NASIONALE SENIOR SERTIFIKAAT-EKSAMEN
MEI 2025

VERBRUIKERSTUDIES
NASIENRIGLYNE

Tyd: 3 uur 200 punte

Hierdie nasienriglyne word voorberei vir gebruik deur eksaminatore en sub-eksaminatore, wat almal 'n standaardiseringsvergadering moet bywoon om te verseker dat die riglyne konsekwent geïnterpreteer en toegepas word in die nasien van kandidate se skrifte.

Die IEB sal geen besprekings of korrespondensie oor enige nasienriglyne voer nie. Daar word erken dat daar verskillende sienings oor sommige sake van klem of detail in die riglyne kan wees. Dit word ook erken dat, sonder die voordeel van bywoning van 'n standaardiseringsvergadering, daar verskillende interpretasies van die toepassing van die nasienriglyne kan wees.

IEB Copyright © 2025

AFDELING A VOEDSEL EN VOEDING EN VERBRUIKERVERWANTE KWESSIES

Bestee ongeveer 60 minute aan hierdie afdeling.

VRAAG 1

1.1

Vraag	1.1.1	1.1.2	1.1.3	1.1.4	1.1.5	1.1.6	1.1.7
Antwoord Kolom B	D	C	E	G	B	A	F
Antwoord Kolom C	vii	iii	i	ii	viii	iv	vi

1.2 Bestudeer die lys hieronder en identifiseer vyf riglyne vir die hantering van tipe II-diabetes. Skryf slegs die hoofletters in die spasie wat voorsien word. *(Volgorde word nie nagesien nie.)*

A	C	E	G	H

A Eet gereeld klein maaltye.

C Vermy verfynde suikers.

E Eet kos wat maer proteïene bevat.

G Eet lae-GI kos.

H Kies onversadigde vette.

IEB Copyright © 2025

VRAAG 2

Bestudeer die scenario hieronder en beantwoord die vrae wat volg.

Lesedi weeg 48 kg en is 1,65 m lank. Sy toon die volgende fisiese en gedragsimptome:

- Hardlywigheid
- Duiseligheid en floutes
- Sensitiwiteit vir koue
- Verwronge liggaamsbeeld
- Oormatige oefening

[Eksaminator se teks]

2.1 **Bereken Lesedi se LMI.**

$$LMI = \frac{massa\,(kg)}{lengte\,(m^2)}$$

$$LMI = \frac{48\ kg}{1{,}65\,m^2}$$

$$LMI = \frac{48\,kg}{2{,}7225}$$

$$LMI = 17{,}63$$

2.2 **Klassifiseer Lesedi se LMI.**

- Ondergewig/LMI <18,5

2.3 **Identifiseer die toestand waaraan Lesedi ly.**

- Anorexia Nervosa/Anorexia

2.4 **Noem 'n biologiese, sielkundige en omgewingsfaktor wat oorsake van Lesedi se toestand is.**

2.4.1 Biologiese faktor	• Genetiese predisposisie: Anorexia nervosa is geneig om in families voor te kom, wat 'n genetiese komponent suggereer. / Individue met 'n familie-geskiedenis van eetversteurings kan 'n hoër risiko hê. • Neurobiologiese faktore: Veranderde breinchemie en neuro-endokriene wanregulering is by individue met anorexia nervosa waargeneem. Neurotransmitterwanbalanse, soos serotonien en dopamien, kan bydra tot simptome. • Hormonale wanbalanse: Veranderinge in hormone wat eetlus, metabolisme en gemoedstoestand reguleer, kan 'n rol in die ontwikkeling en instandhouding van anorexia nervosa speel.	(ENIGE 1)

IEB Copyright © 2025

2.4.2 Sielkundige faktor	Sommige emosionele eienskappe kan bydra tot anorexia nervosa – party mense kan die volgende hê: • Obsessief-kompulsiewe persoonlikheidseienskappe, wat dit makliker maak om by 'n streng dieet te hou en kos te weier, selfs wanneer hulle honger is. • Liggaamsbeeldversteuring: Negatiewe liggaams-beeld en ontevredenheid met 'n mens se voorkoms is algemene sielkundige faktore in anorexia nervosa. / Individue kan 'n verwronge persepsie van hul liggaamsgrootte en vorm hê, wat tot oormatige dieet en beperking lei. • Perfeksionisme: Hoë vlakke van perfeksionisme, selfkritiek en 'n begeerte na beheer word dikwels by individue met anorexia nervosa waargeneem. Hulle kan onbereikbare standaarde vir hulself stel en hul aan rigiede, kompulsiewe gedrag onderwerp. • Lae selfbeeld: Gevoelens van ontoereikendheid, lae eiewaarde en 'n gebrek aan selfvertroue kan bydra tot die ontwikkeling van anorexia nervosa. Hierdie sielkundige faktore kan vererger word deur maatskaplike druk en kulturele ideale van skoonheid en slankheid.	(ENIGE 1)
2.4.3 Omgewings-faktor	• Die samelewing beklemtoon die belangrikheid van 'n skraal liggaam / die media gebruik voortdurend skraal modelle / akteurs / aktrises. • Sukses en eiewaarde word dikwels aan skraalheid gelykgestel. • Groepsdruk, veral onder jong meisies, kan die begeerte om maer te wees, aanmoedig. • Sosiokulturele invloede: Druk deur die samelewing om 'n sekere liggaamsgrootte en -vorm te verkry, asook kulturele norme wat skraalheid beklemtoon, kan bydra tot die ontwikkeling van anorexia nervosa. Media-uitbeeldings van geïdealiseerde liggame en boodskappe oor gewigsverlies kan ook 'n rol speel. • Gesinsdinamika: Disfunksionele gesinsomgewings, insluitend hoë vlakke van kritiek, konflik en oorbeklemtoning van voorkoms of prestasie, kan bydra tot die ontwikkeling van anorexia nervosa by kwesbare individue. • Interpersoonlike verhoudingsprobleme: Uitdagings in persoonlike verhoudings, soos konflik, verbrokkeling, of gebrek aan ondersteuning, kan bydra tot emosionele nood en kan die risiko verhoog om anorexia nervosa te ontwikkel. • Traumatiese ervarings: Traumatiese gebeurtenisse, soos fisieke of emosionele mishandeling, verwaarlosing of afknouery, kan die risiko verhoog om anorexia nervosa te ontwikkel. Hierdie ervarings kan bydra tot gevoelens van nood, lae selfbeeld en wanaangepaste hanteringsmeganismes.	(ENIGE 1)

IEB Copyright © 2025

2.5 **Maak 'n lys van vier riglyne vir die bestuur van Lesedi se toestand**.

- **Mediese evaluering en monitering:**
  - Voer 'n deeglike mediese evaluering uit om fisieke gesondheid te assesseer, insluitend lewensfunksies, laboratoriumtoetse en moontlike komplikasies wat met wanvoeding verband hou. Hospitalisasie mag in ernstige gevalle nodig wees.
  - Monitor gewig / hidrasiestatus / elektrolietbalans / hartfunksie / aritmie / behandel enige mediese komplikasies of gepaardgaande gesondheids-toestande onmiddellik.

- **Voedingsrehabilitasie:**
  - Stel 'n gestruktureerde maaltydplan op met insette van 'n geregistreerde dieetkundige of voedingkundige om gewig geleidelik te herstel en eetpatrone te normaliseer.
  - Fokus op gebalanseerde voeding, met die klem op 'n verskeidenheid kossoorte uit alle voedselgroepe om aan voedingsbehoeftes te voldoen.
  - Implementeer 'n geleidelike toename in kilojoule-inname om hervoedingsindroom en ander komplikasies wat met vinnige gewigs-toename verband hou, te voorkom.
  - Verhoog kalsiuminname om die risiko van osteoporose te verminder.
  - Verskaf opvoeding en ondersteuning om sinvolle eetgewoontes, intuïtiewe eetgewoontes en gesonde houdings teenoor kos te bevorder.

- **Sielkundige ondersteuning en terapie:**
  - Bied geïndividualiseerde psigoterapie aan, soos kognitiewe-gedrags-terapie (KGT), dialektiese gedragsterapie (DGT), of interpersoonlike terapie, om verwronge gedagtes en gedrag wat verband hou met liggaamsbeeld, eet en selfbeeld aan te spreek.
  - Inkorporeer gesinsterapie of betrokkenheid van geliefdes om gesins-dinamika aan te spreek en herstel te ondersteun.
  - Voorsien ondersteuningsgroepe of portuurondersteuningsnetwerke om verbondenheid, validasie en aanmoediging onder individue met anorexia nervosa te bevorder.

- **Medikasiebestuur:**
  - Oorweeg medikasie, soos antidepressante of teenangsmedikasie, om gemoedstoestande of angsversteurings wat tegelykertyd voorkom en dikwels met anorexia nervosa gepaard gaan, aan te spreek.
  - Monitor medikasiegebruik noukeurig en pas dosis of tipe medikasie aan soos nodig, gebaseer op individuele reaksie en erns van simptome.

