

2020-2021

N° 3

'T KERSTPAPERKE



UNIVERSITEIT
GENT





Van 2 t.e.m. 4 januari:

'Samen naar het Examen: statistiek I'.

- ✓ Drie dagen inhoudelijke begeleiding
- ✓ Twee proefexamens (+ collectieve bespreking)
- ✓ Een videodatabase met Q&A bij moeilijke delen

Meer info:

www.bijles-statistiek.be/events

Inhoudstafel

Voorwoord Vice-Praeses	4
Voorwoord Scriptoren	6
VPPKalender	7
Geschiedenisles	8
Hoe goed ken jij je kerstklassiekers?	10
Kerstmemes	14
Ideale kerstcadeaus in tijden van corona	16
Top 5 lelijkste kerstbomen allertijden	17
Facebook dating review	18
Wedstrijd - Babyfoto's	22
Goede voornemens voor 2021	25
Ik was al kapot voor Corona	26
Bloktips	28
Alternatieve hulpmiddeltjes	30
Conspiracy theories	34
Seks, mind & VPPK	35
VPPKokerellen	38
Christmas Playlist – Scriptor approved	41
Spill the tea	42
Kunnen wij jouw examenresultaten voorspellen?	43
Dilemma op dinsdag	44
Wood van de maand	46
Horoscoop	47
VPPK @ Trooper	49
Zoek de 10 verschillen	50
Woordzoeker	51
Sudoku	52
Haal het kind in jezelf naar boven	53
Feedback	54
Onze sponsors	55
Hoogtestage 2020 - Les 4 Vallées: Nendaz	56

Voorwoord Vice-Praeses

Heyhoi liefste jij!

De voorbije weken zijn zowat voorbij gevlogen. Hoewel ik hier de term gevlogen neerschrijf, gingen ze lang niet allemaal even vlot voorbij. Die ene week Oerwoud was voor mij alleszins het hoogtepunt van ons volledige semester, sindsdien is het alleen



nog maar bergaf gegaan. Gelukkig was onze ledenwerving zó goed getimed dat we er toch al weer een schacht of 75 bijhebben. Joepie, de toekomst is verzekerd! Laat ons hopen dat we in semester 2 nog veel mogelijkheden krijgen om het groen vanachter hun oren weg te krijgen, ik heb van horen zeggen dat het bij sommige nodig is... Gelukkig weten we nog ergens in ons achterhoofd dat we allemaal als domme schacht begonnen zijn. Neem het van mij aan, 2002 wordt een goed jaar.

Ik kan jullie trouwens met een dubbel gevoel meedelen dat ik nog nooit zo goed voorbereid de blok ingegaan ben als nu. Misschien komt dat vooral door het feit dat we zo ongeveer sinds week 7 in de blok zitten. Zucht, ik ben weer aan het zagen he? Net zoals velen onder ons leef ik ook met de illusie dat na de lesvrije week alles weer zoals vroeger zal verlopen. We gaan allemaal geknald hebben met de examens in januari en dus extra hard kunnen brakken in het tweede semester, wat een vooruitzichten!

Als die mannen van Pfizer eens een beetje voortmaken met dat vaccin, begint er langzaamaan een beetje perspectief te komen in deze uitzichtloze situatie. Ja jongens je leest het goed, ook ik ben deze shit echt beu.

Ik merk dat ik een patroon begin te zien in mijn voorwoorden van 't Paperke en wil jullie dus bij deze een belofte doen: dit is het laatste voorwoord waar ik iets over Corona zal zeggen. Los van de zin "WE ZIJN ERVAN AF", als we er eindelijk vanaf zijn, weliswaar.

Ik kijk er reikhalzend naar uit!

(Stay tuned: Valentijnspaperke)

Bon, ik pak nog een chocoretto bij mij en ga nog een afleveringske kijken van mijn favoriete Ufora-reeks: modellen in de ontwikkelingspsychopathologie. Zou je daar niet beter een voorbeeld aan nemen? (Did I just call you out? I think I did)

Dus jongens, probeer toch wat te genieten van het eindejaar. Bij deze wens ik jullie alvast een zalige Kerst en een fantastisch Nieuwjaar. Die drie kussen moet je maar zelf komen halen!

En euhh, die examens: knallen he! Ik geloof in jullie.

Dikke kussen, uw vice

Anouk Vercruysse



Voorwoord Scriptor

Ho ho ho welkom in onze kersteditie!

Wij zijn Jill en Mabel, de Scriptoren van VPPK voor 2020-2021! Helaas zal Kerst niet op de normale manier gevierd worden. Want laten we eerlijk zijn: Kerstmis is de beste feestdag van het jaar. Aanschouw onze argumentatie:



Glühwein drinken op kerstmarkten, gezellig samenzijn met uw familie, centjes incasseren, Mariah Carey die al meer dan 20 jaar met hetzelfde liedje op de radio komt, Secret Santa, de kerstboom decoreren, uw nek bijna breken bij het ophangen van de buitenverlichting ...

