

4e

Gentament

Oktober 2018: Groningen studentenstad

TIPS VOOR
op kamers gaan

INTERVIEW MET
DE JONGENS VAN SWIFTY

EVENEMENTEN- EN REISCOMMISSIE
STELLEN ZICH VOOR

KROEGENTOCHT DOOR
GRONINGEN

HET LEGE NEST SYNDROOM

Studentenwoordenboek: ken jij ze allemaal?

TP-BINGO

HOI & WELKOM BIJ HET VIERDE GENTAMENT!

Hij is er: het nieuwe Gentament. In ons vierde nummer 'Studentenstad Groningen' willen wij de eerstejaarsstudenten een beetje op weg helpen met tips voor op kamers, een kroegentocht, het studentenwoordenboek en het bestuur/de commissies van Gente stellen zich voor.

Maar natuurlijk hebben we voor alle studenten wat wils! Zo hebben we de enige echte TP bingo waarmee je een shine moment kunt winnen in ons volgende Gentament. En: onze voorzitter Annie heeft een interview gehad met de dakterrasboys van Swifty!!!

Dus lees vooral verder en kom erachter waarom de keuze om in Groningen te studeren de beste was die je kon maken!

De MediaCo
Vlnr: Imke, Annie, Annet, Ingrid



Inhoudsopgave

6 **Sing met Ing**
Ingrid Schippers *Leert je de drie nummers die je als Groningse student moet kennen.*

14 **Annie's koekenpannie**
Zoals in elk Gentament een recept van ***Annie Leijenaar***

22 **Dé tips voor op kamers**
Tips om jouw leven net wat makkelijker te maken ;)

28 **Kroegentocht**
Een heuse kroegentocht voor een onvergetelijke stapavond in Grunn door ***Annet Willemsen***

34 **Meet Gente!**
Één voor één stellen de leden van de Reiscommissie zich aan je voor.

41 **Studentenwoordenboek**
Om je de 'slang' van de studenten alvast aan te wennen. door ***Annet Willemsen***

46 **Interview met het bestuur**
Wat vindt het bestuur nou echt van de vereniging? door ***Annet Willemsen & Ingrid Schippers***

De grote TP-Bingo 4
Bingo met typische TP-situaties door ***Imke Herms***

Het lege nestsyndroom 10
Op kamers gaan gaat gepaard met verandering en ook voor ouders. Door ***Annie Leijenaar***

Meet Gente! 15
Één voor één stellen de leden van de Evenementencommissie zich aan je voor.

Bij Swifty op de thee 24
Annie Leijenaar *mocht twee jongens van Swifty interviewen en deelt haar bevindingen*

De lekkerste eettentjes in Grunn 30
Inspiriatie nodig voor die volgende date? Of wil je gewoon lekker eten met vrienden? Wij hebben de beste tentjes voor je uitgezocht!

Ingrids tonijnsalade 40
Het recept van een begrip door ***Ingrid Schippers***

Studentendagboek 44
Een realistische week in het leven van ***Imke Herms & Annet Willemsen***

GENTE
STUDIEVERENIGING TOEGEPASTE PSYCHOLOGIE

De grote TP-Bingo

Het leven van een Toegepaste Psychologie student gaat niet altijd over rozen. Wij van de mediacommissie hebben een aantal pareltjes weten te verzamelen die jij geheid tegen zal komen tijdens de studie.

Kan jij ze al allemaal afstrepen? Deel je ervaringen/verhalen over het wel en wee in de Marie Kamphuisborg met de mediacommissie via onze mail (media@sv-gente.nl), via de Gente Facebook, of tijdens het koffie uurtje van het bestuur. De leukste ervaring wordt benoemd in het volgende Gentament!

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20

Rijtje weggestreept? BINGO!

1. Moeten staan in lijn 15

2. Je fiets aan de eind van de dag kwijt zijn, omdat ie is verplaatst en nu wel in het rek staat

3. In de rij voor de koffie in de kantine

4. Een docent die het geluid van een YouTube filmpje niet aankrijgt tijdens een college

5. Je lokaal niet kunnen vinden op de tweede verdieping in de Marie Kamphuisborg

6. Geen lokaal meer vrij op webroombooking

7. Zelfreflectie

8. Het woord ‘’competentie’’

9. Wéér een projectopdracht

10. Een tentamen hebben in een gebouw waar je nog nooit van hebt gehoord

11. Toch je bed uitgaan voor je college van 8:30, want Agnes Schilder geeft hem

12. De studiehandleiding ‘per ongeluk’ niet gelezen hebben

13. Sigmund Freud

14. De Marshmallow Test

15. Je bronnen APA-stijl aan moeten leveren

16. Praktijkgericht onderzoek

17. SMART geformuleerde leerdoelen

18. Printerstoring

19. Het Gentament lezen ;)

20. Klassieke conditionering

Drie nummers die je als Groningse student moet kennen



(Zodat je eindelijk weet wat je in de kroeg nou precies moet meezingen)

Het Gras Van Het Noorderplantsoen – *Ralf Poelman*

Het Gras Van Het Noorderplantsoen is onmisbaar in dit lijstje en wordt zelfs gezien als het onofficiële volkslied van Groningen. Schaam je dus als je hier nog nooit van hebt gehoord!

De tickets op tafel, de koffers gepakt
De taxi staat klaar in de straat
Jij staat al buiten en roept:
"Kom schiet op, straks zijn we net
Iets te laat, iets te laat."

En slenterend sleur ik de spullen de deur door
Gedwee loop ik achter jou aan
Jij hebt er zin in, ik zal het nooit zeggen
Maar heb eigenlijk geen zin om te gaan

Want als ik weg ben dan mis ik de straten
Vanaf de Toren tot aan Westerhaven
Ik mis de grachten, de mensen
Stadjers, studenten
Het allermooiste accent
Geen Frankrijk, laat staan Kameroen
Doe mij maar het gras,
Het gras van het Noorderplantsoen

Het begon allemaal maanden geleden
Reisgidsen vol met hotels aan de zee
Jij vol verwachting, het kon me niet schelen
Gewoon uit beleefdheid keek ik met je mee
Met je mee

En ik weet jij mocht kiezen
Ja beloofd is beloofd
Maar volgende keer dan telt mijn stem voor twee
Dan hoef ik geen plaatjes van zonnige oorden
We blijven dan thuis
Nee we gaan nergens heen

Want als ik weg ben dan mis ik de straten
Vanaf de Toren tot aan Westerhaven
Ik mis de grachten, de mensen
Stadjers, studenten
Het allermooiste accent
Geen Frankrijk, laat staan Kameroen
Doe mij maar het gras
Het gras van het Noorderplantsoen

Hoog in het Noorden daar ligt een stad
Die altijd de sfeer van een dorp heeft gehad

Oh als ik weg ben dan mis ik de straten
Vanaf de Toren tot aan Westerhaven
Ik mis de grachten, de mensen

Stadjers, studenten
Het allermooiste accent

Oh als ik weg ben dan mis ik de straten
Vanaf de Toren tot aan Westerhaven
Ik mis de grachten, de mensen
Stadjers, studenten
Het allermooiste accent
Geen Frankrijk, laat staan Kameroen.
Doe mij maar het gras,
Het gras van het Noorderplantsoen

Dakterras – Swifty

In 2016 besloten Lisse, Nico en Mart (de drie studenten waar de groep ''Swifty" uit bestaat) mee te doen aan het jaarlijkse songfestival waar hun vereniging Albertus Magnus aan mee deed. Het begon allemaal als een grap op een dronken avond maar is inmiddels een succesnummers onder de Groningse studenten. Check voor meer info over Swifty ook ons interview (!) met de jongens op pagina 24

Hoogverheven shine als de zonnestralen dalen
Hoogtevrees afwezig in dit paleis op aarde
Een parasol, een bar, en een hele hoop strandstoelen
Als je weet wat we bedoelen

Weet je wat echt chill zou zijn
(nou wat?)
Als een plein
Een stukje hoger zou zijn
Een chillspot van de hoogste klas
Precies ja, een dakterras

Dus doe je zonnebril op en je rugzak af
Geloof me vriend nee, niks is te maf
Iedereen is welkom op deze parté
De cadeautip?
Neem je moeder mee

We chillen op het dakterras
En vanavond gaat het dak eraf
Maar voor het zover komt ontpop ik nog een bav
En layback in de noorderzon
Layback in de noorderzon
Layback tot de zon opkomt

Dak Te Ras
Overhemd op een kiertje
M'n linker een biertje
Dak Te Ras
Peuk achter m'n oor, er is niemand die ons stoort

Op het Dak Te Ras
Overhemd op een kiertje
M'n linker een biertje
Dak Te Ras
Peuk achter m'n oor, er is niemand die ons stoort

