenbuiten waar het zijn zin kan doen", zegt Emmery.

Zijn collega-kinderpsychiater Emmanuël Nelis van het AZ Sint-Lucas in Brugge zegt dat er studies zijn waaruit blijkt dat wonen in grootstedelijk gebied de gevoeligheid voor psychiatrische aandoeningen kan verhogen. Waaraan dat precies ligt, is moeilijk te zeggen. "De drukte van de stad of de onvoorspelbaarheid? Luchtvervuiling, fijn stof of lawaai?" Maar het is een feit, zegt Nelis ook, dat buitenkomen goed is voor het gemoed: "Natuur, maar vooral beweging, brengt rust. Avontuurlijke tochten door weilanden en spelletjes in het bos werken als natuurlijke antidepressiva. Ook bij volwassenen: uit onderzoek blijkt dat lidmaatschap van een sportclub, dus bewegen met anderen, een beschermende factor is tegen suïcide."

1. Welke uitspraak is juist? Volgens kinderpsychiater Peter Emmery ...

- A. hebben meer kinderen mentale problemen doordat ze te weinig contact met de natuur hebben.
- B. is het niet zeker dat er vandaag meer kinderen met mentale problemen zijn dan vroeger.
- C. kan zelfs ernstige ADHD verholpen worden door meer contact met de natuur.
- D. is je leefomgeving een factor die een rol speelt bij je psychische aandoeningen.

2. Welke uitspraak is NIET juist?

- A. Je kan uit de tekst concluderen dat bewegen in de natuur optimaal is voor het mentale welzijn.
- B. Volgens professor Cameron is het lichaam van de mens nu aangepast aan een zittend bestaan.
- C. Volgens Emmanuël Nelis weten we niet waarom wonen in de stad schadelijk kan zijn voor je mentale welzijn.
- D. Volgens professor Cameron kan de levensstijl van de huidige jongeren hun leven verkorten.

2. Virussen 'slaan harder toe' bij mannen dan bij vrouwen

Londense onderzoekers stellen dat virale infecties kunnen evolueren om harder toe te slaan bij mannen dan bij vrouwen. De virussen zouden vrouwen zien als een waardevollere gastheer, omdat ze ziektes makkelijker verspreiden naar kinderen. Dat mannen en vrouwen verschillend reageren op ziektes, was eerder al vastgesteld. Tot nu toe werd echter vooral gekeken naar verschillen in het immuunsysteem om die reacties te verklaren. Eerder dit jaar bleek bijvoorbeeld nog uit een Amerikaanse studie dat het hormoon oestrogeen beschermt tegen de griep. Maar nu is er ook bewijs dat virussen zelf zich kunnen aanpassen om mannen en vrouwen anders aan te pakken. "Virussen kunnen evolueren zodat ze minder gevaarlijk zijn voor vrouwen", zeggen de onderzoekers. "De reden waarom ze minder boosaardig toeslaan bij vrouwen, is dat ze overgedragen willen worden van moeder op kind, bij de geboorte of via borstvoeding."

De wetenschappers maakten gebruik van wiskundige modellen die aantonen dat virussen die minder dodelijk zijn bij vrouwen dan bij mannen de natuurlijke selectie makkelijker overleven, op voorwaarde dat het virus kan doorgegeven worden van moeder op kind. Die evolutionaire druk kan volgens de onderzoekers ook een ander eeuwenoud raadsel verklaren. Het virus HTLV-1 ontwikkelt zich in Japan veel vaker tot leukemie bij mannen dan bij vrouwen, maar in de Caraïben is er geen verschil. Mogelijk komt dat volgens de wetenschappers omdat borstvoeding in Japan veel gebruikelijker is dan in de Caraïben, waardoor het virus meer kans krijgt om zich te verspreiden als het zich in een vrouw nestelt. Het volgende raadsel dat nog opgelost moet worden, is hoe een virus weet of zijn gastheer een man of een vrouw is. Als wetenschappers het antwoord op die vraag vinden, zou dat volgens de onderzoekers kunnen leiden tot nieuwe medische behandelingen.

1. Welke uitspraak is juist? Volgens de Londense onderzoekers ...

- A. is het nog niet bewezen dat virussen een ander effect hebben bij mannen dan bij vrouwen.
- B. overleven virussen met een lager sterftecijfer bij mannen de natuurlijke selectie gemakkelijker.
- C. treffen virussen vrouwen minder hard, omdat het vrouwelijk oestrogeen hen beschermt.
- D. willen virussen zich verspreiden naar verschillende gastheren en treffen ze vrouwen daarom minder hard.