Sommige zaken zullen helaas niet doorgaan dit jaar. Gelukkig hebben wij voor jullie een lichtpuntje in deze donkere tijden, namelijk ... 't Kerstpaperke!



't Paperke is ons faculteitstijdschrift dat we maandelijks uitbrengen. Papieren versies vinden jullie aan de ingang van auditorium 2 en de hoofdingang van de FPPW. Ook posten we de online versie op onze Facebookpagina 't Paperke en op de website van de VPPK.

Sinds dit jaar willen wij jullie als student meer betrekken! Indien je graag jouw artikel of meme ziet verschijnen in 't Paperke, mag je deze gerust mailen naar scriptor@vppk.be. Wij behouden ons echter het recht om eventuele inzendingen niet te publiceren.

VPPKalender

Week 11:

1-3 dec VPPK, Share your moment  @vppk.gent

2 dec Among Us  DISCORD 

2 dec Studiekransje **zoom**

3 dec Studiekransje **zoom**

Week 12:

7 dec Kringavond (enkel voor gedoopten) ● wonder

8 dec Lezing: Verkeerspsychologie  Microsoft

9 dec VPPKerstdiner Online

9 dec Studiekransje **zoom**

10 dec Studiekransje **zoom**

Week 13:

14 - 20 dec Challenge: Studie Sprint ✨

Lesvrije week:

30 jan - 6 feb HOOGTESTAGE @ Nendaz

Onder voorbehoud wegens
COVID-19.

Raadpleeg de Facebookpagina
voor de laatste updates!

Geschiedenisles

Kerst is aangebroken. Elk huis heeft zijn kerstboom versierd. Lichtjes branden in de straten. Er wordt enkel kerstmuziek op de radio gedraaid. En elk jaar opnieuw hopen we dat deze kerst, een witte zal zijn.

Kerstmis is eigenlijk iets dat alleen Christenen vieren. Echter, door de jaren heen is dit verbreed naar onze cultuur en vieren ook niet-christenen de geboorte van Jezus. Of ja, toch iets in die aard. In deze tijd kan het gaan om het lekkere eten, het samenzijn met familie of misschien het allerbelangrijkste... de cadeaus.

Ironisch want niemand weet wanneer Jezus exact geboren is. Waarschijnlijk was dit niet eens op 25 december. Daarnaast werd pas in de 4de eeuw zijn geboorte voor de eerste keer gevierd. Hoogstwaarschijnlijk kozen ze voor 25 december omdat dat viel tijdens de Heidenen hun twaalf dagen durende Joelfeest. De Heidenen haalden groene twijgjes in huis en lieten kaarsen branden om de kwaadaardige geesten weg te jagen. Dit is vermoedelijk de herkomst van onze huidige kerstboom. Langzaamaan begon het Christendom het Heidendom te vervangen, en zo verspreidde kerstmis zich over heel de wereld.

Je weet natuurlijk al dat de kerstman een commerciële namaaksint is van Coca Cola in de jaren 30. Maar ken je het ontstaan van de kerstbal al?

In de 19de eeuw begonnen ze al ballen in hun spar te hangen. De oorspronkelijke kerstbal was een glazen bol met een metalen laagje aan de binnenkant. Sommige historici denken dat het gebruikt werd als middel tegen jaloezie. Een gast zou geen cadeautjes durven stelen door zijn spiegelbeeld in de bal.

Door de jaren heen werd er met kleur gespeeld en werden er allerlei glitters opgeplakt. Met dank aan al zijn transformaties is de kerstbal niet meer weg te denken uit onze kerstsfeer.

Ondanks alle historische verhalen blijft er maar een iets belangrijk, de kerstgedachte. Vele mensen hebben verschillende betekenissen hieraan gegeven waardoor er geen eenduidig antwoord is. Wat jouw betekenis ook is, Kerstmis is de ideale feestdag om mensen op te vrolijken in deze donkere en koude dagen.



HOE GOED KEN JIJ JE KERSTKLASSIEKERS?

Vraag 1: Tijdens het filmen van *Home Alone* raakte Macaulay Culkin 'Kevin McCallister' gewond. Wat gebeurde er?

- A. Tijdens de opnames brak hij zijn pols door een stunt op de trap.
- B. Een tegenspeler beet hem in zijn vinger.
- C. Hij gleed uit op het ijs en verzwikte zijn enkel.
- D. Hij liep tegen een muur en kreeg hoofdpijn.

Vraag 2: In 2018 kwam 'The Grinch' uit. Hoeveel winst heeft de film gemaakt?

- A. \$205,8 miljoen
- B. \$511,5 miljoen
- C. \$662,1 miljoen
- D. \$351,3 miljoen

Vraag 3: In de film *Home Alone* is er een scene waar Kevin McCallister met poppen een familiefeest nabootst om boeven van zijn huis weg te houden. Welk liedje speelt hier af?