De barbeque die is een weber
Ik ben geen stresser maar een zwever
Ik ben geen moocher maar een gever
Hamburgers voor ons tweeën

Geef je wat mayo en wat ketchup
Even genieten baby let op
Je bent een mooi geklede dame
Dit dakterras is voor ons samen

Maar stel je voor dat stijl niks meer voorstelt
Dan stel ik voor dat iedereen van

schoenen ruilt
Dan komen wij in sokken met sandalen
Ben jij nog steeds de gast die loopt te balen

Swifty is formidabel
De steez zijn imponderabel
Dus fok het zwembad, fok het strand en fok het gras
Ben als een hengel in het water op het dakterras

We chillen op het dakterras
En vanavond gaat het dak eraf
Maar voor het zover komt ontpop ik nog een bav
En layback in de noorderzon
Layback in de noorderzon
Layback tot de zon opkomt
(Swiftyyyyyy)

Dak Te Ras
Overhemd op een kiertje
M'n linker een biertje
Dak Te Ras
Peuk achter m'n oor, er is niemand die ons stoort

Op het Dak Te Ras
Overhemd op een kiertje
M'n linker een biertje
Dak Te Ras
Peuk achter m'n oor, er is niemand die ons stoort want

Helemaal gek op het dakterras
De A-kerk die me toelacht
Ik heb de zon in m'n nek
Wat een epische plek

Doe mij maar vijftien bier
Want het is al over vier
Punten halen komt later
Want wij gaan door

1, 2, 3, 4,

Dus space, vibe, feest lekker door
Zak door je knieën en gedraag je ongehoord
En jo Mart
Die beat is best wel lekker
Voor een blanke rapper

Dak Te Ras
Dak Dak Dakterras
We zeggen Dak Te Ras
Dak Dak Dakterras

Lil Craney – *Kraantje Pappie*

Alex van der Zouwen (beter bekend als Kraantje Pappie) is opgegroeid in Rotterdam en woont en werkt al jaren in Groningen. Inmiddels is hij een echte Groninger, dit laat hij merken in het nummer Lil Craney. Hij heeft het gemaakt en is weer terug in ''Stad''. Hij heeft het onder andere over Shooters, Pintelier, Mofongo en buslijn 6 naar Beijum.

"Hé, little Craney hoe gaat het nu?
'k keb je al een poos niet gezien in de stad, mijn jong!"
En opeens is het: "hoe gaan de zaken nu?"
Ik heb je gezegd je bent de trots van de stad, mijn jong

Little Crane is terug
Iets meer ballin'
Iets meer pimpin'
Iets meer daddy
Iets meer Louis
Iets meer Roley
Iets meer Preme
En iets meer Merrie
Crane is Terug
Fiddox is nog steeds niet ready
Dus zeg Koennie van de Shooters.
Ik wil Champies voor m'n family
Zeg de stad van ik ben terug
Eerst even een pintje in de Pintelier
Jelmer zit nog steeds hier in de Pintelier, maar zeg 'm ik ben terug
Ik ben weer volledig in mijn zone en nog steeds zie ik ze vechten voor mijn troon
En het volk gaat van:

"Hé, little Craney hoe gaat het nu?
'k heb je al een poos niet gezien in de stad mijn jong?"
En opeens is het: "hoe gaan de zaken nu?"
Ik heb je gezegd je bent de trots van de stad mijn jong

Klopt ik ben weer back now
Broeder pop een fles now
Constant on the road is de manier waarop ik stacks bouw
Maar ik ben weer back now, meisje schud je ass now
Constant on the road is de manier waarop ik stacks bouw
Baby gooi je dough, omhoog
Baby gooi je dough, omhoog

Little Crane is terug
Baby girl laat hem nu zien hoe ver je bukt
En laat hem weten wanneer jij de homegrown plukt
En draai hem vlug, want ik ben terug
Op de guap, net naar de stad en langs Mofongo voor een happer
Boze rapper, doe niet dapper, zeg je schatje ik ben terug
Buslijn nummer 6 brengt me d'r uit
En in Beijum stappen Saar en ik eruit
Zeg Alisa, ik ben terug
Ik ben weer volledig in m'n zone
En nog steeds zie ik ze vechten voor m'n troon
En het volk gaat van:

"Hé, little Craney hoe gaat het nu
'k Heb je al een poos niet gezien in de stad mijn jong?"
En opeens is het: "hoe gaan de zaken nu?"
Ik heb je gezegd je bent de trots van de stad, mijn jong

Klopt ik ben weer back now
Broeder pop een fles now
Constant on the road is de manier waarop ik stacks bouw
Maar ik Maar ik ben weer back now, meisje schud je ass now
Constant on the road is de manier waarop ik stacks bouw
Baby gooi je dough, omhoog
Baby gooi je dough, omhoog

Omhoog
Omhoog

Bron: https://www.musixmatch.com

Het lege nestsyndroom



Als ik zeg lege nest syndroom denk je waarschijnlijk in eerste instantie aan een stel jonge vogeltjes. Jonge vogeltjes die voor het eerst uitvliegen, hun ouders achterlatend met een leeg nest, terwijl ze zelf halsoverkop naar beneden storten en hopelijk weer opstijgen in plaats van te pletter te vallen. Klopt dat een beetje?

Misschien niet, maar voor mij is dat het beeld dat het oproept. Dit beeld komt deels overeen met waar het syndroom over gaat, maar blijft wat kortzichtig. Het lege nest syndroom begint namelijk wel met een periode die je kan vergelijken met de situatie waarbij jonge vogeltjes het nest verlaten, maar dat is niet alles. In het Engels wordt deze periode de 'post parental period' genoemd (Borland, 1982). Letterlijk vertaald naar; de na-ouderlijke periode.

Een periode nadat je ouder bent? Ja, het gaat hierbij om de periode waarin het (laatste) kind de ouders/ het ouderlijk huis verlaat en de ouders alleen thuis achterblijven en hieraan proberen te wennen (Raup & Myers, 1989). Een periode waarin ineens alle ouderlijke taken die je ouders dagelijks uitvoerden om voor jou (hun kind) te zorgen niet meer nodig zijn. Hierdoor blijven ouders over met een leeg huis en vrije tijd die anders in het ouderschap gestoken werd. Een totaal nieuwe situatie, want voor (of rond de) 18 jaar lang hebben ze continu de taken en verantwoordelijkheden van het ouderschap moeten dragen in het dagelijks leven en nu valt dat weg. Of wordt dit op zijn minst minder dagelijks nu jij ergens op kamers zit. Deze periode waarin de ouders voor het eerst weer alleen zijn na zoveel jaar ouderlijke zorgen wordt de 'post parental period' genoemd.

De reacties hierop verschillen per ouder. De ene ouders zien gelukzalig uit naar het moment dat ze na jaren weer met zijn tweeën zijn en tijd hebben voor zichzelf en elkaar (ook al zullen ze dit misschien niet zo snel toegeven, ze willen natuurlijk niet dat jij gaat denken dat ze je weg willen hebben en niet van je houden) maar de andere ouders beleven dit als een droevige en onwennige gebeurtenis. In het extreme als een traumatische ervaring. Het lege nest syndroom is ontstaan; een maladaptieve reactie op deze periode van verlies (Borland, 1982).

Zo kan de ouder in een identiteitscrisis terecht komen doordat deze achterblijft met een leegte in het dagelijks leven die voorheen werd opgevuld door ouderlijke zorg. Blijft deze leegte een tijdje open dan ontstaan er namelijk vragen als; 'WAT MOET IK NU?' 'WAT VIND IK LEUK?' EN 'WIE BEN IK?'. Ten tweede kunnen er gevoelens van angst, stress en zorgen ontstaan over hoe het gaat met het kind dat uit huis is gegaan. Ten derde kunnen er ook schuldgevoelens ontstaan over de vraag hoe 'goed' of 'slecht' de ouder, het kind heeft voorbereid op het volwassen leven. Tot slot kunnen er ook gevoelens van afwijzing ontstaan als het kind gelukkig en zelfstandig lijkt op zichzelf, dit komt dan op de ouder over alsof het kind de ouders niet langer nodig heeft.

Allemaal voorbeelden van negatieve reacties, maar ook (in eerste instantie) positieve reacties kunnen tot een conflict leiden. Zo kan het genieten van de vrijheid zonder verantwoordelijkheid ertoe leiden dat de ouder zich schuldig gaat voelen omdat die zich zo vrij voelt. Een gevoel van opluchting, nu er geen constante discussies en ruzies meer zijn, kan ook leiden tot schuldgevoelens en twijfels over de ouderschapskwaliteiten.