2. Welke uitspraak is NIET juist?

- A. Dankzij het Londense onderzoek wordt het nu duidelijker waarom Japanse mannen vaker leukemie krijgen dan vrouwen.
- B. Het onderzoek toont aan dat de gast het geslacht van zijn gastheer kan identificeren.
- C. In Japan komt leukemie minder voor dan in de Caraïben, omdat kinderen in Japan vaker borstvoeding krijgen.
- D. In de Caraïben krijgen evenveel mannen als vrouwen leukemie. Een mogelijke verklaring daarvoor is dat kinderen daar minder borstvoeding krijgen.

3. Werkt ezeltherapie?

Therapie met dieren doet soms wenkbrauwen fronsen, maar oncoloog Johan Swinnen is ervan overtuigd dat een dergelijke therapie zinvol is. Hij zet zijn schouders onder een project van ezeltherapie in de nazorg van jonge kankerpatiënten.

‘Er zijn wetenschappelijke studies over, vooral in het Verenigd Koninkrijk’, zegt Swinnen. ‘Daar worden zulke therapieën al langer gebruikt. Vooral dan bij jongeren met een mentale of fysieke beperking. Nu gaan we een eigen traject voor jongeren met kanker uitbouwen, en bekijken hoe groot die voordelen zijn. Bij ons is de therapie nog experimenteel, maar we bouwen voort op bestaand werk.’

Of de therapie effectiever of duurzamer is dan klassieke behandelingen laat Swinnen in het midden. ‘De werking ervan hangt af van persoon tot persoon. Het is een alternatieve vorm, die niet beter of slechter is.’

De oncoloog sluit ook een placebo-effect niet uit. ‘Dat zou kunnen. Maar op zich is het ook belangrijk dat patiënten zich er goed bij voelen en er voordelen van ondervinden.’

De ezeltherapie is gericht op het psychologisch welzijn van de patiënten. De doelgroep zijn vooral jongeren die niet meer in behandeling zijn en in een sociaal isolement zijn terechtgekomen. Ze krijgen opnieuw structuur en zelfvertrouwen.

Een patiënt kan wekelijks een sessie van een halve dag volgen. Eén sessie kost enkele tientallen euro's. Niet alle ziekenfondsen voorzien een volledige terugbetaling. Er wordt daarom een beroep op sponsors gedaan om de kosten voor de patiënt te drukken. Subsidies krijgt de ezeltherapie niet.

1. Welke zin is NIET waar volgens de tekst? Dierentherapie ...

- A. heeft enkel een placebo-effect.
- B. is controversieel.
- C. is wetenschappelijk onderzocht.
- D. maakt patiënten gelukkig.

2. De organisator van de ezeltherapie ontvangt geen subsidies ...

- A. en sponsors zijn moeilijk te vinden.
- B. hoewel de therapie beter werkt dan de standaardbehandeling.
- C. maar soms draagt de ziekteverzekering bij.
- D. want de therapie is enkel bruikbaar bij jonge patiënten.

4. Studeertips

Is het zinvol om voor een examen je leerstof vaak te herlezen? Het antwoord op deze vraag is 'nee': blijven herlezen heeft helaas weinig nut. Waarom is dat zo? Als je de tekst die je studeerde, herleest, krijg je de indruk dat je de materie herkent, maar dat is een misleidend gevoel. Er is namelijk een groot verschil tussen kennen en herkennen. Door gewoon te herlezen kun je geen onderscheid maken tussen wat je al kent en wat je nog niet kent. Als je leerstof herhaalt, is het belangrijk om actief te herhalen. Dat kan bijvoorbeeld door aan de hand van kernwoorden de leerstof in je eigen woorden te vertellen. Het is daarbij belangrijk om je cursusboek niet open voor je te leggen. Doe het liever met gesloten boek. Veel studenten beginnen ook onmiddellijk met lezen tijdens het studeren, maar dat is geen goede strategie. Je moet je eerst oriënteren in de stof. Waarover gaat de cursus? Wat moet ik precies kennen? Is er een rode draad? Wat is de structuur? Bekijk de tussentitels en inhoudstafel. Het is ook handig om, als die er zijn, de voorbeeldvragen te bekijken voor je start met studeren. Zo weet je wat de docent verwacht. Dan ga je pas lezen. Daarna is het belangrijk dat je wat je las, onmiddellijk kunt verankeren, bijvoorbeeld via kernwoorden. Nog een laatste tip: als je alles hebt gestudeerd en je gaat je leerstof herhalen, begin je best eerst met de moeilijkste leerstof.