- **Samewerkende sorg:**
  - Werk saam met 'n multidissiplinêre span, insluitend dokters, psigiaters, sielkundiges, dieetkundiges, verpleegsters en ander gesondheidspersoneel, om omvattende sorg te verskaf.
  - Koördineer pogings vir behandeling en kommunikeer gereeld om 'n hegte benadering tot die bestuur van anorexia nervosa te verseker.

- **Voorkoming van terugslae en langtermyn ondersteuning:**
  - Ontwikkel 'n voorkomingsplan vir terugslae wat hanteringstrategieë, streshanteringstegnieke en deurlopende monitering van simptome en risikofaktore insluit.

- Verskaf langtermynondersteuning en opvolgsorg om volgehoue herstel te bevorder en spreek enige uitdagings of terugslae aan wat mag ontstaan.
- Moedig betrokkenheid by selfsorgaktiwiteite, stokperdjies en sosiale kontak aan om algehele welstand en veerkragtigheid te bevorder.

- **Skep 'n ondersteunende omgewing:**
  - Skep 'n ondersteunende en nie-veroordelende omgewing wat oop kommunikasie, empatie en begrip bevorder.
  - Voed familielede, vriende, opvoeders en ander belanghebbendes op oor anorexia nervosa en hoe hulle ondersteuning en aanmoediging aan individue tydens herstel kan bied.
  - Kweek 'n kultuur van liggaamsaanvaarding, diversiteit en inklusiwiteit om sosiale norme en stereotipes wat verband hou met voorkoms en gewig uit te daag.

VRAAG 3

Bestudeer die bronne hieronder en beantwoord die vrae wat volg.

BRON A

Die Suid-Afrikaanse Departement van Basiese Onderwys se Nasionale Skoolvoedingsprogram
Die NSVP poog om die leerkapasiteit van leerders te verbeter deur die voorsiening van gesonde maaltye by skole. Skole word ook aangemoedig om voedseltuine te vestig waaruit hulle vars produkte (groente/vrugte) verkry om die spyskaart aan te vul in ooreenstemming met die Suid-Afrikaanse Voedselgebaseerde Dieetriglyne. Leerders, onderwysers en ouers word voorsien van vaardighede om hul eie voedsel te kweek, wat bydra tot langtermyn huishoudelike voedsel-sekuriteit. Die tuine word ook as 'n onderrig- en leerhulpbron gebruik.

Waaruit bestaan 'n skoolmaaltyd?
Proteïen (Soja, vis, eiers, melk, suurmelk, bone en lensies), vars vrugte en groente, koolhidrate/ stysel. 'n Verskeidenheid proteïene word weekliks voorsien. Soja moet nie meer as twee keer per week voorsien word nie. Vette/olie, sout en geurmiddels word bygevoeg om die etes smaaklik te maak. Vars groente of vrugte moet daagliks voorsien word.

[Bron: <https://www.education.gov.za/Programmes/NationalSchoolNutritionProgramme.aspx>]

BRON B

Suid-Afrikaanse Voedselgebaseerde Dieetriglyne, gepubliseer in 2012

1. Geniet 'n verskeidenheid kossoorte.
2. Wees aktief!
3. Maak kos ryk aan stysel deel van die meeste maaltye.
4. Eet elke dag baie groente en vrugte.
5. Eet gereeld droëbone, gesplete ertjies, lensies en soja.
6. Verbruik elke dag melk, maas of jogurt.
7. Vis, hoender, maer vleis of eiers kan daagliks geëet word.
8. Drink baie skoon, veilige water.
9. Gebruik eerder plant-olies as harde vette.
10. Gebruik suiker en kos en drankies met 'n hoë suikerinhoud spaarsamig.
11. Gebruik sout en kos met 'n hoë soutinhoud spaarsamig.

IEB Copyright © 2025

3.1 **Verduidelik die pilare van voedselsekerheid soos dit verband hou met die Nasionale Skoolvoedingsprogram (NSVP).**
(Antwoorde moet nie net die pilare van voedselsekerheid definieer nie, maar moet ook verband hou met die NSVP, soos aangedui in Bron A.)

3.1.1 **Beskikbaarheid:**

- **Verskaffing van skoolmaaltye**: Die NSVP verseker dat voedsame maaltye deurlopend op skooldae aan leerders verskaf word.
- **Voedseltuine**: Skole word aangemoedig om voedseltuine te vestig om vars produkte te kweek, wat bydra tot die beskikbaarheid van groente en vrugte om skoolmaaltye aan te vul.

3.1.2 **Toeganklikheid:**

- **Gratis maaltye by skole**: Deur gratis maaltye te verskaf, verseker die NSVP dat alle leerders, ongeag hul huishoudelike ekonomiese status, toegang tot voedsame kos het.
- **Gemeenskapsbetrokkenheid**: Die program behels dat leerders, onderwysers en ouers toegerus word met vaardighede om hul eie kos te kweek, en sodoende toegang tot voedsame kos op huishoudelike vlak te verbeter.

3.1.3 **Gebruik:**

- **Gebalanseerde en voedsame maaltye**: Die maaltye wat deur die NSVP voorsien word, is gebalanseerd en voedsaam, en sluit 'n verskeidenheid proteïene (soos soja, vis, eiers, melk, suurmelk, bone en lensies), vars vrugte en groente in om gebalanseerde voeding te ondersteun.
- **Opvoeding oor voeding**: Die program gebruik voedseltuine as onderrighulpbronne, om leerders op te voed oor voeding en voedselbenutting, om hulle en hul gesinne te help om beter dieet-keuses te maak.
- **Gesonde kosvoorbereiding**: Riglyne vir die NSVP bevorder die matige gebruik van vette/olies, sout en geurmiddels, wat die voorbereiding en verbruik van gesonde maaltye by sowel die skool as die huis verseker.

3.1.4 **Stabiliteit:**

- **Deurlopende befondsing en ondersteuning:** Die NSVP maak staat op stabiele befondsing en regeringsteun om die deurlopende voorsiening van maaltye en instandhouding van voedseltuine te verseker.
- **Volhoubare praktyke:** Skole beoefen volhoubare tuinmaak-tegnieke om langtermynproduktiwiteit van voedseltuine te verseker, wat bydra tot deurlopende voedselbeskikbaarheid.
- **Noodgereedheid:** Die NSVP sluit maatreëls in om onderbrekings van voedselvoorraad te beheer, soos rugsteunvoedselreserwes of vennootskappe met plaaslike voedselverskaffers, om te verseker dat maaltye tydens krisisse steeds beskikbaar is.

IEB Copyright © 2025

3.2 **Verwys na Bron A. Behalwe melk, identifiseer drie ander allergene teenwoordig in die kos wat vir kindermaaltye gebruik word.**

- Soja
- Vis
- Eiers

3.3 **Vergelyk 'n melkallergie en laktose-intoleransie met betrekking tot die volgende aspekte:**

	Melkallergie	**Laktose-intoleransie**
Immuunstelselreaksie of spysverteringstelsel-reaksie.	3.3.1 Immuunstelselreaksie.	3.3.2 Spysverteringstelsel-reaksie.
Verduidelik die oorsaak van die reaksie.	3.3.3 Reaksie op melk-**proteïen** wat as skadelik geïdentifiseer word.	3.3.4 Die pasiënt vervaardig nie die ensiem lakt**a**se wat nodig is om die suiker-lakt**o**se af te breek nie.

3.4 **Verwys na Bron A en B. Identifiseer twee probiotiese voedselsoorte wat genoem word en verduidelik hoekom dit as probiotika beskou word.**

- Probiotiese voedsel:
  (2 punte vir die identifikasie van twee probiotiese voedselsoorte)
  - Suurmelk / Amasi / maas
  - Jogurt

- Verduideliking waarom dit as probiotiese voedsel gereken word:
  (2 punte vir die verduideliking)
  Hierdie voedselsoorte is gefermenteerde produkte wat lewende bakterieë / kulture / lewende mikroörganismes bevat en help om 'n gesonde dermmikrobioom te handhaaf.

3.5 **Verwys na Bron B. Identifiseer die mees waarskynlike Suid-Afrikaanse voedselgebaseerde dieetriglyn wat gemik is op die voorkoming en/of hantering van elk van die voedselverwante gesondheidstoestande hieronder. Motiveer elke keuse.**

3.5.1 **Koronêre hartsiekte**

- Riglynnommer: 9
- Plantaardige olies is bronne van onversadigde vette. Onversadigde vette verlaag cholesterol wat die risiko van koronêre hartsiekte as gevolg van die opbou van plaak verlaag.
- Harde vette is bronne van versadigde vet. Versadigde vette verhoog die totale cholesterol sowel as die LDL-cholesterol wat die risiko van koronêre hartsiekte as gevolg van die opbou van plaak verhoog.