Deze negatieve en positieve reacties, en daarmee het 'lege nest' syndroom, kan bij zowel moeder als vader

voorkomen. Echter komt dit wel het vaakst voor bij vrouwen die té veel in hun ouderrol zijn gekropen (Cooper & Gutmann, 1987). Zonder de rol van moeder blijft er dan ineens heel weinig over tot er een andere rol wordt vervuld. Vaak komt de diagnose van het 'lege nest' syndroom niet voor, de symptomen zijn relatief van korte duur ook al kunnen ze heel intens zijn.

Buffer voor deze maladaptieve reacties is het hebben van meerdere rol identiteiten (Harkins, 1987). Het hebben opgedaan van eerdere werkervaring en werk als optie zien voor nadat het kind uit huis gaat kunnen daaraan bijdragen omdat dit automatisch een nieuwe rol aandraagt; die van werknemer. Vandaag de dag is het 'normaal' dat beide ouders werken en zien we amper nog dat de moeder of vader echt alleen de rol van ouder vervult. Doordat werk als buffer dient voor de identiteitscrisis van het lege nestsyndroom, die kan worden opgeroepen door het vervallen van de ouderrol, zien we vandaag de dag dan ook minder echt heftige maladaptieve reacties op de post parental period. Als de ouderrol wegvalt blijft immers de werknemersrol bestaan.

Er wordt nu ook wat meer positief gekeken naar de post parental period; als een tijd van ontwikkeling en verandering waarbij volwassen die de rol van ouders hebben vervuld meer tijd voor zichzelf hebben, meer energie hebben en zich minder focussen op de behoeften van anderen (Barnett & Baruch, 1978). Het is een tijd waarin ouders zichzelf opnieuw kunnen vinden qua identiteit en intimiteit (Gorchoff, John & Helson, 2008). Nu de ouders meer tijd en energie over hebben kan dit ook worden gestopt in hun huwelijk. Er is meer ruimte voor spontaniteit en intimiteit wat kan leiden tot meer tevredenheid over het huwelijk (Raup & Myers, 1989).

Een ander positief aspect van deze periode is dat ouders kunnen werken aan een volwassene-tot-volwassene relatie met hun kinderen. Een goede relatie met de kinderen nadat deze het huis hebben verlaten is van belang voor een een groei in levenstevredenheid van de ouders (Crowley, Hayslip & Hobdy, 2003). Frequent contact is hiervoor noodzakelijk volgens onderzoek van Hobdy, Hayslip, Kaminski, Crowley, Riggs, & York (2007).

Al met al kan de post parental period omschreven worden als een tijd van verandering. Deze gaat gepaard met negatieve en positieve reacties én consequenties. Nu je weet hoe heftig het soms kan zijn voor je ouders wanneer jij de laatste bent die het 'nest' verlaat, denk er eens aan om je ouders op te zoeken of gewoon even te bellen (en denk er niet alleen even aan, maar doe het ook echt). Zo laat je weten dat je er nog bent en ze niet zomaar achterlaat wat hun kan helpen deze periode goed door te komen en jou

natuurlijk ook, want eerlijk is eerlijk voor het eerst op jezelf gaan gaat ook gepaard met de nodige stress. DUS HELP JE OUDERS EN JEZELF DEZE TIJD VAN VERANDERING DOOR EN BLIJF IN CONTACT!

Literatuur:

Barnett, R. C., & Baruch, G. K. (1978). Women in the middle years: A critique of research and theory. Psychology of Women Quarterly, 3, 187-197.

Borland, D. C. (1982). A Cohort Analysis Approach to the Empty-Nest Syndrome Among Three Ethnic Groups of Women: A Theoretical Position. Journal of Marriage and the Family. 44:117 doi:10.2307/351267.

Cooper, K. L. & Gutmann, D. L. (1987). Gender Identity and Ego Mastery Style in Middle-Aged, Pre-and Post-Empty Nest Women. The Gerontologist. 27. 347-52 doi:10.1093/geront/27.3.347.

Crowley, B.J., Hayslip, B., & Hobdy, J. (2003). Psychological hardiness and adjustment to life events in adulthood. Journal of Adult Development, 10, 237-248.

Gorchoff, S. M., John, O. P., & Helson, R. (2008). Contextualizing change in marital satisfaction during middle age: An 18-year longitudinal study. Psychological Science, 19, 1194-1200.

Harkins, E. (1978). Effects of Empty Nest Transition on Self-Report of Psychological and Physical Well-Being. Journal of Marriage and Family, 40(3), 549-556. doi:10.2307/350935

Hobdy, J. Y., Hayslip, B., Kaminski, P., Crowley, B., Riggs, S., & York, C. (2007). The role of attachment style in coping with job loss and the empty nest in adulthood. International Journal of Aging and Human Development, 65(4),335-371.

Raup, J. L. & Myers, J. E. (1989), The Empty Nest Syndrome: Myth or Reality?. Journal of Counseling & Development, 68: 180-183. doi:10.1002/j.1556-6676.1989.tb01353.x

Annie's Koeken Pannie

ANNIE'S PASTAPRUTJE

(ten tijden van het druiligere herfstweer;
een perfecte variant op comfortfood)



Benodigdheden:
(Naar eigen hoeveelheid)

Kaastortellini
Kip
Feta
Paprika
Courgette
Rode ui
Olijfolie
Peper
zout
Kerriepoeder
Paprikapoeder

Bereidingswijze

1. Breng een ruime hoeveelheid water aan de kook en snijd ondertussen de rode ui, paprika en courgette (en kip indien deze nog niet in stukjes is).
2. Voeg de tortellini aan het kokende water toe en laat deze … minuten koken. (Tip: doe wat zout in het water, zodat de pasta niet aankoekt in de pan)
3. Bak ondertussen in een koekenpan met wat olijfolie de groenten en de kip tot deze gaar zijn.
4. Voeg naar smaak peper, zout, kerriepoeder en paprikapoeder toe aan de groenten en kip tijdens het bakken.
5. Leg de feta op een snijplank en verkruimel deze met een vork tot kleine brokjes.
6. Voeg de verkruimelde feta toe aan de gebakken groenten en kip en laat deze smelten tot een sausje.
7. Wanneer de tortellini gaar is kan het vocht worden afgegoten.
8. Meng de tortellini en het groente/kip/feta-mengsel door elkaar en eet smakelijk!

MEET GENTE

STUDIEVERENIGING TOEGEPASTE PSYCHOLOGIE

EVENEMENTEN



NAAM: Roos Dortmond
LEEFTIJD: 21
KOMT UIT: Veenhuizen
STUDIEJAAR: 3e jaar

Waarom heb je voor Toegepaste Psychologie gekozen?
Omdat ik tijdens mijn vorige studie erachter kwam dat ik alleen de vakken leuk vond die met psychologie te maken hadden. Dus ben ik het maar gaan studeren.

Welke Route/Minor volg je of wil je gaan volgen?
Ik doe nu de specialisatie Healthy Ageing.

Waarom heb je ervoor gekozen deze commissie te doen?
Ik altijd al aanwezig was bij de Genteborrels, dus leek het me leuk om ze zelf te gaan organiseren.

Wat voor hobby's heb je?
Terrasjes pakken, powernappen en snacken.

Waar kan ik jou s'nachts voor wakker maken?
Als je dat durft…

Noem 1 ding die de meeste mensen niet van jou weten.
Ik heb vroeger in het circus gezeten en was er best goed in. (En nee, ik was niet de clown haha)

Noem 2 waarheden en 1 leugen over jezelf?
1. Ik kan niet functioneren zonder koffie.
2. Ik hou echt niet van zoete dingen, zoals snoep.
3. Ik heb vroeger op ballet gezeten.



NAAM: Simone Louise Admiraal
LEEFTIJD: 22
KOMT UIT: Amsterdam
STUDIEJAAR: 2e jaar

Waarom heb je voor Toegepaste Psychologie gekozen?
Ik wilde praktisch bezig met psychologie en mensen en zo veel mogelijk leuke dingen doen

Welke Route/Minor volg je of wil je gaan volgen?
in het buitenland iets leuks doen

Waarom heb je ervoor gekozen deze commissie te doen?
Actief zijn en gezelligheid en evenementen voor de informele gezellige leuke dingen.

Wat voor hobby's heb je?
Powernaps in iemands schoot, heel veel koffie drinken, wijn drinken en vooral alles met mensen.

Waar kan ik jou s'nachts voor wakker maken?
Chocola en seks, maar niet tegelijk.

Noem 1 ding die de meeste mensen niet van jou weten
Ik eet alsof ik linkshandig ben, het liefst terwijl ik op mijn been zit.

