


## Taalquiz Taal en gezondheid

Opdracht: De Taalquiz moet dan eigenlijk een gezellig moment zijn, die aanleiding geeft tot een serieus gesprek over Taal en Gezondheid.

VRAAG	ANTWOORD
1. Wat betekent BMI	Body Mass Index
2. Welke vetten zijn ongezond?	Verzadigde vetten
3. Wat zijn gluten?	Eiwitten in granen
4. Hoeveel paar ribben heeft een mens?	12 paar
5. Hoeveel liter koffie drinken we gemiddeld per jaar?	260 liter
6. Wat is dit teken?	Esculaap
	
7. Wat is de meest voorkomende oogkleur?	Bruin
8. Hoeveel kilocalorieën bevat een handje pinda's (25 gram)	155
9. Wie was de eerste Nederlandse vrouwelijke huisarts?	Aletta Jacobs
10. Hoeveel ziekenhuizen zijn er in Nederland?	304
11. Wat kost een gemiddelde ziektekostenverzekering?	€ 118,--
12. Wat is er bijzonder aan informatie op steffie.nl	Informatie in eenvoudige taal
13. Wat is een GLI	Gecombineerde leefstijl Interventie
14. Noem 3 gezondheidsvaardigheden die laaggeletterden moeilijk vinden om toe te passen.	Betrouwbare informatie vinden op het Internet Gesprek voeren met arts of diëtist Bijsluiter lezen en begrijpen Telefoon inspreken herhaalrecepten Behandelplan begrijpen Bewegwijzering in gezondheidscentrum volgen Enz.
15. zeg in begrijpelijk Nederlands: De charismatische chirurg capituleerde niet voor deze calamiteit	De dokter die gezag uitstraalt liet de ramp niet zomaar over zich heen komen.

16. Hoeveel uur per week moeten volwassenen minimaal matig intensief bewegen volgens de beweegrichtlijnen.	Minimaal 2,5 uur per week
17. Valt stofzuigen ook onder het begrip "matig intensief bewegen"?	Ja
18. Het voedingscentrum adviseert te eten volgens de schijf van vijf. Hoeveel tussendoortjes mag je eten volgens deze schijf?	Geen tussendoortjes
19. Wat wordt bedoeld met het begrip eetwissel	Maak jouw favoriete recept gezonder en duurzamer met een Eetwissel : Je vervangt een ingrediënt voor een gezondere of duurzamere variant.
20. Hoeveel gram suiker zit er in een glas sinaasappelsap? 9 gram. 15 gram 19 gram	19 gram
21. Welke professor praat ons op TV bij over alles wat met de hersenen te maken heeft.	Prof. Dr. Erik Scherder
22. Door stress en armoede daalt je cognitief vermogen. Hoeveel punten op de IQ schaal scheelt dat gemiddeld?	13 punten op IQ schaal <a href="http://www.clime.newark.rutgers.edu/sites/CLiME/files/mani_science_976.full_.pdf">http://www.clime.newark.rutgers.edu/sites/CLiME/files/mani_science_976.full_.pdf</a>