- A. Santa Claus is Coming to Town
- B. Joy to the World
- C. Rockin' Around the Christmas Tree
- D. Winter Wonderland

Vraag 4: In de film Love Actually spelen veel bekende sterren mee. Welke acteur/actrice speelde NIET mee?

- A. Rowan Atkinson
- B. Thomas Brodie-Sangster
- C. Hugh Jackman
- D. Emma Thompson

Vraag 5: Welke trucs en vallen gebruikt Kevin McCallister NIET tijdens zijn poging om de boeven uit zijn huis te houden?

- A. Een tarantula los laten lopen in huis.
- B. Glazen kerstballen onder het raam leggen.
- C. De buitentrappen ijsig maken.
- D. Boter op de trap smeren.

Vraag 6: Welke kerstfilm was het populairste in het jaar 1965 (aka het oprichtingsjaar van VPPK)?

- A. A Charlie Brown Christmas
- B. How the Grinch Stole Christmas
- C. It's a Wonderful Life
- D. Mickey's Once Upon a Christmas

Vraag 7: Hoe heet het koninkrijk van Elsa en Anna in 'Frozen'?

- A. Udugoth
- B. Maldonia
- C. Corona
- D. Arendelle

Vraag 8: In de film 'The nightmare before christmas' heeft Jack Skellington een bijzonder talent om Shakespeare op te voeren. Welk talent is dit?

- A. Hij kan zijn hart laten stoppen met kloppen.
- B. Zijn geweldig Brits accent.
- C. Hij kan zijn hoofd van zijn lichaam halen.

Vraag 9: In de film 'Die Hard' (Ja dat is ook een kerstfilm) schrijft John McClane een boodschap voor Hans Gruber op de trui van zijn dode handlanger. Wat schrijft hij?

- A. Merry Christmas Pal!
- B. Now it's a real party!
- C. Now I have a machine gun. HO - HO - HO
- D. Now we're even buddy.

Vraag 10: Welke acteur sprak in 'The Polar Express' verschillende stemmen in?

- A. Tom Hanks
- B. Dwayne Johnson
- C. Leonardo DiCaprio
- D. Ryan Gosling

Fun fact: Corona is het koninkrijk en de geboorteplaats van Rapunzel. (*Tangled*, 2010)



Antwoorden

Vraag 1 - B

Vraag 2 - B

Vraag 3 - C

Vraag 4 - C

Vraag 5 - D

Vraag 6 - A

Vraag 7 - D

Vraag 8 - C

Vraag 9 - C

Vraag 10 - A

Kerstmemes



THERE ARE TWO TYPES
OF PEOPLE RIGHT NOW.



For that, I should be



SO IT BEGINS

WORKS ONE DAY A YEAR



SPENDS THE REST OF THE
YEAR JUDGING YOU

CHRISTMAS TIP

WRAP EMPTY BOXES AND PUT
THEM UNDER THE TREE.



EVERYTIME YOUR CHILD ACTS UP,
THROW ONE IN THE FIREPLACE.



goatfishh
@goatfishh

Teacher on Zoom: "Can everyone turn
on their cameras?"

Me at that exact moment:



You know shit is serious when
the immortals start wearing
face masks



I'm pretty sure that everything in
2020 happened because of
something this dude did



Ideale kerstcadeaus

in tijden van corona

**EEN
WEIGHTED
BLANKET**

**GSM /
LAPTOP
HOESJE**

EEN BADJAS

**EEN SCHEER-
APPARAAT**

**EEN
BADPLANK**

**EEN MINI
KOELKAST**

PANTOFFELS

TOILETPAPIER

**EEN LEUK
STOFFEN
MONDMASKER**

**KRAS-
WERELDKAART**

**LAPTOP-
ONDERZETTER**

**FULL BODY
KUSSEN**



Top 5 lelijkste kerstbomen allertijden

Deze schijtbomen verpesten de hele kerstsfeer. Gebruik dit vooral niet ter inspiratie!





FACEBOOK DATING

Review

De feestdagen komen eraan en ik wil absoluut niet 'en heb je nog geen lief?' horen van mijn ouders. Daarom is dit de geschikte moment om Mark Zuckerberg's nieuwste creatie uit te testen, namelijk Facebook dating.

Ik hoor het je al denken: 'pff gewoon weer zo'n namaak Tinder.' Nee nee, Facebook dating is veel meer dan enkel swipen en occasioneel eens een berichtje sturen. Er is een fundamenteel verschil tussen de twee. Facebook dating is ontworpen om iemand te ontmoeten die echt bij je past. Niet gewoon een simpele vleeskeuring.