OF

- Riglynnommer: 5
- Droëbone, gesplete ertjies, lensies en soja is plantgebaseerde alternatiewe van proteïen wat geen dieetcholesterol bevat nie. Hoë

bloedcholesterolvlakke word aan koronêre hartsiekte gekoppel as gevolg van die opbou van plaak .
- Droëbone, gesplete ertjies, lensies en soja is goeie bronne van oplosbare vesel. Oplosbare vesel bind met stowwe soos cholesterol tydens vertering wat opname in die bloedstroom verhoed en dus cholesterolvlakke verlaag. Oplosbare vesel se versadigingswaarde help om gewigstoename te beheer – oorgewig verhoog 'n pasiënt se risiko om koronêre hartsiekte te ontwikkel.

3.5.2 **Hipertensie**
- Riglynnommer: 11
- Sout is 'n bron van natrium. Natrium veroorsaak vloeistofretensie. Die ekstra vloeistof verhoog die pasiënt se bloedvolume en gevolglik hul bloeddruk.

OF

- Riglyn: 9
  Om vette suinig te gebruik en groente-olies bo harde vette te kies, is belangrik omdat plantolies onversadigde vette bevat, wat kan help om cholesterolvlakke te verlaag. Hoë cholesterolvlakke word gekoppel aan die opbou van plaak in die are, / wat lei tot vernoude en verharde are. Onversadigde vette verbeter elastisiteit van bloedvate en verminder inflammasie, wat bydra tot beter beheer van bloeddruk en die risiko van hipertensie verlaag.

OF

- Riglyn: 2
  Gereelde oefening speel 'n sleutelrol in die bestuur van hipertensie deur die liggaam op verskeie maniere te bevoordeel. Eerstens versterk dit die hart, wat dit toelaat om bloed doeltreffender met minder moeite te pomp, wat die druk op die arteries verminder. Dit verbeter ook die funksie en buigsaamheid van bloedvate, wat help om bloed makliker te vloei en die algehele bloeddruk te verlaag. Boonop verminder oefening stresvlakke deur streshormone soos kortisol te verlaag, wat andersins tydelike stygings in bloeddruk kan veroorsaak. Die handhawing van 'n gereelde fiksheidsroetine ondersteun ook gewigsbestuur, wat belangrik is omdat oortollige gewig 'n belangrike risikofaktor vir hipertensie is. Laastens verbeter oefening die liggaam se sensitiwiteit vir insulien, wat help om bloedglukosevlakke te reguleer en die risiko van verwante toestande soos tipe 2-diabetes te verminder, wat nou gekoppel is aan hoë bloeddruk.

3.5.3 **Osteoporose**
- Riglynnommer: 6
- Melk, maas en jogurt is goeie bronne van kalsium wat beendere bou en beskerm.
- Melk, maas en jogurt is goeie bronne van fosfor wat gesonde beendere-ontwikkeling bevorder.
- Melk, maas en jogurt is goeie bronne van vitamien D wat die opname van kalsium bevorder.

IEB Copyright © 2025

VRAAG 4

4.1 **Beoordeel die mate waarin die stelling, "gastro-enteritis kan die mikrobioombalans wysig", waar is.**

- Wanneer gastro-enteritis voorkom, kan dit lei tot verandering in die samestelling en diversiteit van die dermmikrobioom.
- Verskeie faktore dra by tot mikrobioomveranderings tydens gastro-enteritis:
  - Infeksie: Patogeniese mikroörganismes wat verantwoordelik is vir gastro-enteritis, soos bakterieë, virusse of parasiete, kan die dermmikrobioom direk beïnvloed.
  - Inflammasie: Die inflammatoriese reaksie wat deur gastro-enteritis veroorsaak word, kan die delikate balans van die dermmikrobioom ontwrig. Inflammasie kan die omgewing van die ingewande verander, wat die groei van sekere skadelike bakterieë bevoordeel, terwyl dit die groei van voordelige bakterieë beperk.
  - Antibiotiese gebruik: In party gevalle kan gastro-enteritis behandeling met antibiotika vereis, wat breëspektrum-effekte op die dermmikrobioom kan hê./Antibiotika kan nie net die patogene bakterieë wat gastro-enteritis veroorsaak nie, maar ook voordelige bakterieë doodmaak, wat tot verdere versteurings in die mikrobioom kan lei.
  - Veranderinge in dieet en beskikbaarheid van voedingstowwe: Tydens gastro-enteritis kan individue veranderinge in dieet / verminderde eetlus / wanabsorpsie van voedingstowwe ervaar. Hierdie faktore kan die soort voedingstowwe wat die dermmikrobioom bereik, beïnvloed, wat op sy beurt mikrobiese samestelling en diversiteit kan beïnvloed.
- Ten slotte, gastro-enteritis kan inderdaad die mikrobioombalans verander deur meganismes soos direkte infeksie deur patogene, inflammasie, gebruik van antibiotika en veranderinge in dieet en beskikbaarheid van voedingstowwe. Hierdie faktore ontwrig gesamentlik die samestelling en diversiteit van die dermmikrobioom.

IEB Copyright © 2025

4.2 **Gee drie aanbevelings, met verduidelikings, om die derm-mikrobioombalans ná gastro-enteritis te verbeter.**

- Bly gehidreer:
  - Drink baie water om behoorlike vertering / hidrasie van die ingewande te ondersteun. / Voldoende hidrasie is belangrik vir die handhawing van 'n gesonde mikrobioom.

- Verbruik prebiotiese voedsel / volgraankosse / hawer / gort / artisjok / knoffel / uie / preie / aspersies / piesangs / appels.
  - Prebiotika is nie-verteerbare koolhidrate wat die groei/aktiwiteit van voordelige bakterieë in die ingewande bevorder.

- Verbruik probiotiese voedsel / gefermenteerde voedsel / jogurt / beleë kaas / kefir / kimchi / suurkool / gepiekelde groente / miso / tempeh / kombucha in jou dieet.
  - Gefermenteerde voedsel is ryk aan probiotika, wat voordelige bakterieë is om die gesondheid van die derm te ondersteun.

- Beperk die inname van suikerryke kosse / nageregte / koeldrank / verwerkte voedsel / kies eerder heel, onverwerkte voedsel waar moontlik.
  - Hoë inname van suikerbyvoegings / verwerkte voedsel kan die diversiteit en balans van die mikrobioom negatief beïnvloed.

- Verbruik Omega-3 vetsure:
  - Gastro-enteritis kan inflammasie in die derm veroorsaak, en omega-3-vetsure kan help om hierdie inflammasie te verlig / ondersteun herstel van die derm / die herstel van mikrobioombalans. / Omega-3-vetsure kan die groei van voordelige bakterieë in die derm bevorder.

IEB Copyright © 2025

AFDELING B KLEDING EN VERBRUIKERVERWANTE KWESSIES

Bestee ongeveer 40 minute aan hierdie afdeling.

VRAAG 5

5.1 **Gee een term vir elk van die volgende beskrywings. Skryf slegs die term in die spasie wat voorsien word.**

5.1.1 **Aanvaarding van 'n spesifieke styl deur 'n groot groep mense op 'n spesifieke plek en 'n spesifieke tyd**.

- Mode

5.1.2 **'n Verbygaande modeneiging, dikwels gekenmerk deur sy uiterste styl, word vinnig deur 'n klein groepie verbruikers aanvaar voordat dit vervaag.**

- Gier/modegril

5.1.3 **Bekostigbare klere, vinnig ontwerp en vervaardig vir die massas, dikwels van swak gehalte en bedoel vir wegdoening na een seisoen.**

- Kitsmode

5.1.4 **Eenvoudige, tydlose ontwerpe wat by die meeste mense pas en vir baie seisoene duur.**

- Klassiek/Klassieke mode

5.1.5 **Eksklusiewe, oorspronklike ontwerpe, geskep om modeverandering te inspireer. Gekenmerk deur hoë koste as gevolg van unieke ontwerp, kwaliteit en vakmanskap.**

- *Haute couture*/hoogmode

5.2 **Verduidelik die volgende twee belastings in die konteks van die klerebedryf.**

5.2.1 **Invoerbelasting**

Een punt vir definisie en een punt vir skakel met die klerebedryf.

- Belasting gehef op alle ingevoerde goedere en dienste wat die land binnekom.
- Die meeste klere wat in Suid-Afrika te koop is, word uit Asiatiese lande ingevoer, hoofsaaklik China, asook Eswatini en Lesotho. / Invoerbelasting word op klere betaal en daarna van die verbruiker verhaal.

5.2.2 **BTW/Belasting op Toegevoegde Waarde**

Slegs een punt mag toegeken word indien daar geen verband met die klerebedryf is nie.

- Indirekte belasting / bygevoeg by die koopprys van sekere gespesifiseerde goedere en dienste soos kledingstukke in elke fase van produksie.