1. Welke zin vat het best deze tekst samen?

- A. Je leerstof herlezen bij het studeren geeft een vals gevoel dat je de leerstof kent.
- B. Je leerstof herlezen bij het studeren heeft weinig nut.
- C. Je leerstof herlezen bij het studeren helpt om een verschil te maken tussen wat je kent en wat je enkel herkent.
- D. Je leerstof herlezen bij het studeren helpt om te ontdekken wat je al kent.

2. Welke tip wordt NIET gegeven in de tekst?

- A. Begin bij de gemakkelijkste leerstof en bouw op naar de moeilijkste.
- B. De actieve strategieën zijn beter dan herlezen.
- C. Vertel de leerstof in je eigen woorden.
- D. Voorbeeldvragen bekijken is een goede eerste stap bij studeren.

5. Bewegen op het werk

Ruim vier op de tien bouwvakkers sporten nooit, zo blijkt uit cijfers van HR-dienstengroep Liantis. Bouwvakkers zijn daarmee iets onsportiever dan het gemiddelde. Daar hebben ze een goed excuus voor, zullen velen denken: wie op een bouwwerf aan de slag is, beweegt al genoeg op het werk om gezond en in conditie te zijn. 'Maar dat klopt niet helemaal', zegt professor Els Clays van de vakgroep Volksgezondheid en Eerstelijnszorg (UGent). 'We noemen dit de gezondheidsparadox: een lichamelijk belastende job – denk aan onnatuurlijke houdingen, langdurig rechtstaan, veel lopen, zware zaken tillen – staat zeker niet garant voor een betere fitheid. Je longen en hart worden immers op die manier niet intensief genoeg belast om echt een betere conditie op te bouwen. Bij veel bewegen en sporten, zelfs tegen matige intensiteit, in de vrije tijd gebeurt dat wel. We kunnen dus stellen dat de ene vorm van bewegen zeker beter is dan de andere. Bovendien zijn fysieke jobs zoals die van bouwvakkers vaak meer belastend voor het lichaam dan dat ze gezondheidsvoordelen met zich meebrengen. Hoe fysiek zwaarder de job, hoe hoger de behoefte om te herstellen en hoe meer rust nodig is. Wie weinig rustmomenten krijgt op het werk, valt vaker uit.'

1. Hoe zou je de gezondheidsparadox waarover sprake het beste kunnen omschrijven?

- A. Hoe belastender het werk is op fysiek vlak, hoe fitter de werknemers zijn.
- B. Fysiek zwaar werk verbetert niet noodzakelijk de conditie van de werknemers.
- C. Lichamelijk minder belastend werk leidt toch tot ongezondere werknemers.
- D. Lichamelijk uitdagend werk creëert toch gezonde werknemers.

2. Wat mag je concluderen op basis van deze tekst?

- A. Bouwvakkers kiezen beter niet voor een matig intensieve sport als hobby.
- B. De belasting van hart en longen bij bouwvakkers is in veel gevallen te hoog om gezond te zijn.
- C. In vergelijking met andere beroepsgroepen zijn bouwvakkers gemiddeld 40% minder gezond.
- D. Rustpauzes op het werk zijn voor bouwvakkers essentieel om te recupereren van de fysieke belasting.

Orderingsoefeningen

Instructie:

Welke zin past het best? Elke zin kan slechts op 1 plaats voorkomen.

Er is 1 zin overbodig. Sleep de zinnen naar de juiste plaats.

1. Multitasking leidt tot ongezond eten

Kijk je graag TV onder het eten?

..

Dit stelt Leids psycholoog Lotte van Dillen op basis van haar onderzoek.

...

Van Dillen liet proefpersonen een reeks getallen of letters onthouden, terwijl zij ondertussen zoute crackers, zoete limonade of zuur citroensap nuttigden.

...

Direct na het proeven moesten de proefpersonen de onthouden getallen- of letterreeks opschrijven, en zeggen hoe sterk ze het eten of drinken vonden smaken.

...

Daarom maakten de proefpersonen bij de lastige taak hun limonade juist onbewust zoeter en aten ze meer zoute crackers dan bij de makkelijke taak.

....

