



Wellness & lifestyle, iets voor jou?

Als je graag zorg draagt voor de gezondheid en het welbevinden van mensen, handig bent en interesse hebt in de verzorging van het lichaam, dan kan Wellness & lifestyle jouw studierichting zijn.

De richting biedt naast een ruime algemene vorming een stevige theoretisch-praktische opleiding in wellness & lifestyle. Je maakt kennis met de brede waaier van initiatieven die tot het domein van wellness en lifestyle behoren.

Daarbij hoort een pakket anatomie en fysiologie en ook de studie van de ontwikkelingsdomeinen en levensfasen van de mens. Je onderzoekt de verschillende aspecten van welbevinden en de impact ervan op de gezondheid van verschillende doelgroepen. Je wordt dus voorbereid om mensen in hun verlangen naar zelfzorg en welbevinden te ondersteunen. Naast het sterk theoretische luik leer je de basiscompetenties van de schoonheidsverzorging uitvoeren.

Lessentabel

Vakken	3de jaar	4de jaar
Basisvorming		
Aardrijkskunde	1	1
Artistieke vorming	0	1
Engels	2	2
Frans	2	2
Geschiedenis	1	1
Godsdienst	2	2
ICT en mediawijsheid	1	0
Lichamelijke opvoeding	2	2
Natuurwetenschappen	2	1
Nederlands	4	4
Wiskunde	3	3
Vakken van de studierichting		
Wellness & lifestyle		
Anatomie en fysiologie	1	1
Menswetenschappen	3	3
Wellness & lifestyle	9	10
<i>Totaal</i>	<i>33</i>	<i>33</i>

Vooropleiding

Om te kunnen starten in de tweede graad Wellness & lifestyle moet je geslaagd zijn in het tweede leerjaar A van de eerste graad.

Wat mag je verwachten?

Basisvorming

In het derde jaar krijg je wekelijks 20 uur basisvorming, in het vierde jaar 19 uur. De vakken van de basisvorming reiken kennis en vaardigheden aan die je kan toepassen in de praktijkvakken en ze bereiden je voor op een derde graad in de dubbele finaliteit.

Specifieke vorming Wellness & lifestyle

▪ Menswetenschappen

In de lessen *menswetenschappen* bestudeer je de mens als psychisch en sociaal wezen. Je verdiept je in de verschillende ontwikkelingsdomeinen en levensloofasen van kinderen, adolescenten, volwassenen en ouderen. Vanuit de menswetenschappelijke benadering maken we telkens de link naar de context wellness & lifestyle.

▪ Anatomie en fysiologie

In de lessen *anatomie en fysiologie* ligt de focus op waarnemingsfysiologie en bewegingsfysiologie. Je bestudeert de zintuigen, de huid, het zenuwstelsel, de werking van de klieren en het beender- en spierstelsel. Ook hier is de link met de context wellness & lifestyle nooit veraf.

▪ Wellness & lifestyle

In de lessen *wellness & lifestyle* zoomen we in op het aspect welbevinden en de impact ervan op de (eigen) gezondheid. Je leert kijken vanuit een holistische visie naar welbevinden als motor van levenskwaliteit. Je leert de basiscompetenties in de schoonheidsverzorging. Het gaat om eenvoudige handelingen zoals het reinigen en verzorgen van huid en nagels, het toepassen van massagetechnieken en uitvoeren van decoratieve handelingen zoals lakken van de nagels en het uitvoeren van een dagmake-up. Bij het uitvoeren van de vaardigheden heb je voortdurend aandacht voor het methodisch, veilig, hygiënisch, ergonomisch en milieubewust handelen. Je bestudeert de samenstelling, werking en het effect van de schoonheidsproducten op huid en nagels. Binnen de context van de schoonheidsverzorging leer je positief opbouwend, efficiënt en kwaliteitsvol communiceren en advies geven in uiteenlopende omstandigheden.

Toekomst

Wanneer je slaagt, behaal je het getuigschrift van de tweede graad secundair onderwijs.

De tweede graad Wellness & lifestyle bereidt je grondig voor op de derde graad Wellness & schoonheid binnen de dubbele finaliteit of op de derde graad Schoonheidsverzorging binnen de arbeidsmarktgerichte finaliteit.

Je kan ook kiezen voor een andere studierichting.