Het geeft je de mogelijkheid om een aantal kenmerken te filteren dat klassieke datingapps niet hebben, zoals lengte, gesproken talen, opleidingsniveau, kinderen, geloofsovertuiging... Je kan je voorkeur ook als niet/wel verplicht aanduiden. Het zou jammer zijn dat je een limiet van 25 jaar aanduidt, en jouw gemiste droompartner is 26 jaar. Anderzijds verplicht het algoritme je om alle kenmerken ook zelf in te vullen. Persoonlijk vond ik dit jammer omdat je zo makkelijker traceerbaar bent en opeens volgverzoeken krijgt die je liever niet had.

Indien je die extra volgers niet erg vindt, kan je jouw Instagramaccount eraan koppelen. Zo zien potentiële partners meteen hoe geweldig jouw feed is.



Het origineelste is ongetwijfeld Secret Crush. Hierbij kan je anoniem jouw 'liefde' verklaren aan een van jouw Facebookvrienden of Instagram volgers. Als deze persoon Facebookdating heeft geactiveerd, krijgt die een melding dat iemand een crush heeft op hen. De namen worden pas onthuld als jullie allebei elkaar als crush hebben. Ik vind dit mega cute. Twee vrienden die verliefd zijn op elkaar, maar ze zijn te verlegen om het aan elkaar toe te geven. Dit is de ideale manier om hun liefde te verklaren. Ik zie het digitale sprookje al voor me.



Een coole eigenschap is dat je kan zien wie jou al geliked heeft. Ik vond dit positief, maar als niemand u liket kan ik me voorstellen dat dit minder leuk is. Verder is er ook een tweede kans-knopje. Daar kan je de voorgestelde matches die je hebt overgeslagen herbekijken. Zeer praktisch, want geef toe, soms wordt het een automatisme om op skip te drukken.

De laatste eigenschap geeft mij het gevoel dat Facebook dating een klassevolle applicatie is. Je kan namelijk gekoppeld worden aan mensen via je gemeenschappelijke evenementen en groepen. Hierdoor ben je al wat verzekerd dat jullie dezelfde interesses en hobby's etc hebben.



Helaas is het te mooi om waard te zijn. Er zijn namelijk ook negatieve kantjes aan. Ten eerste krijg je bij elke match en elk bericht een melding op jouw Facebook. Gelukkig kan je dit wel uitschakelen, maar dan zie je niet meer wanneer die ene leuke gast u terugstuurt. Persoonlijk vind ik het jammer dat je niet gematcht kan worden met je huidige Facebookvrienden. Het kan een leuke ijsbreker zijn als je uw crush al een tijdje via via kent, maar nog niet genoeg kent om een gewoon bericht naar te sturen.

Ik moet wel iets opbiechten. De openingszinnen zijn even cringe als op Tinder. Hieronder een aantal voorbeelden:

Amai welke snelle komt hier binnen gevlogen!

Is er een kans dat ik mijn knuffelpartner heb gevonden?

Hey Jill, hopelijk weet jij wat je wil!

Come over for a drink 😊

di 17:23

If you like wodka or beer at least. 😊😊😊

Door corona ben ik al mijn smaak kwijt, koopt dak ze bij u kan terugvinden

Ik wil een deal sluiten, we meer dan 25 berichten halen trakteer ik u om iets te gaan drinken of te eten (eens de horeca weer open is) 😊 wat zeg je ervan? 😊

Woont ge in Gent of zit ge hier op kot?

Straal je altijd zo als je een foto in de zon neemt?

Boodschap van algemeen nut:

Dit soort openingszinnen werken niet.

Stuur dit nooit naar iemand!

En al zeker niet als eerste zin.

Dat werkt niet.



Het gespreksniveau is onduidelijk om te beoordelen. Enerzijds heb ik een aantal toffe gesprekken gevoerd waar ik niet het gevoel had dat ze enkel wouden poepen. Anderzijds blijft het een datingapp en zijn er varkens die hun manieren niet kunnen houden.

Mijn conclusie:

Facebook is cute om deze applicatie te maken. Zo is er weer een mogelijkheid dat hopeloze gevallen van 't straat geraken. Ik kan enkel mijn advies delen naar de hetero dames onder ons: Als je eens een dipje hebt en je wil wat casual mannelijke aandacht? Start Facebook dating!

7/10

Wedstrijd

KOPPEL DE JUISTE BABYFOTO MET HET JUISTE
PRAESIDIUMLID EN WIN EEN FLES **CAVA** & EEN **KNAEKPAS**.

Deadline: 23 december 2020 om 23u59

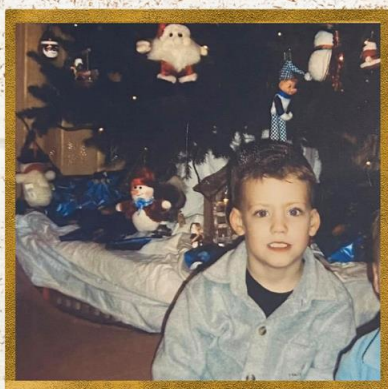
Antwoorden doorsturen via onderstaande QR-code!