IEB Copyright © 2025

- Standaardtarief: 15% en is inklusief (Dit beteken dat die prys wat jy op die kledingstuk sien die prys is wat jy betaal).

VRAAG 6

6.1 **Noem en beskryf die vyf fases van die modesiklus in die korrekte volgorde.**

2 punte × 5 fases = 10 punte

1 punt vir korrekte volgorde

- Innovering + Beskrywing
  - Modeontwerpers stel vir die eerste keer 'n nuwe mode aan die mark bekend. Dit word tydens internasionale modevertonings op loopplanke vertoon.
  - Bekende persoonlikhede word met die neiging gefotografeer.
  - Die mode word nou deur modeleiers aanvaar of verwerp.
  - Dit is baie duur as gevolg van die aanvanklike hoë produksiekoste/risiko wat ontwerpers loop as die produk nie verkoop nie.
  - Dit is nog nie in winkels beskikbaar nie, slegs in eksklusiewe boetieks/ direk van die ontwerper

- Styging + Beskrywing
  - Meer mense aanvaar die mode en koop dit./Die gewildheid daarvan neem toe.
  - Mode-items word op 'n groter skaal vervaardig, wat laer pryse tot gevolg het.
  - Klerewinkels adverteer die mode.

- Hoogtepunt + Beskrywing
  - Die mode bereik 'n hoogtepunt in gewildheid, en baie mense dra dit.
  - Hoe lank hierdie stadium duur, hang af van hoe gou verbruikers verveeld raak met die styl en na 'n nuwe styl begin soek.
  - Massaproduksie vind plaas, en dit is teen bekostigbare pryse in die meeste winkels beskikbaar.

- Daling + Beskrywing
  - Mense raak verveeld met die mode en is op die uitkyk vir iets nuuts.
  - Minder mense dra dit, en die mode raak minder gewild.
  - Om van voorraad ontslae te raak, verlaag winkels pryse as uitverkopingsitems.
  - 'n Nuwe mode word bekendgestel.

- Uitgedien + Beskrywing
  - Die klere is nou "uit die mode".
  - Die mode word nie meer vervaardig of in winkels beskikbaar nie.
  - Modeleiers sal nie meer hierdie kledingstuk dra nie.
  - Modenavolgers dra dalk steeds die kledingstuk.

IEB Copyright © 2025

6.2 **Evalueer die mate waarin globalisering die modebedryf beïnvloed het.**

Globalisering het 'n diepgaande en verreikende impak op die modebedryf gehad en dit op verskeie maniere getransformeer:

Voorsieningsketting en produksie: Globalisering het gelei tot wydverspreide uitkontraktering/desentralisasie van modeproduksie na lande met laer arbeidskoste. Dit het gelei tot die ontstaan van komplekse globale voorsieningskettings. Dit het invoer- en uitvoergeleenthede geskep vir lande wat mode-industrie produkte vervaardig, wat hulle in staat gestel het om ekonomiese voordeel te trek.

Markuitbreiding: Modehandelsmerke het nou toegang tot 'n globale mark danksy vooruitgang in kommunikasie en vervoer. Dit het die verspreiding van tendense en style oor grense heen vergemaklik, wat tot 'n meer homogene globale modekultuur gelei het.

Kulturele uitruiling: Globalisering het die uitruil van idees / estetika / tradisies oor verskillende kulture moontlik gemaak. Dit het gelei tot 'n samesmelting van style, aangesien ontwerpers inspirasie uit diverse kulturele bronne put.

Kitsmode: Globalisering het die opkoms van kitsmode aangevuur, gekenmerk deur vinnige produksiesiklusse / vinnige verspreiding van modeneigings / voortdurende stylwisseling / korter modeseisoene. Mode uit die suidelike halfrond is nou waarneembaar vir die noordelike halfrond voor die beskikbaarheid daarvan, en omgekeerd.

Tegnologie: Vooruitgang in tegnologie, veral in e-handel/aanlyn inkopies, stel verbruikers in staat om van enige plek in die wêreld aankope te doen. Sosiale media het die manier waarop mode verbruik / bemark / gebruik word vir bevordering van handelsmerke / tendensverspreiding, verander.

Arbeidspraktyke en volhoubaarheid: Terwyl globalisering ekonomiese geleenthede vir ontwikkelende lande gebring het, het dit ook kommer oor arbeidspraktyke en omgewingsvolhoubaarheid laat ontstaan. Die modebedryf het onder die loep gekom vir kwessies soos hongerloon-arbeid, omgewingsbesoedeling, en verkwistende verbruikspatrone.

Oor die algemeen het globalisering die modebedryf ingrypend gevorm, wat gelei het tot groter onderlinge verbondenheid, uitbreiding van markte en kulturele uitruiling. Dit het egter ook belangrike etiese en omgewingsoorwegings laat ontstaan waarmee die bedryf steeds worstel.

IEB Copyright © 2025

6.3 **Ontleed hoe selfkonsep die keuse van klere onder tieners beïnvloed.**

Selfbeeld:

- Fisieke voorkoms: Tieners kies dikwels klere wat hul persepsie van hul fisieke eienskappe weerspieël. Byvoorbeeld, 'n tiener wat hulself as lank en skraal ervaar, kan noupassende klere kies wat hul figuur beklemtoon/'n tiener wat selfbewus is oor hul liggaam kan losser kledingstukke kies om hul tekortkomings te verberg.
- Sosiale interaksie: Tieners ontwikkel hul selfbeeld deur interaksies met familie, vriende en ander. Hierdie sosialiseringsproses beïnvloed die keuses van hul klere, aangesien hulle poog om 'n beeld uit te straal wat ooreenstem met hoe hulle deur ander waargeneem wil word. Byvoorbeeld, 'n tiener wat hulself as sportief beskou, verkies dalk atletiese drag/'n tiener wat hulself as artistiek beskou, kan dalk meer eklektiese of kreatiewe klere kies.

Selfagting:

- Positiewe selfagting: Tieners met 'n goeie selfbeeld is meer geneig om klere te kies wat aandag trek en hul selfvertroue weerspieël. Hulle kies moontlik helder kleure, bonkige patrone en nuwerwetse style wat hulle laat uitstaan.
- Swak selfagting: Daarteenoor verkies tieners met swak selfagting beskeie, konserwatiewe klere wat hulle eerder laat saamsmelt as om uit te staan. Hulle kies dalk gedempte kleure en style wat nie die aandag op hulle vestig nie, met die doel om nie krities beoordeel te word nie.

Sielkundige gemak:

- Gerief en geborgenheid: Tieners kies dikwels klere wat sielkundige troos bied, wat hulle veilig en selfversekerd laat voel. Dit kan gunstelingklere insluit wat sowel gemaklik as mooi is, wat hulle herhaaldelik kan dra omdat hierdie items hulle goed oor hulself laat voel.
- Vermyding van sekere klere: Tieners kan sekere klere vermy, selfs al is dit modieus of in 'n gunstelingkleur, omdat hierdie items nie inpas by hul selfkonsep nie. Byvoorbeeld, 'n tiener wat hulself as inkennig beskou, kan opvallende en skraps klere vermy.

Uitdrukking van individualiteit:

- Unieke keuses: Selfkonsep spoor tieners ook aan om hul individualiteit deur unieke klerekeuses uit te druk. Hulle kan dalk kledingstukke kies wat hul persoonlike styl, belangstellings of waardes weerspieël en hulself van hul eweknieë onderskei.
- Invloed van neigings: Alhoewel hulle individualiteit uitdruk, word tieners steeds deur neigings en portuurvoorkeure beïnvloed. Hulle kan dalk hul unieke styl balanseer met gewilde elemente binne hul sosiale groep om 'n gevoel van samehorigheid te handhaaf.

IEB Copyright © 2025

VRAAG 7

7.1 **Maak 'n lys van vyf noodsaaklike items wat in 'n klerekas ingesluit moet word om 'n basiese saam te stel.**

Indien 'n leerder 'n bolyfkledingstuk en 'n onderlyfkledingstuk noem: 1 punt word per kategorie toegeken.

Indien leerder 'n pasmaat/eenstuk kledingstuk noem: 1 punt word per kategorie toegeken en twee punte word toegeken vir bykomstighede of bolyfklere/oorklere.

Kategorieë	Voorbeelde van fundamentele items wat in 'n klerekas ingesluit moet word om 'n basiese werksuitrusting af te rond.
Pasmaats/ eenstuk kledingstukke	Pak / katpak / rok in basiese / neutrale kleure soos grys / bruin / donkerblou / swart / maklik om te meng-en-pas.
Onderlyfklere	Romp (potlood / A-lyn / geplooi / maxi) / langbroek / broek / chinos in basiese / neutrale kleure soos grys / bruin / donkerblou / swart / maklik om te meng-en-pas.
Bolyfklere	Formeel / rok / oopknoophemp / bloes in wit / beige / effe / motiewe / geblom / geometries / gestreep.
Bolae/oorklere	Baadjie / jas / trui / oortrektrui / trui om by alle broeke te pas / in basiese / neutrale kleure soos grys / bruin / donker-blou / swart / maklik om te meng-en-pas.
Skoene	Formeel / netjies / goeie kwaliteit / spesifieke styl / spesifieke kleur skoene om by die uitrusting te pas.
Bykomstighede	Handsak / skootrekenaarsak / aktetas / belt / das / serp / hoed / horlosie / handskoene / sonbril / juwele (oorkrabbers / halssnoere / armbande / ringe) / sykouse / broekiekouse wat by die uitrusting pas / neutrale kleur / is maklik om te meng-en-pas / modieuse item.