Zo heb je meer aandacht voor wat je eet en eet je gezonder.

Extra zin:

...

Kies uit:

- A. Dan is er een grote kans dat je meer én zoeter of zouter eet dan wanneer je zonder afleiding eet.
- B. Haar artikel over de onderzoeksresultaten werd gepubliceerd in het tijdschrift Psychological Science.
- C. Zowel de te onthouden lengte van de letter- en getallenreeks, als het gehalte zoet, zuur of zout in het eten en drinken verschilde telkens.
- D. Het bleek dat hoe meer getallen de proefpersonen moesten onthouden, hoe minder smaak de proefpersonen het voedsel en drank vonden hebben.
- E. Wie wil vermageren, eet dus beter zonder afleiding
- F. De proefpersonen moesten daarom getallen van 8 cijfers onthouden.

2. Goed slapen

Er bestaan veel mythes over goed slapen en er is geen wondermiddel om beter te slapen.

...

Het heeft bijgevolg geen zin om jezelf met anderen te vergelijken.

...

De gemiddelde slaapduur voor volwassenen ligt ergens tussen 6 en 7,5 uur.

...

Zo slapen we onder andere korter naarmate we ouder worden.

...

Sowieso slaapt niemand altijd op dezelfde manier.

...

Bovendien is onze nachtrust ook niet hetzelfde op vakantie als in een stressvolle periode.

Extra zin: ...

Kies uit:

- A. Daarnaast spelen ook je geslacht, gezondheid, levensstijl en erfelijke factoren een rol.
- B. De duur en kwaliteit van je slaap variëren echter enorm van mens tot mens.
- C. Streven naar een vaste standaard in slaapduur is evenmin zinvol.
- D. Voor avondtypes daarentegen is het geen goed idee om te vroeg naar bed te gaan.
- E. Vooreerst heeft ieder mens zijn eigen, persoonlijke slaapbehoefte.
- F. We slapen langer in de winter dan in de zomer, en ook anders wanneer we bijvoorbeeld ziek zijn.

Luisteren

Interviews met meerkeuzevragen

Instructie:

Luister naar het fragment en klik de correcte uitspraak bij elke vraag aan. U mag meer dan 1 keer naar het fragment luisteren. Aan het eind van het luisterfragment hoort u een belseinhaal.

1. Vaderschapsverlof

Klik [hier](#) voor het audiofragment.

1. Wat is het voorstel van de Vrijdaggroep? Vaders kunnen ...
 - A. 2,5 maand verlof opnemen en verdienen 1400 euro per maand.
 - B. 2,5 maand verlof opnemen en verdienen 700 euro per maand.
 - C. 4 maanden verlof opnemen en verdienen 1400 euro per maand.
 - D. 4 maanden verlof opnemen en verdienen 700 euro per maand.
2. Waarom wil de Vrijdaggroep het huidige vaderschapsverlof hervormen?
 - A. Omdat maar de helft van de vaders ouderschapsverlof opneemt.
 - B. Omdat moeders zo de kans krijgen om sneller terug aan het werk te gaan.
 - C. Om vaders te stimuleren ouderschapsverlof op te nemen en meer in het huishouden te doen.
 - D. Omdat vaders te vaak ouderschapsverlof opnemen als het kind ouder is.
3. Hoe verschilt de Belgische situatie van de Noorse?
 - A. Het Noorse beleid ondersteunt vaders die ouderschapsverlof nemen beter.
 - B. In België hebben vaders minder behoefte aan ouderschapsverlof.
 - C. In Noorwegen is ouderschapsverlof voor vaders financieel aantrekkelijker.
 - D. In Noorwegen wordt meer verwacht dat men vaderschapsverlof opneemt.
4. Welke bewering is correct? Uit een recente peiling in Franstalig België blijkt dat ...
 - A. daar meer vaders ouderschapsverlof opnemen dan in Vlaanderen.
 - B. de lage verloning een reden is om geen vaderschapsverlof op te nemen.
 - C. de lage verloning niet de belangrijkste reden is om geen vaderschapsverlof op te nemen.
 - D. sociale druk een drempel is voor vaders om ouderschapsverlof op te nemen.

2. Fietshelmen

Klik [hier](#) voor het audiofragment.