Uitvergroete babyfoto's
en huidige foto's van
de praesidiumleden
beschikbaar via deze
QR-code.

Louis Olivier - Feest
Quinten Van Geenhoven - Lustrum
Roxanne Windels - PR-Intern
Kato Vandaele - Sport
Lena Duerinck - Sport
Thibaud Claeys - Feest
Ilse De Vylder - PR-Intern
Anouk Moerman - Studie
Paulien Coddens - Quaestor
Mabel Daenekynt - Scriptor
Jill Seymourtier - Scriptor
Julie-Pascale Depuydt - Temmer





Goede voornemens voor 2021

Een puzzel van
1000 stukjes
maken.

Een wenslampion
laten opstijgen en
je wens zelf
waarmaken.

10.000 stappen
per dag zetten.

Een nieuwe taal
leren.

Elke maand een
nieuwe taart
bakken.

Elke dag 1,5 liter
water drinken.
(Bier telt niet)

Echt dansen in de
regen.

Verbreek
contact met
mensen die een
slechte invloed
hebben.

Een (halve)
marathon lopen.



Ik was al kapot voor Corona

Crisis hier, crisis daar. De wereld is in crisis. Iedereen moet elkaar blijven steunen en iedereen moet vooral het positieve blijven zien. Maar wat als je al kapot was vóór corona? Wat als het in jouw hoofd al jaren crisis was? Hoe kan je het positieve zoeken, als het je het voor deze negatieve tijden al niet zag?

Nog voor corona de wereld ingeroepen werd was jij de freak al. De vreemde eend in de bijt die haar gevoelens nog harder verbeet. Nu ben je slechts een van de zovelen. Iedereen zaagt tegenwoordig dat hij of zij zich slecht voelt. Het bos door de bomen niet meer zien wordt een algemeen fenomeen, al lijkt niemand elkaar te begrijpen.

Soms heb je gewoon nood aan een knuffel. Soms wil je gewoon zagen en klagen en horen "oh, gaat het?" of "oh, wat erg voor je" zonder dat daar veel tranen bij hoeven vloeien. Maar dat gebeurt niet. Nooit niet. Momenteel is "same, girl, same" de enige echo die terugkaatst. Jouw verhaal verdwijnt tussen honderden anderen en kan niks meer van waarde toevoegen aan deze troosteloze wereld.

Wie een depressie heeft, zoekt vooral handvaten. Het is een eeuwige zoektocht naar hoe je alles, je leven, aanpakt. Een queeste naar jezelf waarin je het gevoel krijgt dat je eerder het monster bent dan de prinses. Je zoekt en vindt hulp en kruipt langzaam maar zeker, trede per trede, weer omhoog.

Je ziet al licht aan het einde van de tunnel wanneer de wereld in lockdown gaat en alle handvaten, bezigheden en sociale contacten weer in één klap wegvallen. Val maar weer helemaal naar beneden, begin weer helemaal opnieuw.

Stap één is je leven weer op orde krijgen. Kom meer buiten, zoek meer ontspanning op. Wanneer dat effectief lukt en alles beter lijkt te gaan, zegt de Almachtige hier-



boven PLETS! Lockdown! Weg structuur en alles wat je al zo lang aan het opbouwen bent. Want stilzitten is de doodoener. Rust laat je zo weer in je oude gewoontes vervallen en door veel te veel tijd denk je evenveel na. Je afzonderen van pijnlijke situaties wordt in tijden zoals deze 'gewoon alleen zijn.' En zo is de cirkel rond.

"Maak jullie vooral niet druk! De mensen die de oorlog hebben meegemaakt, die hebben het pas erg! Mensen die van de ene chemosessie in een andere operatie sukkelen, let vooral op hen! Zo erg is het dan nog niet, hé?" Tenzij je natuurlijk in een psychiatrische instelling sukkelt en alles ineens heel 'echt' wordt. "Amai, dat had ik echt niet zien aankomen" wordt dan het meest belachelijke excuus ter wereld. Maar psychisch lijden is niet zichtbaar, dus gelieve erover te zwijgen in alle talen.

Elke politicus zet mentaal welzijn in de agendapuntjes, maar in de praktijk gebeurt er naar goede gewoonte weer zeer weinig. Ergens is dat ook wel te begrijpen, want als je na al die jaren zelf nog geen oplossing weet, hoe zou de regering jou die ineens dan kant-en-klaar kunnen bieden? Laten we al eens starten met therapie. Slechts vijftig euro per sessie, dat is toch geen geld? Toch? In een ideaal scenario is dat tweehonderd euro per maand, want wekelijks gaan is een absoluut minimum voor wie zichzelf dagelijks van een brug wil gooien.