7.2 **Noem vyf belangrike riglyne om in ag te neem wanneer klere vir 'n werksonderhoud gekies word.**

- Volg die kantoordragkode en dra klere soortgelyk aan dié van ander werknemers.
- Klere moet skoon / gestryk wees indien nodig.
- Klere moet in 'n goeie toestand wees.
- Dra klere wat goed pas / wat nie te los of te styf pas nie.
- Klassieke klere sal meer smaakvol/professioneel lyk.
- Trek konserwatief aan. / Klere moet nie te styf / skraps / lae snit / kort wees nie.
- Dra donker kleure / eenvoudige kleure / neutrale kleure.
- Kies 'n uitrusting wat by die figuurtipe pas.
- Vermy slagspreuke / enigiets kontroversieel / aanstootlik op klere.
- Vermy modegiere / uitspattige) modes.
- Skoene – netjies / skoon / gemaklik.
- Skoene met besondere hoë hakke / polvye / uiterste style is nie geskik vir die werkplek nie.

IEB Copyright © 2025

7.3 **Bespreek die voordele om aan 'n kleredragkode van 'n maatskappy te voldoen.**

- Om dieselfde aan te trek as / soortgelyk aan almal anders skep 'n gevoel van samehorigheid / makliker om in te pas.
- Die klere wat ons dra, het 'n sielkundige effek op ons, bv. ons voel óf goed óf ongemaklik om sekere goed te dra. Om te konformeer, beteken dat wat hulle dra, aanvaarbaar vir die ander in die werkplek is – daarom sal die jong volwassene gemaklik voel en 'n positiewe selfbeeld ontwikkel weens 'n gevoel van veiligheid in die werksomgewing.
- Om volgens die kleredragkode aan te trek, beteken ook dat die jong professionele persoon deur die maatskappy aanvaar word – dit sal hul selfvertroue in die hantering van kliënte 'n hupstoot gee.
- Voldoening aan die maatskappy se kleredragkode wys dat hulle met die maatskappy se beeld / waardes / etiek / identifiseer / dat hulle trots is op waar hulle werk en kan teenoor die maatskappy aandui dat hulle bereid is om 'n "spanspeler" te wees.
- Deur aan die maatskappy se kleredragkode te voldoen, sal hulle in staat stel om professioneel / bekwaam te voel, en sodoende tot hul persoonlike groei bydra.

7.4 **Jou maatskappy is in die proses om nuwe korporatiewe drag te ontwerp. Stel vier kriteria voor om te verseker dat 'n volhoubare hemp ontwerp word.**

Materiaalkeuse: Die primêre maatstaf vir die versekering van volhoubaarheid in korporatiewe kleredragontwerp is die versigtige keuse van materiale. Kies eko-vriendelike materiaal / volhoubare materiaal / organiese katoen / hennep / bamboes / herwonne materiale soos poliëster gemaak van plastiekbottels. Hierdie materiale moet eties verkry word om billike arbeidspraktyke regdeur die voorsieningsketting te verseker.

Lae omgewingsimpak/etiese vervaardiging: Kies vervaardigingsprosesse wat energiedoeltreffendheid prioritiseer/gebruik hernubare energiebronne, waterbesparing, en afvalvermindering/herwinning. Oorweeg ook plaaslike produksie om vervoervrystellings/koolstofvoetspoor te beperk.

Langlewendheid en duursaamheid: Ontwerp korporatiewe drag met tydlose style en hoëgehalte konstruksietegnieke / wat verseker dat kledingstukke gereelde dra / was weerstaan sonder om die nut / waarde of voorkoms in te boet. Sluit behoorlike versorgingsinstruksies in / moedig behoorlike sorg aan om die lewensduur van die hemde te verleng / verminder die behoefte aan voortydige wegdoening. / Fokus op langlewendheid / duursaamheid / verminder die frekwensie van vervanging en verminder hulpbronverbruik.

Verouderingoorwegings: Gee aandag aan die veroudering-stadium deur hemde te ontwerp met herwinbaarheid / bioafbreekbaarheid in gedagte. / Kies materiaal wat maklik herwin kan word / aan die einde van hul bruikbare leeftyd tot kompos verwerk kan word / bevordering van 'n sirkulêre ekonomie en die vermindering van stortingsterreinafval. Sluit etikettering of inligting vir verbruikers in oor hoe om behoorlik van die hemde ontslae te raak om verantwoordelike wegdoenpraktyke aan te moedig.

IEB Copyright © 2025

AFDELING C BEHUISING EN INTERIEUR EN VERBRUIKERVERWANTE KWESSIES

Bestee ongeveer 40 minute aan hierdie afdeling.

VRAAG 8

Lees die scenario hieronder en beantwoord die vrae wat volg.

Maryam, 'n jong apteker en entoesiastiese fietsryer, is op soek na haar eerste huis. Sy beplan om 'n eiendom met die bystand van 'n eiendomsagent te koop. Die eiendomsagent bied die volgende eiendom aan vir oorweging:

Vrystaande huis te koop
Geleë in 'n boomryke gesinsvriendelike voorstad. Ruim kombuis, waskamer, groot oopplan eet- en sitkamer, 4 slaapkamers, 4 badkamers, 2 motorhuise en 2 afdakke. Eiendomsbelasting: R2 080 per maand. Koopprys R 2,2 miljoen.

Hierdie eiendom is 40 minute se pendel van Maryam se werkplek af en 10 minute van 'n bergfietspark af geleë. Die woonbuurt het een klein kruidenierswinkel en een restaurant.

Maryam het 'n deposito van R100 000 gespaar asook voldoende fondse vir alle prokureursfooie en ander bykomende kostes.

[Eksaminator se teks]

8.1 **Kies drie voordele van die koop van 'n huis uit die lys hieronder. Skryf slegs die letters (A–G) in die spasie wat voorsien word.**
(Volgorde word nie nagesien nie.)

A	B	D

A Dit kan as sekuriteit vir 'n lening gebruik word.

B Dit is 'n bate.

D Dit bied verblyfsekerheid.

IEB Copyright © 2025

8.2 **Bestudeer die stellings hieronder wat verband hou met die finansiële verantwoordelikhede van die aankoop van 'n eiendom. Sê of elke stelling waar of onwaar is. Korrigeer die term wat vetgedruk is vir elke onwaar stelling. Moenie die hele stelling oorskryf nie.**

8.2.1 Lenings word in **maandelikse** paaiemente terugbetaal.

- Waar

8.2.2 Die **transportbesorgersfooi** is 'n staatsbelasting betaalbaar wanneer eiendomsbesit van die verkoper na die koper oorgedra word.

- Onwaar – Hereregte

8.2.3 'n **Aanvangsfooi** is 'n eenmalige fooi wat deur die bank gehef word vir die verwerking van die aansoek om 'n huislening en die opstel van 'n huisleningrekening.

- Waar

8.2.4 **Tussentydse rente** is die rente wat op die huisleningrekening gehef word nadat die verband geregistreer is en voor die eerste paaiement van die lening.

- Waar

8.2.5 **Verbandbeskermingsversekering** is korttermynversekering wat die eiendom teen strukturele skade weens brande, vloede en natuur-rampe beskerm.

- Onwaar – Huiseienaars omvattende versekering / HOC

8.2.6 Eiendomsbelasting is aan die **SAID** betaalbaar.

- Onwaar – Die munisipaliteit/plaaslike owerheid

8.3 **Identifiseer die soort eienaarskap in die scenario op die vorige bladsy.**

- Voltitel eienaarskap

8.4 8.4.1 **Dui die standaard leningsbedrag aan waarvoor Maryam aansoek sal doen.**

- R 2,1 miljoen / R 2 100 000

8.4.2 **Maak 'n lys van vier dokumente wat 'n bank sal benodig vir die toestaan van lenings.**

- 'n Aansoekvorm vir die huislening.
- 'n Gewaarmerkte afskrif van die aanbod om te koop.
- 'n Gewaarmerkte afskrif van die koper se Suid-Afrikaanse identiteitsdokument of paspoort.
- Bewys van 'n vaste inkomste/(die verbandpaaiement mag nie meer as 30% van die koper se inkomste wees nie).
- 'n Afskrif van die koper se bankstate vir die afgelope 3 maande.