Noem 2 waarheden en 1 leugen over jezelf?
1. Mijn favoriete chocola is witte chocola
2. Ik ben nog nooit buiten Europa geweest
3. Mijn broer is 45+



NAAM: Anne van der Berg
LEEFTIJD: 19
KOMT UIT: Beetsterzwaag
STUDIEJAAR: 3e jaar

Waarom heb je voor Toegepaste Psychologie gekozen?
Er is niks leukers dan TP.

Welke Route/Minor volg je of wil je gaan volgen?
Ik zit te twijfelen tussen de routes Healthy Ageing en Jeugd. Misschien een combi van die twee. Ik ga volgend jaar pas aan mijn derde jaar beginnen, dus kan er nog even over nadenken.

Waarom heb je ervoor gekozen deze commissie te doen?
Ik was vorig jaar ook al actief lid, omdat ik bij de wintersportcommissie zat. Ik wilde sowieso actief blijven binnen Gente, omdat het een soort familie is en dat is echt geweldig. Ik heb voor de evenementencommissie gekozen, omdat ik altijd al vaak op de alle borrels te vinden was. Daarbij is het leuk dat je sociale activiteiten kan organiseren, waar leden en niet-leden informeel met elkaar kunnen praten onder genot van een drankje.

Wat voor hobby's heb je?
Skiën, mee krijsen met muziek, series kijken, praten.

Waar kan ik jou s'nachts voor wakker maken?
Nou, doe maar niet.

Noem 1 ding die de meeste mensen niet van jou weten.
Dat ik ongeveer 8 jaar lang op zangles heb gezeten haha

Noem 2 waarheden en 1 leugen over jezelf?
1. Ik heb een stiekeme crush op iemand van Gente
2. Ik vind chips niet echt lekker
3. Ik ben ooit verliefd geweest op de vriend van mijn broer die 7 jaar ouder was dan ik



NAAM: Roan Carlier
LEEFTIJD: 21
KOMT UIT: Groningen
STUDIEJAAR: 3e jaar

Waarom heb je voor Toegepaste Psychologie gekozen?
Ja het is een heel typisch antwoord, maar ik vond het altijd al heel interessant hoe processen in de hersenen zorgen voor gedrag en problemen. Verder vind ik het ook heel interessant hoe ik als individu mensen verder kan helpen door middel van gedragsbeïnvloeding.

Welke Route/Minor volg je of wil je gaan volgen?
Ik volg de specialisatie Healty aging.

Waarom heb je ervoor gekozen deze commissie te doen?
Omdat het me heel leuk leek om meer mensen van de studie te leren kennen en ik wel van een feestje houd.

Wat voor hobby's heb je?
Ik basketbal en ik houd zoals ik dus al zei wel van een feestje. Verder pak ik zo veel mogelijk mijn rust door te chillen met een goede serie.

Waar kan ik jou s'nachts voor wakker maken?
Voor niets, tenzij je levensmoe bent.

Noem 1 ding die de meeste mensen niet van jou weten.
Ik heb vroeger voltege gereden, dat is turnen op een paard.

Noem 2 waarheden en 1 leugen over jezelf?
1. Ik heb hele gesprekken in mijn slaap zonder dat ik het door heb.
2. Ik sta elke dag minstens 15 minuten voor de spiegel
3. Ik ben bang voor vuurwerk



NAAM: Maat Agterhof
LEEFTIJD: 19
KOMT UIT: Akrum
STUDIEJAAR: 2e jaar

Waarom heb je voor Toegepaste Psychologie gekozen?
Omdat ik deze opleiding erg aansloot met wat ik leuk vind en waar ik geïnteresseerd in ben.

Welke Route/Minor volg je of wil je gaan volgen?
Ik heb echt nog geen idee welke minor ik wil gaan doen.

Waarom heb je ervoor gekozen deze commissie te doen?
Ik heb vorig jaar eerst de wintersportcommissie gedaan en dat vond ik echt super leuk. Ik vond actief lid zijn heel gezellig en heb super veel nieuwe mensen leren kennen. Daarom wou ik graag verder met actief lid zijn en heb ik voor de evenementencommissie gekozen.

Wat voor hobby's heb je?
Duiken, sportschool en bier drinken.

Waar kan ik jou s'nachts voor wakker maken?
Nergens, naja tenzij ik gratis mee mag op een enorme vakantie ofzo maar voorderest laat me maar gewoon liggen

Noem 2 waarheden en 1 leugen over jezelf?
1. Ik zat vroeger op schaken.
2. Ik ben bang voor spinnen
3. Ik ben een keer mijn broek verloren in de negende cirkel



NAAM: Merle Alkema
LEEFTIJD: 19
KOMT UIT: Sneek
STUDIEJAAR: 2e jaar

Waarom heb je voor Toegepaste Psychologie gekozen?
Ik heb het altijd al interessant gevonden hoe mensen eigenlijk denken, en waarom ze doen wat ze doen. Vandaar dat ik heb gekozen voor Toegepaste Psychologie

Waarom heb je ervoor gekozen deze commissie te doen?
Ik wilde meer mensen leren kennen binnen de studie, ik vind het vooral leuk dat ik veel mensen heb leren kennen uit verschillende jaren van de opleiding door actief te worden bij Gente. Ik heb specifiek voor de evenementencommissie gekozen, omdat ik feestjes gewoon heel erg leuk vind natuurlijk!

Wat voor hobby's heb je?
Volleybal, piano en natuurlijk naar feestjes gaan

Waar kan ik jou s'nachts voor wakker maken?
Ik slaap liever denk ik.

Noem 1 ding die de meeste mensen niet van jou weten.
Ik heb een jaar in Amerika gewoond

Noem 2 waarheden en 1 leugen over jezelf?
1. Ik heb hoogtevrees
2. Ik heb een sushi-obsessie
3. Ik ben groter dan 1.65 meter

OP KAMERS: DÉ TIPS

Op kamers gaan gaat gepaard met allerlei veranderingen en kan een heftige (maar ook een hele leuke) overgangsperiode zijn, daarom hebben wij een aantal tips verzameld om het leven op kamers net een stukje makkelijker te maken ;)

- Koop je fruit en groente op de markt ; dinsdag, vrijdag en zaterdag

- Koppel je AH bonuskaart aan een persoonlijk account zodat je persoonlijke aanbiedingen ontvangt

- Maak een schoonmaakrooster wanneer je ruimtes deelt met huisgenoten

- Deel je internetabonnement met huisgenoten

- Zorg ervoor dat je altijd voedsel in huis hebt dat lang goed blijft en makkelijk te maken is in geval van nood (cup a soup, noedels, knakworst etc.)

- Ga geen boodschappen doen als je honger hebt; dit zorgt ervoor dat je onbewust meer (lekkere) dingen koopt

- Het onderste schap in de supermarkt is vaak goedkoper dan die recht voor je neus (psychologisch trucje om je zo meer duurdere dingen te laten kopen)

- Vries eten dat je over hebt in voor een volgende keer. Scheelt weer een avondje koken.

- Je kan altijd je ouders bellen als je iets niet weet over het huishouden; dat vinden ze echt niet erg. Ze waarderen het alleen maar als je even van je laat horen.

- Voel je je alleen? Klop dan eens bij je huisgenoten aan of stuur een berichtje naar een klasgenoot om af te spreken. Dat kunnen ze vast waarderen ;)

- Vergeet niet dat heimwee ook bij de overgangsperiode hoort van op kamers gaan

- Diepvriesmaaltijden van de iglo zijn prima eens in de zoveel tijd (rissoto funghi is een aanrader)

- Wil niet te veel; neem ook eens tijd voor jezelf op de bank of in bed met Netflix, muziek of je eigen gedachtes. Blijf wel naar jezelf luisteren!

- Schrijf je in voor een vereniging om zo meer contacten op te doen en misschien iets interessants uit te proberen!

- Vergeet je ouders niet eens in de zoveel tijd te bellen en of te bezoeken.



Bij Swifty op de thee

Swifty bestaat uit Nico, Mart en Lisse, bekend van het nummer “Dakterras” (Mocht je dit nummer nou nog niet uit je hoofd kennen, dan verwijs ik je graag door naar pagina 7 voor de songtekst). Vrijdagmiddag was ik in de gelegenheid om een colaatje te drinken met Nico en Mart en ze ondertussen te ondervragen naar hun leven. Wat ik over ze te weten ben gekomen deel ik graag met jullie in dit artikel.