Wekelijks naar de psycholoog gaan is een absoluut minimum voor wie zichzelf dagelijks van een brug wil gooien

En als het bij de psycholoog niet lukt, stamp je dan vol met Prozac. Ga naar je huisarts, die zelf aangeeft te weinig te weten over antidepressiva, en neem flink één pilletje per dag. Want alles is beter dan een alcohol- of drugsverslaving kweken, toch? Want die pillen gaan je ineens weer tip top in orde laten voelen. En tegen dat de wereld uit lockdown is, ben jij weer helemaal genezen!

Wat áls straks de wereld weer uit lockdown is? Dan verandert er weinig voor wie al zo lang worstelt met zichzelf.

Iedereen verwacht dat het op één, twee, drie allemaal wel beter zal zijn, maar ik bied u de harde waarheid: dat is niet zo. Dat was al jaren niet zo en ook binnen een paar maanden zal je nog geen spring-in-'t-veld zijn. Wat een proces is, wordt volledig genegeerd. Maar ga er vooral niet over zagen. Want 't is crisis voor iedereen, toch?

Nona Herreweg



BLOKTIPS

1 Vermijd afleiding

Less is more. Zorg ervoor dat je bureau opgeruimd is. Persoonlijk ruim ik op het einde van mijn leersessie heel mijn bureau op, zo kan ik mentaal dat deel afronden en ligt mijn bureau proper als ik wil starten met het volgende deel.

2 Schrappen die handel

Maak een lijstje met alles wat je moet studeren. Taken schrappen op papier geeft meteen een voldaan gevoel en werkt dus extra motiverend.

3 Je bent geen papegaai

Dus studeer ook niet zo. Alleen van buiten leren is niet goed genoeg. Zorg ervoor dat je de leerstof ook echt begrijpt en beheerst. Leer verbanden leggen, eigen voorbeelden aanhalen, maak oefeningen...

4 Wees georganiseerd

Hou alle papieren van elk vak netjes bij elkaar. Zorg ervoor dat je niet moet zoeken naar stukken leerstof.

5 Herhalen, herhalen, herhalen ...

Op deze manier blijft de leerstof beter hangen. Maar ja, dit hebben we allemaal wel al genoeg gehoord.

6 Beweeg

Gebruik je pauzes niet om op je GSM te tokkelen. Ga ter afwisseling eens lopen, fietsen of met de hond wandelen. Een frisse neus halen zal je zeker deugd doen.

7 Boodschappenlijstje

Zet er geen massa's junkfood of liters energiedrank en koffie op. Hou een gezonde levensstijl aan. Ga voor 'brainfoods': bananen, yoghurt, pure chocolade, noten, rozijnen, bessen, spinazie, avocado, water ... Deze ingrediënten kunnen je zenuwen kalmeren en boosten je concentratievermogen en geheugen.

8 Blokkeer panieksaaiers

"Om6 ik kon/kan er niks van", "Pfff ik ga zo buizen", "Wat was het antwoord op vraag 5?", "Wat is de definitie van die term nu weer?", "Hoezo wist jij die vraag niet?" ...

Komt dit je bekend voor? Als jij de persoon bent die een van bovenstaande zinnen regelmatig zegt: Stop ermee. Ik meen het.

Of heb jij vrienden die paniek zaaien voor of na een examen? Blokkeer ze in real life of online. Tijdelijk. In de examenperiode moet je focussen op jezelf.

9 Houd een routine aan

Begin niet opeens met drastische levensveranderingen. Stel dat harde dieet even uit, maak het niet net voor de blok uit met je lief, begin niet opeens intensief te sporten.... Houd dat voor na je laatste examen.

10 Plan een leuke activiteiten in lesvrije week

Ga bijvoorbeeld mee met VPPK op Hoogtestage naar Nendaz in Zwitserland (meer info op het facebookevenement)
Op die manier heb je iets leuk om naar uit te kijken.

11 Zoom, Skype, MS Teams ...

Hou contact met je vrienden. In deze lastige tijden is het belangrijk om jezelf niet volledig af te sluiten van de buitenwereld. Mentale gezondheid is even belangrijk als fysieke gezondheid.

Alternatieve hulpmiddeltjes om de examenperiode door te komen.

Do's

1/ Seks of masturberen

Seks is een goede vorm van pauze. Voor de vrijgezellen onder ons is masturberen een goed alternatief. Als je last hebt van stress, maakt dit je zeker rustig.

2/ Een bad nemen

Wie houdt er nu niet van een goed, lang, warm bad? Voeg wat lavendelolie toe, speel je favoriete playlist af en genieten maar.

3/ Powernaps

Een powernapje is ideaal om terug energie te krijgen doorheen de dag. Het is de ideale compensatie na een korte nacht. Het mag wel niet langer dan 30 minuten duren!

4/ Schrijf al je potentiële excuses op.