IEB Copyright © 2025

- Bewys van huidige woonadres.
- Inkomstebelasting verwysingsnommer.

8.5 8.5.1 **Is Maryam of die verkoper verantwoordelik om die eiendomsagent vir hul diens te betaal?**

- Die verkoper

8.5.2 **Beskryf die dienste wat die eiendomsagent aan Maryam, die koper, verskaf.**

- Verskaf inligting oor die skole / mediese fasiliteite / winkels / geriewe / misdaadvlakke / die aard van die eiendomsmark in die gemeenskap waarin die koper beplan om te woon.
- Gee raad oor die billike markwaarde van die eiendom wat die koper oorweeg.
- Help die koper om die regte eiendom te vind en te koop om by haar behoeftes en finansiële hulpbronne te pas.
- Bepaal die koper se koopkrag, met inagneming van die koper se finansiële reserwes en leenvermoë. As 'n koper 'n eiendomsagent basiese inligting oor hul beskikbare spaargeld, inkomste en lopende skuld verskaf, kan die agent die huisleningbedrag bepaal waarvoor die koper kwalifiseer of die koper verwys na die verband-opsteller of bankkonsultant wat die beste gekwalifiseer is om te help.
- Help die koper met die voltooiing van die 'Aanbod om te koop'-vorm en enige ander vereiste dokumentasie.
- Die eiendomsagent sal die prys, finansieringsvoorwaardes, okkupasiedatum en die insluiting of uitsluiting van herstelwerk en meubilering tussen die koper en verkoper onderhandel.
- Help die koper met haar aansoek om 'n huislening.
- Die bekendmaking van alle feite met betrekking tot 'n eiendom, insluitend dié wat verband hou met defekte waarvan hulle bewus is.
- Sien toe dat enige geld wat deur die koper betaal is, behoorlik gefaktureer en in 'n toepaslike trustrekening inbetaal word.
- Maak seker dat die rente wat op trustgeld verdien word, aan die persoon betaal word wat op daardie rente geregtig is.
- Adviseer, koördineer en bestuur die hele koopproses totdat die eiendom op die koper se naam geregistreer is.
- Die agent kan navrae, dispute en probleme wat tydens die koop-proses mag voorkom, bemiddel en oplos.

IEB Copyright © 2025

8.6 **Evalueer die geskiktheid van die eiendom vir Maryam.**

Redes waarom die eiendom geskik is EN nie geskik is nie, moet genoem word.

5 punte word toegeken vir enige 5 redes waarom die eiendom geskik is of nie.

1 punt word toegeken vir enige toepaslike gevolgtrekking.

Redes waarom die eiendom geskik is vir Maryam:

- As Maryam 'n stil en vreedsame omgewing soek, kan hierdie woonbuurt haar 'n gevoel van rustigheid en gemeenskaplikheid bied.
- Die eiendom is ruim en bied Maryam genoeg spasie om gerieflik te woon.
- Die aankoop van eiendom is 'n langtermynbelegging. Dit kan 'n goeie belegging wees as Maryam beoog om binne die volgende 10 tot 20 jaar met 'n gesin te begin. Die eiendom bied buigsaamheid en ruimte vir groei.
- Om 'n jong apteker te wees en 'n deposito te gespaar het, dui Maryam se gereedheid aan om die eiendomsmark te betree en dat sy dalk die finansiële middele het om die eiendom te bekostig.
- Die nabyheid van 'n bergfiets- en roetepark pas perfek by Maryam se passie vir fietsry.

Redes waarom die eiendom nie geskik is vir Maryam nie:

- Die eiendom se ligging in 'n gesinsgeoriënteerde woonbuurt is dalk nie geskik as Maryam 'n bedrywige woonbuurt verkies nie.
- Die grootte van die eiendom is dalk buitensporig vir 'n enkellopende persoon.
- Die maandelikse tariewe en belasting is baie hoog, wat moontlik haar finansies onder druk kan plaas.
- Die eiendom se hoë koopprys, tesame met Maryam se relatief beskeie deposito, kan aansienlike maandelikse verbandterugbetalings tot gevolg hê, wat moontlik haar finansies onder druk kan plaas.
- Die afstand vanaf Maryam se werkplek, wat 40 minute se pendel vereis, kan ongerieflik, tydrowend wees en tot verhoogde vervoeruitgawes lei.
- Die beperkte geriewe in die woonbuurt, soos slegs een klein kruidenierswinkel en een restaurant, voldoen dalk nie aan Maryam se behoeftes nie.

Gevolgtrekking

- Met inagneming van Maryam se leefstyl, belangstellings, sosio-ekonomiese status en toekomstige aspirasies, is hierdie eiendom geskik.

  OF

- Aangesien die eiendom te groot is vir Maryam se huidige behoeftes, die hoë koste, beperkte geriewe en aansienlike pendel, kan daar ander eiendomme wees wat meer geskik vir Maryam se behuisingsbehoeftes is.

IEB Copyright © 2025

VRAAG 9

9.1 **Definieer inflasie.**

- Inflasie is die algemene (persentasie) styging in pryse van goedere en dienste oor 'n spesifieke tydperk, gewoonlik 'n jaar.

9.2 **Verduidelik wat die Verbruikersprysindeks (VPI) is.**

- 'n Maatstaf van prysveranderings in verbruikersgoedere en dienste soos vervoer, kos, klere en behuising oor 'n spesifieke tyd.
- Die VPI is die amptelike maatstaf van inflasie in Suid-Afrika.
- Bereken deur Statistiek Suid-Afrika.
- Die VPI toon 'n verandering in die prys van 'n groep produkte en dienste / steekproefverteenwoordiging van goedere en dienste / "mandjie goedere" oor 'n spesifieke tyd.
- Die "mandjie goedere" sluit ongeveer 1500 produkte in12 kategorieë in.
- Word gebruik om die veranderings in die ekonomie te meet.
- Word gebruik om die veranderings in lewenstandaard te meet.
- Die VPI word gebruik om die werklike waarde van lone, salarisse, pensioene, ens. te bepaal

9.3 **Stel maniere voor waarop verbruikers hul behuisingsverwante begroting beter kan bestuur te midde van stygende inflasiekoerse.**

Enige toepaslike voorstelle kan aanvaar word.

Nutsdienste

- Installeer 'n geiser tydtoestel / Insuleer jou geiser.
- Installeer LED-gloeilampe.
- Skakel ligte af en ontkoppel elektronika wanneer dit nie gebruik word nie.
- Kies die koue siklus op jou wasmasjien.
- Vermy die gebruik van die tuimeldroër.
- Gebruik net 'n siklus op jou skottelgoedwasser wanneer dit vol is.
- Vermy die gebruik van lugversorgers en verwarmers.
- Installeer 'n reënwateropvangstelsel om die tuin nat te lei en die swembadwater aan te vul om sodoende waterkoste te verlaag.

Behuising

- Herwaardeer jou behuisingsbehoeftes. Oorweeg dit om na 'n goedkoper eiendom te verhuis.

Verhoog jou inkomste

- Huiseienaars kan 'n tuinwoonstel/kamer uitverhuur.
- Verkoop meubels en items in en om die huis wat jy nie meer nodig het nie.

Ander

- Waak daarteen om items aan te skaf net omdat dit te koop is./Koop slegs items wat nodig is vir jou huishouding, vermy onnodige aankope.
- Elimineer onnodige intekening en fooie. Kies een stroomdiens op 'n keer, bv. DSTV, Showmax, Netflix, Disney+, Amazon Prime Video, ens.
- Doen navraag oor versekering om seker te maak dat jy die mees kostedoeltreffende polisse vir behuising en huishoudelike inhoud het.

IEB Copyright © 2025

VRAAG 10

10.1 **Pas die verbruikersregte in kolom B by die beskrywings in kolom A. Skryf slegs die letter (A–F) van Kolom B in die spasie wat hieronder voorsien word, bv., 10.1.6 – G.**

Vraag	10.1.1	10.1.2	10.1.3	10.1.4	10.1.5
Antwoord Kolom B	C	A	B	D	E

10.2 **Vergelyk 'n afbetalingsverkooptransaksie met 'n bêrekooptransaksie.**

Afbetalingsverkooptransaksie	**Bêrekooptransaksie**
▪ Gewoonlik duurder goedere, soos meubels en toestelle.	▪ Gewoonlik goedkoper goedere, soos klere.
▪ Gewoonlik oor 'n langer tydperk. / Gewoonlik 1–5 jaar / 12–60 maande.	▪ Gewoonlik oor 'n korter tydperk./ 3 tot 6 maande.
▪ Na die betaling van die deposito kan die verbruiker die goedere huis toe neem en die balans van die koopprys word in maandelikse paaiemente oor 'n vasgestelde tyd betaal.	▪ Na die betaling van die deposito stoor die handelaar die artikel in die winkel en die verbruiker betaal die balans in maandelikse paaiemente oor 'n vasgestelde tyd.
▪ Eienaarskap word eers aan die koper oorgedra wanneer die finale betaling gemaak is. / Tot dan 'huur' die koper die goedere. ▪ Die kleinhandelaar (verkoper) is geregtig om die goedere terug te neem indien die verbruiker (koper) versuim om die bepalings van die kontrak na te kom.	▪ Wanneer die laaste betaling gemaak is of die volle koopprys betaal is, kan die verbruiker die item huis toe neem.
▪ Die verbruiker betaal rente en versekering wat die totale prys van goedere verhoog.	▪ Geen bykomende koste of rente hoef betaal te word nie.