"Dakterras" is nu twee jaar uit, maar blies op na het optreden bij Qmusic vorig jaar. Wanneer ik vraag hoe dit hun leven heeft veranderd antwoord Nico: **"HET HEEFT ONS DE KANS GEGEVEN OM DINGEN TE DOEN DIE ANDERS NIET ZOUDEN KUNNEN. OPTREDEN ENZO, DAT IS BEST WEL VET, MAAR HET HEEFT ONS LEVEN NIET ECHT VERANDERD. WE STUDEERDEN DAARVOOR EN NU NOG STEEDS. WE KOMEN NU ALLEEN AF EN TOE BIJ ELKAAR, PRODUCEREN EEN NUMMERTJE EN TREDEN WEL EENS OP".** Mart vult aan dat ze er wel veel van hebben geleerd; om zelfstandig te zijn maar ook om in je jezelf te geloven en gewoon te doen. Want als jij in jezelf gelooft gaan anderen dat ook geloven, ook al wordt je misschien even in het diepe gegooid het kan wel voor veel "grappige shit" zorgen.

Onder die "grappige shit" valt ook het optreden tijdens Keiweek 2018, met hun zelf geproduceerde nummer "Ansichtkaart". Omdat Lisse in Azerbeidzjan zat, ging dit produceren iets anders dan normaal; via skype gesprekken, songteksten die werden aangepast via opmerkingen online en zelfs het opnemen van de stukken die Lisse zingt deed hij apart van de andere jongens in een studio in Azerbeidzjan. Het nummer ging dus eigenlijk ook wel een beetje over dat Lisse ergens anders zat vertelt Mart. "Zo van, ik stuur wel even een ansichtkaart". Maar nog meer gaat het over henzelf: "Over toen wij voor het eerst hier Groningen kwamen studeren" verklapt Nico. Wat ook leuk is om te melden is dat de jongens nu bijna geheel zelfstandig nummers kunnen produceren. Mart en zijn huisgenoot hebben een studio gebouwd in hun huis waar ze ook al Ansichtkaart (de delen van Nico en Mart) volledig zelf hebben opgenomen.

"Verbazingwekkend weinig swifty"

Wat de jongens nu doen omvat verbazingwekkend weinig swifty, al zeggen ze het zelf. Mart (Econometrie) en Nico (Technische bedrijfskunde) zijn beide bezig met hun scriptie. Mart zijn scriptie schrijft hij over kwantitatieve logistiek en het optimaliseren daarvan en Nico schrijft de zijne over "meningen van mensen in een complex netwerk; hoe die elkaar beïnvloeden en of je je mening privé houdt of publiek maakt en hoe dat invloed heeft op elkaar". Naast zijn scriptie werkt Nico op een plek die internationale studenten een slaapplek aanbied en zijn beide jongens daar ook veel te vinden, naast natuurlijk de bieb om echt aan de slag te gaan voor hun scriptie. Mart houdt zich naast zijn scriptie bezig met zijn coverbandje en is ondertussen een bandje aan het opzetten voor allemaal eerstejaars waar hij nu druk mee bezig is qua audities. Lisse is in Amsterdam begonnen aan

een master op het gebied van internationale relaties (en een nieuwe levensfase zoals hij het zelf verwoord) vertelt Nico, dus die zien ze ook niet meer zo vaak als eerst.

Na zijn Bachelor wil Mart reizen, waarnaartoe weet hij alleen nog niet precies. Nico is het Portugees verleerd, hij kan het nog wel verstaan maar niet meer spreken en gaat daarom een halfjaar Portugees leren na zijn scriptie. Beide jongens willen daarna ook nog een master gaan doen.

BETEKENT DIT DAN HET EINDE VAN SWIFTY?

Nee, de jongens blijven bij elkaar komen en Mart blijft beats maken. Dus mochten ze op iets 'nices' stuitten dan gaan ze daar ook voor, maar als dat gevoel er niet is dan heeft het niet zoveel zin om zich op dat nummer te storten. Dus totdat ze een beat echt top vinden, blijft het qua nieuwe nummers stil, maar qua optredens etcetera zijn de jongens nog zeker te boeken.

Het mooiste aan Groningen vinden de jongens de vele Albert Heijns, maar met name de Albert Heijn Korenbeurs is favoriet. Als je feiten wil over deze Albert Heijn moet je bij Mart zijn, één pik er voor jullie uit; "De standbeelden van de korenbeurs zijn de god van de handel, de godin van de landbouw en de god van de zeevaart om zo de handel te bevorderen. Want vroeger werd het gebouw gebruikt voor graanhandel". Ook Nico heeft een leuk feitje over deze Albert Heijn; "De koffie is er best wel lekker en kost maar 1 euro. Die euro kan je gratis bijpinnen bij de klantenservice en dan kan je daarmee koffie halen". Maar naast de Albert Heijns vinden de jongens de verkleed cultuur in Groningen ook fantastisch. Dat je als jongen verkleed in maillot over straat kan zonder in elkaar geslagen te worden kan nergens anders dan in Grunn.

Wil jij nou ook eens Mart en/of Nico tegenkomen op stap? Dan moet je bij de Wolters Wolters, Oost of het Vinkennest zijn. Het Vinkennest is de buurtkroeg van Vinkhuizen waar Mart onlangs is gaan wonen. "Dus als je Mart tegenkomt, in Vinkhuizen, onderweg naar de snackbar op zijn crocs en in zijn adidas vestje kan je gerust schreeuwen "Eyo, Mart! Die beats zijn best wel lekker!" en dan antwoord Mart met "Bedankt!" en dan haalt hij een kroketje en fixt hij thuis weer een nieuwe beat. Dat is tenminste een beetje hoe ik Marts leven voor me zie" Aldus Nico.

Wat nou het beste dakterras is, was een hele lastige vraag voor de jongens. Het nummer is natuurlijk geïnspireerd op het Albertus Magnus dakterras, maar omvat ook gewoon het concept dakterras. "Het mooie aan

een dakterras is dat iedereen wel een mooie heeft of kent" vertelt Mart. "Een dakterras is impliciet nice, net als een hangmat" vult Nico aan.

Wat de jongens willen meegeven aan jullie als Groningse studenten is het volgende; "Gaan met die banaan! Ga het studentenleven niet super lang uitrekken, maar ga wel gewoon genieten. Ga tot super laat in de stad blijven, echt tot acht uur s'ochtends, dat het eigenlijk niet leuk meer is, maar doe het wel. Gewoon om een keer meegemaakt te hebben. Eet dronken een eierbal en laat mensen die dat nog nooit gegeten hebben ook proeven. Dus ga gewoon genieten maar ga ook studeren, want daar zijn we hier tenslotte voor. Stay in school en doe niet veel drugs".

"Wees gewoon jezelf, kijk Explained op Netflix, maak een tochtje door de grachten van Groningen (ook al woon je er vet lang, gewoon doen. Maar ga wel voor die van één uur, want die van twee uur is gewoon twee rondjes) en stay schwifty."

Heb jij nou een super chill/mooi dakterras of juist een hele lelijke om te bewijzen dat niet elk dakterras leuk is? Dan zouden de jongens graag een foto tegemoet zien via hun Facebook of Instagram @ Swifty_toch.

Kroegentocht

Ben jij net begonnen met studeren in Groningen en hou jij wel van een drankje? Dan is deze kroegentocht iets voor jou. Hieronder staan de meest populaire barren/kroegen/clubs voor studenten met populairste drankje en muziekgenre. De route is helemaal uitgestippeld dus je kan direct beginnen.



1. Ocean 41

Woensdag en vrijdag 2 cocktails voor de prijs van 1
Donderdag is er disco-night (remix 80/90 muziek)

2. 'T vaatje

(ofwel stamkroeg van Gente)
Zelfgemaakte drop-wodka en heerlijke 'kannetjes' in alle kleuren.
Top 100

3. Wolter Wolthers

80s, 90s Disco music
Gin tonic (tot 01:00 5 euro)

4. 'T golden fust

Piekuur tot 01:00 uur
Bier, wijn & fris €1,50
Shots €2,-
Binnenlands mix €2,50
Buitenlands mix €3,-
Buckets (van de week voor 12,50 euro)
Hitjes, meezingers

5. Negende Cirkel

Dagelijk happy hours tussen 22:00-01:00
Pitchers en emmer-tjes
Top 100



6. Chupitos

Shots
Top 40/hitjes

7. Shooters

Swing muziek
Het 100 dagen voor kerstfeest-feest

8. Warhol

Alternatieve muziek
Jack daniels cocktail
Grolsch als meest verkochte bier

De leukste eettentjes van Groningen

Moet jij nou ook altijd zo lang nadenken voordat je weet waar je wilt eten? Dat hoeft nu niet meer. Wij hebben voor jullie de leukste, gezelligste en lekkerste eettentjes van Groningen op een rijtje gezet.