1. Hoe kunnen jongeren volgens de VAB gemotiveerd worden om een fietshelm te dragen?
 - A. Er moeten sensibiliseringsacties komen om te tonen dat fietshelmen 'cool' zijn
 - B. In de lagere school moet er meer gewerkt worden rond het belang van de fietshelm.
 - C. In het middelbaar moeten scholen meer aandacht geven aan sensibilisering.
 - D. Meer ouders moeten een fietshelm dragen om het goede voorbeeld te geven.

2. Wil de VAB de fietshelm verplichten?
 - A. De VAB wil alleen een verplichting voor kinderen en jonge adolescenten.
 - B. De VAB wil geen verplichting, omdat kennis van de verkeersregels belangrijker is.
 - C. De VAB wil geen verplichting, omdat sensibilisering beter werkt.
 - D. De VAB wil geen verplichting, omdat sommige volwassenen dan niet meer gaat fietsen.

3. Uit een fietstest van de VAB blijkt ...
 - A. dat autobestuurders onvoorzichtiger rijden als fietsers een helm dragen.
 - B. dat fietsers die een helm dragen te veel risico's nemen.
 - C. dat meer steden de voorrang moeten geven aan fietsers in hun beleid.
 - D. dat veel fietsers te weinig op de hoogte zijn van de fietsregels.

4. Wat wordt er gezegd over 65-plussers?
 - A. De groep die kinderen heeft, draagt vaker een fietshelm.
 - B. Ongeveer een op de tien draagt een fietshelm.
 - C. Zij moeten het goede voorbeeld geven aan andere fietsers.
 - D. Zij vormen een derde van de verkeersdoden bij fietsers.

3. Slaapmasker

Klik [hier](#) voor het audiofragment.

1. De geïnterviewde vindt dat de Britse studie goed is uitgevoerd, maar
 - A. betreurt het gebrek aan neurologisch onderzoek van de slaap tijdens het experiment.
 - B. had liever gezien dat er ook een controlegroep zonder slaapmasker was geweest.
 - C. waarschuwt voor de beperkingen van vragenlijsten als onderzoeksmethode.
 - D. wijst erop dat er geen mensen met slaapstoornissen als proefpersonen deelnamen.

2. Wat kun je afleiden uit het interview?
 - A. De geïnterviewde heeft een slaapkamer die niet volledig verduisterd kan worden.
 - B. De interviewer en zijn partner slapen in een pikdonkere kamer.
 - C. Sinds de geïnterviewde een oogmasker draagt, heeft zij geen last meer van slaapproblemen.
 - D. Zowel de interviewer als de geïnterviewde slapen zelf ook met een slaapmasker.

3. Waarom zegt de geïnterviewde dat er een groep proefpersonen was in het onderzoek die een slaapmasker hadden “met de ogen open”?
 - A. Ze bedoelt daarmee dat die proefpersonen wel een masker droegen, maar dat dat niet verduisterend was.
 - B. Ze beschrijft daarmee een bezwaar dat sommigen hebben tegen slaapmaskers: die werken slaapverstorend, alsof je met open ogen moet slapen.
 - C. Ze versprekt zich daar en bedoelt eigenlijk dat die proefpersonen in de studie sliepen zonder masker.
 - D. Ze verwijst met die formulering naar de vaststelling dat de mens ook met gesloten oogleden nog licht kan waarnemen.

4. Welke zin is juist? In de Britse studie ...
 - A. was het gewicht van de proefpersonen een belangrijke parameter.
 - B. werd de vermoeidheid van de proefpersonen in acht genomen.
 - C. werd de werking van het geheugen van de proefpersonen bekeken.
 - D. werd polysomnografie toegepast.

Audiofragmenten met dictees

Instructie:

Luister naar het fragment en vul de ontbrekende woorden in.

1. Wandelen

Klik [hier](#) voor het audiofragment.

We zijn met zijn allen de geneugten van het wandelen, en als we dat dan toch doen, kunnen we het....., goed begrijpen ook. Wat het nut van wandelen kan zijn. Wat wandelen ons kan brengen, meer dan gewoon, De kunst van het wandelen, een kunst die uiteraard al eeuwenlang beoefend wordt.

2. Prikkelarme winkeluren

Klik [hier](#) voor het audiofragment.

Iets nieuws, voor de supermarktbezoekers onder ons. Verschillende supermarkten die hebben sinds kort prikkelarme winkeluren geïntroduceerd. Dat zijn uurtjes, voor mensen die het al wel eens allemaal wat veel vinden in de supermarkt, omdat, ja,, omdat er te veel licht is, te veel drukte. En dus gaan ze de prikkels