IEB Copyright © 2025

10.3 **Ontleed die omgewingsimpak van die wasmasjien wat hieronder aangedui word.**

Soort	**Voorlaai wasmasjien**
Kapasiteit/grootte	10 kg (groter as gemiddeld)
Energiegradering	A+++
Waterverbruik	45 L
Spindroog werkverrigting	A**B**CDEFG
Dienswaarborg	5-jaar waarborg

(Aanvaar enige 6 van die volgende.)

Soort
- Voorlaai wasmasjiene is meer energiedoeltreffend as bolaai wasmasjiene.
- Voorlaai wasmasjiene is meer waterdoeltreffend as bolaai wasmasjiene.

Kapasiteit/grootte (10 kg):
- Die meer as gemiddelde kapasiteit van 10 kg maak dit moontlik om meer wasgoed per siklus te was, wat moontlik die aantal wassiklusse oor tyd verminder. Dit kan lei tot energie- en waterbesparings, veral as gebruikers die laaikapasiteit volhoubaar kan maksimaliseer.

Energiegradering (Energiegradering A+++):
- Die A+++ energiegradering dui aan dat die wasmasjien hoogs energiedoeltreffend is. Dit beteken dit verbruik minder elektrisiteit tydens werking in vergelyking met laer-gegradeerde modelle , en lei tot laer kweekhuisgasvrystellings en verminderde energieverbruik gedurende sy leeftyd

Waterverbruik (45 L):
- Die waterverbruik van 45 liter per wassiklus is relatief laag, veral by 'n masjien met 'n kapasiteit van 10 kg. Dit dui op goeie waterverbruik doeltreffendheid, wat positief is vir die vermindering van waterverbruik en druk op varswaterbronne.

Spindroog werkverrigting (B)
- Die relatief goeie spindroog werkverrigting dui op beter onttrekking van vog tydens die spinsiklus. Doeltreffende onttrekking van vog verminder die droogtyd wat daarna nodig is, wat potensieel energie bespaar as 'n tuimeldroër gebruik word.

Dienswaarborg (5-jaar waarborg):
- Die 5-jaar waarborg dui aan dat die vervaardiger vol vertroue is in die duursaamheid en lang lewe van die wasmasjien. Toestelle wat langer hou, verminder die frekwensie van vervangings, waardeur algehele hulpbronverbruik en afvalgenerering verminder word.

IEB Copyright © 2025

AFDELING D UITGEBREIDE SKRYFRESPONS

Bestee ongeveer 30 minute aan hierdie afdeling.

VRAAG 11

Bestudeer die inligting hieronder en beantwoord die vraag wat volg.

Volwassenes met MIV kan voedingstekorte ontwikkel as gevolg van verminderde eetlus, probleme om te eet en verswakte absorpsie van voedingstowwe. Wanvoeding kan 'n beduidende rol speel in verlaagde immuniteit teen infeksies. Daarteenoor kan goeie voeding immuunfunksie by mense met MIV versterk, en sodoende lewenskwaliteit verbeter en die oorgang van MIV na VIGS vertraag.

As gevolg van laer immuunweerstand het mense met MIV of VIGS 'n verhoogde risiko van voedselvergiftiging. Hierdie mense moet baie waaksaam wees oor voedselveiligheid om 'n voedseloordraagbare siekte te voorkom. As 'n MIV-positiewe persoon siek word van voedselvergiftiging, is die waarskynlikheid van hospitalisasie en selfs die dood groter.

[Bron: <https://www.healthdigest.com/1190372/foods-to-reach-for-when-you-have-hiv/>]

Ontwikkel 'n omvattende voeding- en voedselveiligheidsprogram wat saamgestel is vir individue wat met MIV/VIGS saamleef.

Jou program moet die volgende insluit:

- **'n Gedetailleerde aandete-maaltydplan:** Skep 'n voorbeeld van 'n aandete wat noodsaaklike voedingstowwe verskaf wat voordelig is vir individue met MIV/VIGS. Verduidelik die belangrikheid van elke voedselitem se voedingstowwe met spesifieke verwysing na die beheer van MIV/VIGS.
- **Voedselveiligheidstrategieë:** Bespreek kortliks spesifieke voedselveiligheidsmaatreëls wat getref moet word om die aandete voor te berei, gaar te maak en te berg. Verduidelik hoe hierdie praktyke risiko's verminder wat verband hou met voedseloordraagbare siektes en voedingsgehalte verseker vir mense met gekompromitteerde immuunstelsels**.**
- Oorweeg die volgende wanneer jy jou antwoord beplan:
  - Die inligting in die bron.
  - Jou eie relevante kennis.
  - Die rubriek wat verskaf word.

IEB Copyright © 2025

	Kriteria	Prestasie-aanwysers				
1	**Toepaslikheid en akkuraatheid van inhoud.**	**4**	**3**	**2**	**1**	**0**
		Die inhoud is uiters relevant tot die onderwerp. Geen feitefoute nie. Die gebruik van terminologie is akkuraat.	Die inhoud is meestal relevant tot die onderwerp. Geringe feitefoute. Die gebruik van terminologie is meestal akkuraat. Daar is geringe afdwalings.	Beduidende hoeveelheid inhoud is irrelevant. Party belangrike feite is foutief. Die gebruik van terminologie is gebrekkig.	Meestal irrelevant met sporadiese verbande. Groot feitefoute. Die terminologie wat gebruik word, is dikwels verkeerd.	Die inhoud is heeltemal irrelevant, wat 'n fundamentele misverstaan van die onderwerp toon.
2	**Beplan 'n voorbeeld-ete wat noodsaaklike voeding-stowwe aan mense met MIV/VIGS verskaf. Verduidelik die belangrikheid van elke voedselitem se voeding-stowwe vir die bestuur van MIV/VIGS.**	**6**	**5–4**	**3–2**	**1**	**0**
		Die antwoord toon 'n deeglike begrip van die onderwerp. Ses toepaslike voedselitems en voedingstowwe vir die bestuur van MIV/VIGS. Geen feitefoute nie.	Die antwoord toon voldoende begrip van die onderwerp. Vyf/vier toepaslike voedselitems en voedingstowwe vir die bestuur van MIV/VIGS. Geringe feitefoute.	Die antwoord toon 'n begrip van die onderwerp. Drie/Twee toepaslike voedselitems en voeding-stowwe vir die bestuur van MIV/VIGS. Sommige belangrike inligting ontbreek/ verkeerd.	Die antwoord toon 'n swak begrip van die onderwerp. Een toepaslike voedselitem en voedingstof vir die bestuur van MIV/VIGS. Groot feitefoute.	Beperkte of geen inligting verskaf nie.
3	**Voedselveiligheidstrategieë: Bespreek veiligheidsmaat-reëls vir die voorbereiding, kook en berging van die ete. Verduidelik hoe hierdie praktyke voedseloordraag-bare siekterisiko's verminder en voedings-gehalte verseker vir diegene met gekompromitteerde immuunstelsels.**	**6**	**5–4**	**3–2**	**1**	**0**
		Die antwoord toon 'n deeglike begrip van die onderwerp. Ses toepaslike voorstelle om voedselveiligheid te bevorder.	Die antwoord toon voldoende begrip van die onderwerp. Vyf/vier toepaslike voorstelle om voedselveiligheid te bevorder.	Die antwoord toon 'n begrip van die onderwerp. Drie/twee toepaslike voorstelle om voedsel-veiligheid te bevorder.	Die antwoord toon 'n swak begrip van die onderwerp. Een toepaslike voorstel om voedselveiligheid te bevorder.	Geen toepaslike voorstelle om voedsel-veiligheid te bevorder nie.
4	**Kwaliteit van die antwoord.**	**4**	**3**	**2**	**1**	**0**
		Demonstreer 'n duidelike en logiese opeenvolging van idees. Handhaaf 'n duidelike fokus op die onderwerp. Reaksie is samehangend en bondig.	Volg meestal 'n logiese orde met enkele afwykings. Hou oor die algemeen by die onderwerp met enkele tersyde besprekings. Antwoord is meestal samehangend en bondig.	Daar is duidelike inkonsekwenthede in die logiese vloei van idees. 'n Mate van relevansie tot onderwerp met sommige irrelevante inligting. Die antwoord het 'n paar foute met betrekking tot duidelikheid.	Ontbreek logiese organisasie wat dit moeilik maak om te volg. Beduidende gedeeltes van die skryftaak bevat irrelevante inligting. Die antwoord is vaag, onduidelik of onsamehangend.	Die antwoord is betekenisloos of irrelevant.