Het Concerthuis

Poelestraat 30, 9712 KB Groningen

Het Concerthuis is voor iedereen. Je kunt hier ontspannen en ongestoord zitten met vrienden, familie, alleen of met je partner. Je kan hier onder het genot van meerdere spelletjes die op de spelletjes kaart staan een lekker drankje doen. Bij het concerthuis hebben ze koffie van huisgebrande bonen, huisgemaakte ijsthee, zorgvuldig uitgekozen biertjes. Ik raad de Brewdog Dead Pony aan. De menukaart wisselt regelmatig. Bij het concerthuis is de menukaart nooit saai. Er staan altijd gerechten op, die je niet kent of niet verwacht. Ook heb je hier elke zondag de brakke brunch, voor als je zaterdag iets te hard bent gegaan.

Tip! Als je hier gaat eten en je bent niet bang voor verrassingen. Bestel dan tafeltje vol. Je krijgt dan van bijna elk gerecht op de kaart een kleine portie.



De Uurwerker

Uurwerkersplein 1, 9712 EJ Groningen

De Uurwerker is echt een studenten eettent. Je kan hier werken, chillen, kletsen, genieten, overleggen, etc. Je kan hier o.a. genieten van heerlijke hamburgers.

Als je fan bent van Kraantje Pappie; die zit hier bijna elke vrijdag te genieten van de Uurwerkse heerlijkheden!



Pronk stads- & terrascafe

Vismarkt 56, 9711 KV Groningen

Pronk is een iets chiquere tent, maar niet minder gezellig of leuk. Je kan hier heerlijk zitten en genieten van lekkere gerechten. Persoonlijk raad ik de clubsandwich kippendij en flammkuchen mozzarella aan. Deze gerechten zijn echt ongelooflijk lekker. Maar dat is eigenlijk alles bij Pronk. Hier kan je voor een leuk studentenprijsje heerlijk lunchen. Pronk heeft ook een hele mooie binnentuin (wat in de winter niet super ideaal is, maar in de zomer heerlijk). De wc's zijn hier ook heel mooi!

Pernikkel

Aweg 2, 9718 CS Groningen

Vers en Lokaal zijn de woorden waarmee Pernikkel zichzelf o mschrijft. Pernikkel heeft een kleine, wekelijks wisselende kaart met daarop diverse ontbijt-, lunch- en dinergerechten. Pernikkel streeft ernaar om zoveel mogelijk zelf te maken en alleen te werken met onbewerkte producten. Het liefst worden er i ngrediënten van lokale boeren gebruikt en wordt er gewerkt met verse seizoensgroenten. De American Pancakes of Wentelteefjes zijn een echte aanrader als ontbijt.



Anat

Verlengde Grachtstraat 1, 9717 GD Groningen

Het hippe eettentje Anat is gevestigd aan de rand van het Noorderplantsoen. Het is een klein en gezellig pandje met huiselijke sferen. Anat was in 2015 de eerste 100% veganistische eettent in Groningen! Bij Anat kan je ontbijten, lunchen, taartjes eten en verse smoothies drinken. Daarnaast kan je ook ontbijt of lunch afhalen, ideaal als je dit op een zomerdag in het Noorderplantsoen wil eten! De kaart is zo biologisch, duurzaam en verantwoord mogelijk en wisselt hierdoor bijna dagelijks. In de zomer kan je op het terrasje zitten met uitzicht op het mooie Noorderplantsoen, maar nu de herfst en de winter weer naderen is het interieur van Anat perfect om knus binnen te zitten.

Wadapartja

Gedempte Zuiderdiep 39-41, 9711 HB Groningen

Wadapartja (afgeleid van ''Wat apart ja'' in het Gronings) is een plek waar je zowel kan eten als winkelen! Alles wat je ziet is namelijk ook te koop: van de lampen en stoelen tot aan het theekopje waar je uit drinkt. Bij Wadapartja kan je heerlijk ontbijten, lunchen, borrelen en dineren in een huiselijke sfeer. Daarnaast kan je er ook gewoon op een bank neerploffen en iets lezen of spelletjes spelen. Het is dus niet alleen een unieke eettent, het is een hele beleving! Vanaf 3 september 2018 is er een Wadapartja zusje op de Zernike Campus (Van Doorenveste). Ook daar kun je geheel in Wadapartja-stijl terecht voor onder andere koffie, huisgemaakte zoetigheden en lekkere broodjes.



DOT

Vrydemalaan 2, 9713 WS Groningen

Je hebt vast wel eens gehoord van het restaurant wat er uit ziet als een ruimteschip en afgelopen kerst is omgetoverd tot de grootste kerstbal ooit; DOT. Je kunt hier heerlijk eten en drinken, genieten van (live) muziek, feesten en zelfs naar de film. De films bij DOT zijn zeker een aanrader; je zit in het bovenste gedeelte van DOT, de koepel, waardoor het beeld ook licht is gebogen wat een heel mooi effect geeft. Daarnaast zijn de films vaak ook erg goed uitgekozen en kun je dit bezoek heel makkelijk combineren met een etentje vooraf (vaak is er een aanbieding voor de daghap + ticket voor de film). Hou dus goed de agenda van DOT in de gaten voor wanneer er weer een feestje of film, maar twijfel ook niet om gewoon zo eens even een drankje te doen in dit ruimteschip.

MEET GENTE

STUDIEVERENIGING TOEGEPASTE PSYCHOLOGIE

REISCOMMISSIE



NAAM: Elisa Wijngaard
LEEFTIJD: 21
KOMT UIT: Hengelo
STUDIEJAAR: 3e jaar

Waarom heb je voor Toegepaste Psychologie gekozen?
Ik heb hiervoor een MBO opleiding gedaan en dit was weer een mooie vervolg stap voor een master op de universiteit :)

Waarom heb je ervoor gekozen deze commissie te doen?
Ik heb hiervoor de evenementen commissie gedaan en ik was nog lang niet klaar met actief zijn bij Gente. De reiscommissie leek mij de meest gepaste commissie voor mij en dit blijkt ook zo te zijn!

Wat voor hobby's heb je?
Eten, katten knuffelen, gitaar spelen, reizen, lekker netflixen en allerlei andere basic dingen.

Waar kan ik jou s'nachts voor wakker maken?
KIPBURGERS

Noem 1 ding die de meeste mensen niet van jou weten.
(kan niks bedenken...)

Noem 2 waarheden en 1 leugen over jezelf?
1. Ik durf niet voor een grote groep mensen te spreken
2. Ik ben allergisch voor tomaat
3. Ik kan elk moment van de dag eten



NAAM: Isa Dam
LEEFTIJD: 19
KOMT UIT: Groningen
STUDIEJAAR: 2e jaar

Waarom heb je voor Toegepaste Psychologie gekozen?
Ik vond het altijd al interessant waarom mensen bepaalde keuzes maakte, waarom mensen bepaalde dingen wel of niet doen en hoe dit zich in het hoofd afspeelt. Uiteindelijk wil ik de kant van criminologie op gaan, zodat ik kan werken bij de recherche.

Welke Route/Minor volg je of wil je gaan volgen?
Waarschijnlijk de kant van Arbeid en Organisatie & Gezondheid, maar dit weet ik nog niet zeker.

Waarom heb je ervoor gekozen deze commissie te doen?
Nadat ik mee was geweest op wintersport leek het mij leuk om ook actief te worden binnen Gente, dus vandaar een commissie. De reiscommissie leek mij heel leuk omdat ik zelf van reizen houd, en ik vind het leuk om zoiets groots helemaal zelf te organiseren en bedenken.

Wat voor hobby's heb je?
Heb altijd gehockeyd, maar doe nu voor het eerst aan boksen.

Waar kan ik jou s'nachts voor wakker maken?
Een reisje naar Italië

Noem 1 ding die de meeste mensen niet van jou weten
Ik wil later werken bij de FBI

Noem 2 waarheden en 1 leugen over jezelf?
1. Ik ben een keer wakker geworden in een stripclub.
2. Ik ben dronken een keer in de gracht gevallen.
3. Ik heb een keer geschoten met een glock.



NAAM: Davey Abraham Eshuijs.
LEEFTIJD: 22
KOMT UIT: Leeuwarden
STUDIEJAAR: 3e jaar

Waarom heb je voor Toegepaste Psychologie gekozen?
Ik heb de keuze voor TP gemaakt omdat ik heel graag meer wilde leren over waarom mensen doen wat ze doen en hoe dit beïnvloed kan worden.

Welke Route/Minor volg je of wil je gaan volgen?
Uiteindelijk ben ik voor de specialisatie healthy ageing gegaan, omdat ik graag meer richting de onderzoekskant van de psychologie wil en ik dacht dat dit daar het best op aan zou sluiten

Waarom heb je ervoor gekozen deze commissie te doen?
Eigenlijk had ik nooit verwacht dat ik ooit onderdeel van een commissie uit zou gaan maken. Er kwam echter een plekje vrij in de reiscommissie en Julian (de voorzitter) vroeg mij of ik deze rol wilde vervullen, waar ik toen gewoon maar ja op heb gezegd.