Zelfkennis is belangrijk. Ben je iemand die snel een uitvlucht zoekt om niet te hoeven studeren? Schrijf dan al je potentiële excuses op. Als je in de verleiding raakt om een excuus te gebruiken, kijk dan op je blad en als dat excuus erbij staat dan is het geen geldige reden om te stoppen met leren. M.a.w. je moet wel verder leren. Deze methode is zeer confronterend voor de uitstellers onder ons.

5/ Motiverende GSM-achtergrond

Op Pinterest vind je veel motiverende quotes. Stel je favoriete quote in als achtergrond en telkens als je je GSM opent, krijg je weer wat aanmoediging.

Een alternatief is Instagram. Iedere keer als je doelloos aan het scrollen bent, zal je een post tegenkomen die je er aan herinnerd om weer verder te studeren. Mijn favoriete account is @motivation2.study

6/ Eet kauwgom

Sommige studies geven aan dat het kauwen van kauwgom een stimulerend effect heeft op de hersenen. Zo kan je je beter concentreren en dus beter presteren.

7/ Thee drinken

Dit werkt eerder ontspannend. Tip: Best niet te veel drinken voor een examen, anders zal je de hele tijd naar het toilet moeten.

POSITIVE
VIBES

Don'ts

1/ Slaapmutsjes

Alcohol is geen slaapmiddel. Je valt wel sneller in slaap, maar je slaapkwaliteit neemt aanzienlijk af en je slaapt minder diep. Daarnaast is er nog een bijwerking, namelijk nachtmerries. Wie meerdere avonden na elkaar alcohol consumeert, krijgt 's nachts last van vermoeide hersenen. Hierdoor kunnen ze minder informatie tegelijk verwerken. En dit resulteert na een tijdje in nachtmerries.

2/ De lesopnames 's nachts afspelen

Dit is te mooi om waar te zijn. Helaas werkt ons geheugen niet zo. Je zal actief je leerstof moeten verwerken.

3/ Kalmeermiddelen

In de wandelgangen van 't unief hoor je wel eens dat studenten kalmeermiddelen nemen tijdens de blok. Maar het helpt je niet enkel concentreren, het maakt je slaap ook oppervlakkig. Daarnaast wordt je lichaam er immuun voor.

4/ Slapen in blokken van 3 uur

Dit is een mythe. Zoals hiervoor al een aantal keer vermeld: zo heb je geen goede nachtrust. Hoe langer je in een keer slaapt, hoe beter.

5/ Nachtje doordoen

Wanneer je slaapt worden er in je hersenen linken gelegd tussen de verschillende hoofdstukken en onderdelen.

Door niet te slapen zullen je hersenen deze verbindingen niet maken. Daarbovenop krijgen ze niet de mogelijkheid om te ontspannen en zo kan je minder goed redeneren.

Denk dus goed na vooraleer je zo'n drastische beslissing maakt.

YOU'VE
TOTALLY GOT
THIS!

Seks, mind & VPPK

Zit je met een dilemma of een prangende vraag? Kan je niet bij je vrienden terecht? Geen nood, wij staan met ons deskundig advies voor jou klaar! In deze gloednieuwe rubriek beantwoordt onze redactie jouw meest intieme vragen.

Hoe begin je aan anale seks?

- Anoniem

Liefste anoniempje. Aha! Anale seks, het toppunt van genot voor menig vrouw en gay. Leuk dat je hiervoor openstaat!

Maar hoe begin je hier nu eigenlijk aan! Ik heb van horen zeggen dat er verschillende technieken zijn, maar zal hieronder kort twee mogelijke scenario's schetsen:

- 1) Je mikt op het verrassingseffect en wacht gewoon tot een penis of voorbinddildo je kont in geramd wordt. Heftig? Ja, maar dan heb je de eerste stap wel gezet en kan het niet meer erger worden.
Nadeel: komende dagen kan zitten wel een uitdaging zijn.
- 2) Massa's glijmiddel, goed ontspannen, je tijd nemen en eet die dag geen dingen die je darmen overhoop halen. Ik heb het maar van horen zeggen hé!

Daarnaast kunnen we je één grote tip geven die je heel wat miserie zal besparen. Zie dat de penis of dildo NOOIT eerst in je poep gaat en daarna in je vagina. Dat kan onaangename blaasontstekingen veroorzaken! Van horen zeggen, of niet, of wel?

Succes ermee, anoniempje!

Mijn partner en ik zoeken graag elkaars grenzen op in bed. Ik vind het belangrijk dat dit in veiligheid en veel vertrouwen gebeurt. Maar vaak betekent grenzen opzoeken ook beperkte bewegingsvrijheid (blinddoek, handboeien, vastgebonden...) en dat mijn partners mond... bezet is. Hoe zorg ik er in zo'n geval voor dat mijn partner nog betrouwbaar kan communiceren wanneer het teveel zou worden?

Bijkomend, hebben jullie een favoriet stopwoordje?