IEB Copyright © 2025

Die antwoord word holisties nagesien deur die IEB se rubriek met die volgende riglyne te gebruik.

Kandidate sal verskillende voorbeelde gebruik en hul antwoorde verskillend struktureer.

<u>Nasiener verwysingsgids</u>:

HIV/VIGS beskrywing

VIGS (Verworwe Immuniteitsgebreksindroom) is 'n aansteeklike en dodelike siekte wat deur die (Menslike Immuniteitsgebrekvirus) MIV-virus veroorsaak word.

Teenliggaampies en sekere selle wat deel vorm van die menslike immuunstelsel beskerm die liggaam daagliks teen skadelike bakterieë, virusse en parasiete.

MIV vernietig 'n soort witbloedsel genaamd CD4+ of T-selle wat gewoonlik help om siektes of infeksies te beveg.

'n Persoon wat met MIV besmet is, sal uiteindelik 'n verswakte immuunstelsel hê, VIGS ontwikkel en vatbaar wees vir opportunistiese infeksies, bv. verkoue en griep wat kan lei tot longontsteking, tuberkulose en diarree.

Hierdie siektes kan uiteindelik die dood veroorsaak.

Dieetadvies vir mense met MIV/VIGS.

Pasiënte met MIV/VIGS kan voedingstekorte ontwikkel as gevolg van kwynende eetlus, probleme om te eet/sluk en verswakte absorpsie van voedingstowwe. Wanvoeding kan 'n beduidende rol speel in verlaagde immuniteit teen infeksies. Daarteenoor kan goeie voeding immuunfunksie by mense met MIV versterk, en sodoende lewensgehalte verbeter en die vordering van MIV na VIGS vertraag.

Sleutel dieetriglyne om die immuunstelsel te bevorder, sluit in:

- **Handhawing van liggaamsgewig:** Eet gereelde, klein maaltye wat 'n verskeidenheid voedselsoorte bevat om gewigsverlies te voorkom.
- **Gebalanseerde dieet:** Volg 'n afgeronde dieet wat voedsel van al ses voedselgroepe insluit om die opname van voedingstowwe te maksimeer**.**
- **Vars vrugte en groente:** Verhoog die inname van antioksidantryke vrugte en groente (ryk aan vitamiene A, C, E en selenium) om infeksies te voorkom en die immuunstelsel te versterk.
- **Proteïenverbruik:** Sluit daagliks proteïenryke voedsel in om spierverlies te voorkom, te help met herstel en die immuunstelsel te versterk.
- **Koolhidrate en vette:** Oorweeg dit om na siekte of gewigsverlies meer koolhidrate en vette in te neem, maar wees versigtig in latere stadiums om komplikasies soos diarree te vermy.
- **Hidrasie:** Drink minstens agt glase skoon, veilige water daagliks om dehidrasie te voorkom en vul vloeistowwe aan wat verlore gaan deur diarree, nagsweet of braking.
- **Insluiting van stysel:** Baseer elke maaltyd op stysel om stabiele energievlakke en gewig te handhaaf.
- **Verbeterde dermgesondheid** verhoog immuniteit deur 'n gebalanseerde mikrobioom te bevorder, wat immuunresponse reguleer en die dermversperring teen patogene versterk.

IEB Copyright © 2025

Voedingstowwe en Voedselbronne:

- Proteïen:
  - Dierebronne: Vleis, hoender, vis, suiwelprodukte, eiers.
  - Plantbronne: Neute, sojabone, droëbone, peulgewasse (bv. ertjies, lensies).
  - Funksies: Bou en versterk die immuunstelsel, voorkom spierweefselverlies.
- Mono-onversadigde vet
  - Bronne: Neute, sade, avokado, kanola-olie, olyfolie.
  - Funksie: Verskaf ekstra kilojoules/energie.
- Poli-onversadigde vet
  - Bronne: Vetterige vis, okkerneute, vlassaad, sonneblomolie.
  - Funksie: Verskaf ekstra kilojoules/energie.
- Vitamien A (Retinol en Beta-karotien):
  - Retinolbronne: Lewer, botter, kaas, eiers.
  - Beta-karotienbronne: Donkergroen, geel, oranje en rooi vrugte en groente.
  - Funksies: Hou vel en slymvliese in stand, tree as 'n antioksidant op, voorkom infeksies.
- Vitamien B6:
  - Bronne: Witbone, aartappels, vleis, vis, hoender, waatlemoen, mielies, graansoorte, neute, avokadopeer, broccoli, groen blaargroentes.
  - Funksie: Handhaaf 'n gesonde immuun- en senuweestelsel.
- Vitamien C:
  - Bronne: Sitrusvrugte, koejawels, tamaties, papaja, mango's, aarbeie, maroelas, soetrissies, kiwivrugte, bessies, aartappels, blomkool.
  - Funksies: Help herstel van infeksies, dien as 'n antioksidant, versterk die immuunstelsel.
- Vitamien E:
  - Bronne: Plantolies, margarien, neute.
  - Funksie: Antioksidant wat infeksies en selskade voorkom.
- Selenium:
  - Bronne: Volgraanbrood, graansoorte, mielies, bone, grondbone, stampmielies, suiwelprodukte, vleis, vis, hoender, eiers.
  - Funksies: Aktiveer T-selle, tree as 'n antioksidant op wat infeksies en selskade voorkom.
- Sink:
  - Bronne: Vleis, vis, hoender, skulpvis, graanprodukte, mielies, bone, grondbone, suiwelprodukte.
  - Funksies: Beskerm en versterk die immuunstelsel, tree as 'n antioksidant op.
- Yster:
  - Bronne: Lewer, rooivleis, hoender, vis, volgraanprodukte, peulgewasse.
  - Funksie: Onderhou die immuunstelsel.
- Fitochemikalieë (flavonoïede en fitosterole):
  - Bronne: Kom voor in vrugte en groente.
  - Funksies: Versterk die immuunstelsel, antioksidante.

Deur hierdie dieetaanbevelings in te sluit, kan individue met MIV/VIGS hul immuunstelsel aktief ondersteun en algehele gesondheid en veerkragtigheid bevorder.

IEB Copyright © 2025

Riglyne om voedselveiligheid te bevorder.

- Rou of gaar bederfbare kos moet onmiddellik in die yskas geplaas of gevries word.
  - Dit kan onveilig wees om bederfbare kossoorte wat langer as twee uur by kamertemperatuur gelaat word, te eet.
- Kos moet lank genoeg by hoë temperature gekook word om skadelike bakterieë dood te maak.
- Koue kosse moet koud gehou word (±5°C) en warm kosse warm (±60°C).
- Vrugte en groente moet onder lopende water gewas word voordat dit geëet, gesny of gekook word.
- Rou vleis, hoender, seekos en hul vloeistowwe moet weg van ander kosse voorberei word.
- Bedek kos wat in die yskas/vrieskas gehou word om besmetting te voorkom.
- Higiëne is van die uiterste belang wanneer daar met voedsel gewerk word:
  - Was jou hande minstens 20 sekondes lank in warm, seperige water voor en na die hantering van rou produkte.
  - Was jou hande nadat jy die toilet gebruik het, 'n baba se doeke omgeruil het of aan diere geraak het.
  - Maak toestelle en oppervlakke met warm seepwater skoon na voedselbereiding.
  - Hou die plekke waar voedsel berei word vry van vlieë en kakkerlakke, want hierdie insekte kan patogene van besmette voedsel of direk van menslike afval na ander voedsel oordra.
- Let op die volgende wanneer jy kruideniersware koop:
  - Maak seker dat jy by 'n skoon en netjiese winkel koop.
  - Koop vars produkte laaste.
  - Hou rou vleis, hoender en seekos weg van ander kos in jou mandjie en plaas dit in aparte sakke om te verhoed dat hul vloeistof op ander kruideniersware drup.
  - Maak seker dat blikkies en houers nie ingeduik of gekraak is nie, aangesien dit 'n opening vir besmetting skep.
  - Maak die eierboksie oop om seker te maak die eiers is nie vuil of gekraak nie.
  - Maak seker houers is verseël en dat die seël nie beskadig is of daarmee gepeuter is nie.
  - Bekyk bevrore kosse sorgvuldig om seker te maak daar is geen yskristalle in die verpakking nie, want dit kan beteken die kos was ontvries en is weer gevries.
  - Maak seker dat bevrore kos onder die vrieslyn in die vrieskas is.
  - Hou bederfbare produkte koud wanneer dit langer as 'n uur in die motor moet bly voordat dit direk in die yskas/vrieskas by die huis geplaas kan word.

Totaal: 200 punte

IEB Copyright © 2025