Wat voor hobby's heb je?
Mijn vrije tijd besteed ik eigenlijk voornamelijk met vrienden, maar in de tijd die ik over heb voor mezelf ben ik graag met muziek bezig.

Waar kan ik jou s'nachts voor wakker maken?
Deze vraag vind ik altijd lastig te beantwoorden omdat ik eigenlijk heel erg van slapen houd. Waar ik heel blij van zou worden is iets van een babydier (bij voorkeur katten of otters).

Noem 1 ding die de meeste mensen niet van jou weten.
Ik was op de middelbare school met gym heel goed in turnen

Noem 2 waarheden en 1 leugen over jezelf?
1. Ik ben grappig
2. Ik ben interessant
3. Ik ben aardig



NAAM: Arletta Baak
LEEFTIJD: 23
KOMT UIT: Rotterdam
STUDIEJAAR: 4e jaar

Waarom heb je voor Toegepaste Psychologie gekozen?
Ik wilde als klein kind graag Pyscholoog worden, want ik wilde graag met mensen praten om hun te helpen met hun problemen. Later verdween dit idee weer een beetje, toen dacht ik nog aan de PABO. Toen ik onderwijsassistent op het MBO studeerde kwam ik erachter dat dit niks voor mij is. Maar na dit diploma kon ik eindelijk Psychologie gaan studeren! Nu wil ik trouwens helemaal niet meer de "klassieke" psycholoog worden, maar vind ik onderzoek naar gedrag veel interessanter.

Waarom heb je ervoor gekozen deze commissie te doen?
Mijn eerste ontmoeting met Gente was toen ik 3 jaar geleden mee op reis ging, naar Praag. Ik had nog niet zoveel met Gente; ik zag de vereniging altijd als een clubje waar je moeilijk tussen kom komen. Maar.. ik wilde heeel graag naar Praag! Ik dacht, het ergste wat me kan overkomen is dat er geen leuke mensen mee gaan, maar hé, dan heb ik het in ieder geval geprobeerd en dan heb ik Praag gezien! Ik ben vandaag nog blij dat ik dit gedaan heb, want de reis was ontzettend leuk! Na de reis wilde ik verbonden blijven met Gente, dus toen ben ik in de PIP-commissie gegaan. Dit vond ik zo leuk om te doen! Ik ben toen ook mee geweest met de reis naar Krakau, en toen mijn PIP-commissie was afgelopen wilde ik nog steeds bij Gente blijven. Ik vind reizen heel erg leuk, dus toen dacht ik: waarom niet zelf organiseren met de leukste studievereniging?!

Wat voor hobby's heb je?
Zoals te verwachten hou ik van reizen, maar voornamelijk van stedentrips. Fotograferen hou ik ook van, deze twee combineer ik dan ook graag. Daarnaast hou ik heel erg van lekker eten en drinken. Lekker lang borrelen met allemaal kleine hapjes en lekkere drankjes, met goed gezelschap natuurlijk.

Waar kan ik jou s'nachts voor wakker maken?
Ik ben echt heel lastig wakker te krijgen, maar als je dit toch lukt hoop ik dat je wat te eten hebt en een wel héél erg goed verhaal.

Noem 1 ding die de meeste mensen niet van jou weten
Ik slaap altijd met een koe

Noem 2 waarheden en 1 leugen over jezelf?
1. Familie van mij komt oorspronkelijk uit Slovenië
2. Ik zing het hardste mee op Nederlandse muziek
3. Ik was 13 toen ik een navelpiercing liet zetten



NAAM: Julian Nguyen
LEEFTIJD: 20
KOMT UIT: Dronten
STUDIEJAAR: 4e jaar

Waarom heb je voor Toegepaste Psychologie gekozen?
Ik wist nooit goed wat ik wou worden vroeger, dus vond ik een studiekeuze ook lastig. Toen ik TP tegenkwam leek me de inhoud interessant; bezig zijn met het menselijk gedrag, dus heb ik daarvoor gekozen.

Welke TP-specifieke minor volg je of wil je gaan volgen?
Ik heb een combinatie van de TP-specifieke minor arbeid en gezondheids-psychologie gevolgd.

Waarom heb je gekozen voor een commissie en waarom specifiek voor deze commissie?
In jaar 3 werk je heel zelfstandig en ik wou toch graag betrokken blijven bij de mensen van mijn studie, dus werd ik steeds actiever bij Gente. En tja, wat is dan een leukere commissie dan de Reiscommissie???

Wat voor hobby's heb je?
Ik sport graag, fitness, voetbal en zo'n beetje elke vechtsport.

Noem 2 waarheden en 1 leugen over jezelf?
1. Ik ben verre familie van Humberto Tan
2. Ik spreek Vietnamees
3. Ik heb ooit twee relaties tegelijk gehad

Ingrids Tonijnsalade

Een begrip en een favoriet bij de Mediacommissie en binnenkort kan jij deze makkelijke en gezonde salade ook zelf maken!



Nodig (hoeveelheid naar eigen behoefte):

- Pasta (penne of farfalle)
- Blik tonijn (op water)
- Blik maïs
- Rucola melange
- Komkommer
- Tomaat
- Zongedroogde tomaat
- Feta (blokjes)
- Rode ui
- Olijfolie
- Mayonaise

Tip: heb je geen olijfolie in huis? Dan kan je natuurlijk ook tonijn in olijfolie kopen!

Doen:

- Kook water in een pan en doe hier de pasta in. Laat ongeveer 8 min. koken en roer regelmatig door.
- Ondertussen snijd je de komkommer, tomaat, zongedroogde tomaat, feta en ui in stukjes.
- Doe de sla samen met de tonijn, maïs en de gesneden groenten in een (grote!) kom. Bij elkaar wordt dit vaak meer dan verwacht.
- Wanneer de pasta gekookt is: giet het water af en spoel de pasta een paar keer met koud water. Wanneer de pasta niet meer te warm is, doe je dit bij de rest in de kom.
- Tot slot: voeg wat olijfolie en mayonaise toe, mix het geheel goed en eet smakelijk!

Studentenwoordenboek

Beste studenten, ben je net begonnen of ben je al even bezig met student zijn? Hieronder staan alle studenten woorden en handige bijnamen van veel gebruikte woorden onder studenten. Leer ze, ken ze, gebruik ze en u gaat slagen.

Academisch kwartiertje

Het kwartiertje na elk 'hele' uur, voordat het college begint: bijvoorbeeld van 09.00 tot 09.15; de vijftien minuten pauze tussen twee colleges. Wordt steeds schaarser.

Adten/atten

Werkwoord. Het in één keer opdrinken van een glas (meestal bier). Het meest gebruikte woord in verenigingen en vriendenkringen.

BVO'tje

Biertje voor onderweg.

Collegehengst

Student die trouw colleges volgt.

Dispuut

Onderdeel van een studievereniging, een groep studenten die bijeenkomen op dispuutavonden.

Dichtgetikt

Iemand die alleen nog maar met mensen van zijn studentenvereniging omgaat.

Foet/feut

Aspirant-lid van studentenvereniging, groentje.

GK

Gemeenschappelijke (huis)kamer

Hospiteerborrel
Door studentenhuis georganiseerde borrel waar aspirant-bewoners kunnen hospiteren voor een kamer.

Icen
Het atten van een Smirnoff ice, vaak op het nummer 'ice, ice baby'.

Kleien
Poepen

Knor
Iemand die de regels van een studentenvereniging niet kent en er duidelijk niet bij hoort. Afkorting van Kent Niet Onze Regels.

Mozaïekje leggen (ook wel: braakje leggen, vomeren, barfen)
Kotsen

Natte tosti
Een gladde corpsbal die zichzelf vooral geweldig vindt.

Nominaal lopen
Precies gelijk lopen met je opleiding en dus geen studievertraging hebben. Zeer zeldzaam.

Ontgroenen
Volgens vaste tradities een proeftijd ondergaan bij een studentenvereniging. Doel: de onderlinge band versterken. Nieuwelingen die de ontgroening doorstaan worden daarna geïnaugureerd.

Paardenkut
Apfelkorn met sparood

Regelen
Zoenen/seksen

Sjaars
Eerstejaarsstudent

Sneeuwwitje
Bier met 7up

Soggen
Studieontwijkend gedrag, bijvoorbeeld Facebooken in tentamentijd, de studentenkamer ineens grondig schoonmaken, filmpjes kijken op YouTube of boodschappen doen terwijl er eigenlijk gestudeerd moet worden.

Pandapunten
Punten om aan te geven hoe lang iemand geen seks heeft gehad.

Thuis-thuis
Het ouderlijk huis

Wegtikken
Alcoholische versie van kettingroken. Snel veel bier opdrinken.

Wipsteiger
Hoogslaper



Bron: https://www.studenten.net/artikel/het-grote-studentenwoordenboek

Dagboek van een student

Tweedejaars TP-studenten Annet en Imke geven jullie een kijkje in een normale week uit hun leven.

Maandag
10:30-12:30 Gedragsbeïnvloeding hoorcollege (haha geskipt)
12:30-14:30 Trainingsontwerp coaching
14:30-17:30 Gespreksvoering 2
18:00 Eten en bijkletsen met twee vriendinnen
19:00-22:00 Huisavond

Dinsdag
9:30-10:30 sporten bij ACLO
11:00-13:00 Nagels laten doen (ja, ik ben er zo'n één)
13:00-14:00 sporten bij ACLO
15:00 Interview Ingrid voor Trainingsontwerp
16:00 Mediacommissie vergadering
19:30 Lezing PIP

Woensdag
8:00-9:00 Sporten bij de ACLO
9:00-9:30 SLB gesprek
9:30-12:30 Trainingsontwerp hoorcollege
12:30-13:00 Contract Gentereis ondertekenen en chillen op kantoor
14:00-18:00 Studeren
15:45-16:45 Dansles
17:00 Huisavond
19:00 Eten en bijkletsen met een vriendin

Donderdag
9:00-10:00 Sporten bij de ACLO
10:30-12:30 Trainingsontwerp werkcollege
12:30-13:30 Coaching
13:30-15:30 Vergadering trainingsontwerp
15:30-17:30 Positieve psychologie werkcollege
19:30-21:00 Hockey
22:00 Op stap

Vrijdag
10:00-11:00 Sporten bij de Aclo
11:30-13:30 Gedragsbeïnvloeding werkcollege
13:45-14:45 Meeting over een workshop
15:18 Naar thuisthuis reizen, in de trein bezig voor trainingsontwerp
20:00-22:00 Naar opa en oma
19:00 Toneelvoorstelling



Leukste momenten van Annet
- Huisavond met 2 oud huisgenootjes die op bezoek kwamen
- Eten en bijkletsen met 2 vriendinnen
- Toneelvoorstelling op vrijdag

Leukste momenten van Imke
- Met huisavond naar de Ikea
- Weer goed bij kunnen kletsen met een vriendin op woensdag
- Nieuw PR gehaald tijdens sporten op vrijdag

Interview met het bestuur van Gente

Waar staat Gente nou eigenlijk om bekend? En wat vinden de bestuursleden het leukst aan de vereniging? Wij zochten het voor jullie uit!

Wat is Gente?
Gente is de studievereniging van de opleiding toegepaste psychologie aan de Hanzehogeschool Groningen. Gente bestaat uit vijf commissies, namelijk de Psychologie in de Praktijk commissie, Evenementencommissie, Mediacommissie, Wintersportcommissie en Reiscommissie. Daarnaast is er een vijfkoppig bestuur dat toezicht houdt op de commissies en de vereniging. Samen spannen zij zich in voor Gente. Gente betekent mensen in het Spaans.

Wat doet de vereniging?
De vereniging zorgt ervoor dat de studenten van de opleiding Toegepaste Psychologie het hele studentenleven mee krijgen. Zo worden er borrels georganiseerd voor de gezelligheid, lezingen om onderwerpen aan te kaarten die de studenten op de opleiding niet meekrijgen. Er komt elk blok een Gentament uit met leuke weetjes en mooie verhalen. Ook worden er reizen georganiseerd naar het Binnen – en Buitenland. Daarnaast organiseert Gente ook een wintersport voor de sneeuwliefhebbers.

Waarom bestaat het?
Gente bestaat om studenten Toegepaste Psychologie dichter bij elkaar en bij het werkveld te brengen. Gente is 11 jaar geleden opgericht en wordt elk jaar een stukje beter.

Waar staat Gente om bekend?
Bij Gente is iedereen welkom. Je zal altijd geaccepteerd worden en er is voor iedereen een plekje. Gente staat vooral bekend om de gezelligheid. Als jij zelf graag mensen wilt leren kennen willen de mensen bij Gente jou ook leren kennen. Die sfeer voelt fijn aan en dat maakt Gente de mooie studievereniging die het is.



Als je Gente in één woord zou moeten omschrijven...
Nick: Familie
Marije: Episch
Niek: Episch
Zander: Dobbelsteen
Myrte: Gezelligheid

Wat is jouw rol binnen Gente?
Nick: Ik heb dit jaar de eer om de rol als voorzitter op mij te nemen. Ik ondersteun de bestuursleden en commissieleden waar dat nodig is, ik doe de speeches en praatjes als die er zijn. Verder heb ik dit jaar als doel om een alumni groep op te richten voor Gente.

Marije: Ik ben secretaris in het bestuur van Gente. Dit houdt in dat ik de notulen verzorg, de administratie van documenten, mail en post bijhouden en het in- en uitschrijven van leden. Het is de verantwoordelijkheid van de secretaris om het beleid in goede te banen te leiden en om toezicht te houden op de uitvoering hiervan.

Niek: Ik ben dit jaar de penningmeester van Gente!

Zander: Extern coördinator. Ik houd mijzelf bezig met externe contacten, die meestal betrekking hebben op sponsoring en/of samenwerkingen.

Myrte: Ik ben de Intern Coördinator van de vereniging. Dit betekent dat ik het aanspreekpunt ben voor alle commissies en contact onderhoud met de commissies. Als er problemen of vragen zijn, komen de actieve leden bij mij. Ook ben ik het tussenpersoon van het bestuur en de commissies. Dit houdt in dat ik informatie vanuit de commissies doorspeel aan het bestuur en vice versa.

Wat heeft Gente jou gebracht?
Nick: Gente heeft mij een plekje in Groningen gebracht waar ik 100% mijzelf kan zijn en geaccepteerd wordt zoals ik ben. Ook heb ik aan Gente veel groei te danken. Ik heb voorzitter mogen zijn van de wintersportcommissie waar ik veel geleerd heb en ben dus nu voorzitter van het bestuur waar ik nog weer meer leer.

Marije: Door Gente heb ik enorm veel mensen leren kennen. Ik kwam voor het eerst in aanraking met Gente toen ik in de reiscommissie zat. Door de betrokkenheid bij de vereniging heb ik vrienden voor het leven gemaakt.

Niek: Ik ben in mijn tweede jaar actief geworden als voorzitter van de wintersportcommissie omdat mijn ouders niet op wintersport gingen. Maar ik wilde wel erg graag. En toen ben ik een beetje blijven hangen..

Zander: Veel nieuwe vrienden, sommigen die zelfs als familie aanvoelen. Ook heb ik mijn netwerk verbreed en heb ik meer kennis gekregen over studieverenigingen en de besturen wereld.

Myrte: Gente heeft me vooral veel leermomenten gebracht. Ik heb mezelf namelijk erg ontwikkeld op persoonlijk, sociaal en professioneel gebied. Zo heb ik bijvoorbeeld beter leren plannen, samenwerken en communiceren. Daarnaast heb ik veel nieuwe mensen leren kennen, zowel leden van Gente

als andere besturen. Dit levert me veel gezelligheid en mooie momenten op.

Wat vind je het leukst aan Gente?
Nick: De mensen en de sfeer.

Marije: Het leukste van Gente vind ik de diversiteit in activiteiten. Er is voor ieder wat wils! Op die manier creëert iedereen zijn eigen plekje binnen Gente.

Niek: Alle geweldige mensen die ik heb leren kennen door de jaren heen!

Zander: Mijn bestuursleden en alle andere leden van Gente. Dit maakt onze vereniging tot wat het is. Het is altijd een feestje op kantoor en er hangt een gezellige sfeer. Ook met problemen kan je hier terecht. Dat maakt Gente speciaal.

Myrte: Het leukste van Gente vind ik om te leren hoe je met vijf personen zo goed mogelijk een vereniging kunt runnen. Specifiek betekent dit vooral dat je moet leren om invulling te geven aan een bestuursfunctie. Dit was voor mij helemaal nieuw, wat daardoor erg een uitdaging was. Ik beleef hier nog elke dag veel plezier aan!

“Gente voelt als familie”

“Gente in één woord: Episch”

“Het is altijd een feestje op kantoor”

GENTE
STUDIEVERENIGING TOEGEPASTE PSYCHOLOGIE



.

COLOFON:

Redactie
Annie Leijenaar
Ingrid Schippers
Imke Herms
Annet Willemsen

Vormgeving
Annie Leijenaar
Ingrid Schippers

Contact
media@sv-gente.nl



© Siebrand H. Wiegman