Liefste anoniem

Het is leuk om te horen dat je rekening houdt met uw partner. Er zijn namelijk verscheidene zaken die je kan doen om een duidelijke communicatie te verzekeren.

1) Gebruik gebaren.

Op deze manier heeft jouw partner z'n mond niet nodig om veilig te communiceren. Als ik me in zo'n situatie bevind (You know which position I'm talking about), dan sla ik gewoon keihard tegen hun bovenbeen. Anderzijds kan je ook de omgeving gebruiken, denk maar aan de bedombouw. Je kan daar op kloppen om aan te geven dat het iets te ver gaat.

2) Je kan een stopwoordje gebruiken.

De verkeerslichtmethode is heel beginnersvriendelijk. Groen betekend dat alles goed is en dat de dominante persoon goed bezig is. Als alles nog in orde is maar liefst niet verder wil gaan, gebruik dan oranje. En rood is uiteraard dat de sub het niet meer ziet zitten.

De favoriete stopwoordjes van de redactie zijn onder andere: Pannenkoek en sangria. Er is één groot voordeel aan zo'n ludiek stopwoordje: als het even te hevig wordt, is de sfeer toch nog luchtig en niet te serieus.

Veel plezier, anoniem!

Kan je zwanger worden door te pijpen?

- Nieuwsgierig VPPK'ertje

Hoi VPPK'ertje

Een zwangerschap is het resultaat van een eikel die bevrucht wordt door een zaadcel. Het is anatomisch onmogelijk dat een zaadcel startend van jouw slokdarm tot bij je eikel kan raken. Dus neen, je kan niet zwanger worden via orale seks. Vertrouw maar op onze expertise en niet op die van de befaamde ex on the beach-tweeling Sharon en Esmee.



Ik kom niet klaar als ik met jongens van VTK poep, hoe komt dit?

- Anoniem

Hey Anoniem,

Hier gaan we niet veel woorden aan vuilmaken. Het is een gekend probleem dat VTK'ers er niet in slagen om hun sekspartners naar het hoogtepunt te brengen. Zeer vervelend fenomeen, wat er ook voor zorgt dat ik alleen maar kan aanbevelen om je plezier elders te zoeken. Wat dacht je van iemand van HILOK of een VEK'ker? Minstens even knap alsook minder sociaal incapabel. Het overwegen waard, lijkt me!

Nieuwe vragen
en dilemma's
sturen via



VPPKokerellen

Kerstgin

500 g diepvries bramen - 2 el
poedersuiker - 12 ijsblokjes - 200
ml gin - 800 ml frisdrank tonic -
4 takjes verse rozemarijn



Doe $\frac{4}{5}$ van de bramen in een kom
en voeg het poedersuiker toe.
Prik het met een vork tot puree en
schenk het door een zeef.
Verdeel de ijsblokjes, bramenpuree,
gin en tonic over de glazen.

Brand de puntjes van de naalden
van de rozemarijn en leg het in het
glas. Verdeel de rest van de bramen
over de glazen.

Serveer in ginglazen.

Brownie in a mug

**40 g donkere chocolade - 2,5 el gesmolten boter -
2 el zelfrijzende bloem - 1 ei**



Breek de chocolade in kleine stukjes en doe ze in een grote koffietas. Smelt de boter en chocolade in de microgolf op 750 W.

Vervolgens roer je met een vork alle resterende stukjes tot een gladde massa. Voeg de suiker, bloem en ei toe. Roer goed na het toevoegen van elk ingrediënt.

Bak het mengsel in de microgolf voor 1 minuut op 750 W.

Pumpkin Spice Latte

**200 ml melk - 1 à 2 el pompoen puree - 1 el suiker
- 1/2 el suiker - 1/2 tl speculaaskruiden - 1 tl
vanille extract - 60 ml koffieSlagroom**



Verwarm de melk, pompoenpuree, suiker en speculaaskruiden op een middelmatig vuur.

Zorg dat je het mengsel net voor het kookpunt van het vuur haalt.

Roer de vanille door het mengsel. Pureer met een staafmixer het geheel tot een glad mengsel.

Voeg vervolgens al roerend de koffie toe.

Giet je bereide koffiemengsel in een grote tas en werk af met wat slagroom, marshmallows of extra speculaaskruiden.

CHRISTMAS PLAYLIST



*Wij hebben speciaal voor jullie deze
afspeellijst gemaakt! Ideaal om in de
kerststemming te komen tijdens een
etentje of als je eenzaam achter je
bureau zit te blokken.*



VPPK SPILLS THE tea

"Geachte schachtenemmer"
- Domme schacht op ledenwerving



STORYTIME: Bram @ Schachtenverkoop
Opbieden gone wrong

mister sport

@Julie-Pascale Depuydt
ik heb het ticketje nog



Ist met terug brengen



SchachtenEMMER



no backsies

Andri

Da ken ik van ergens



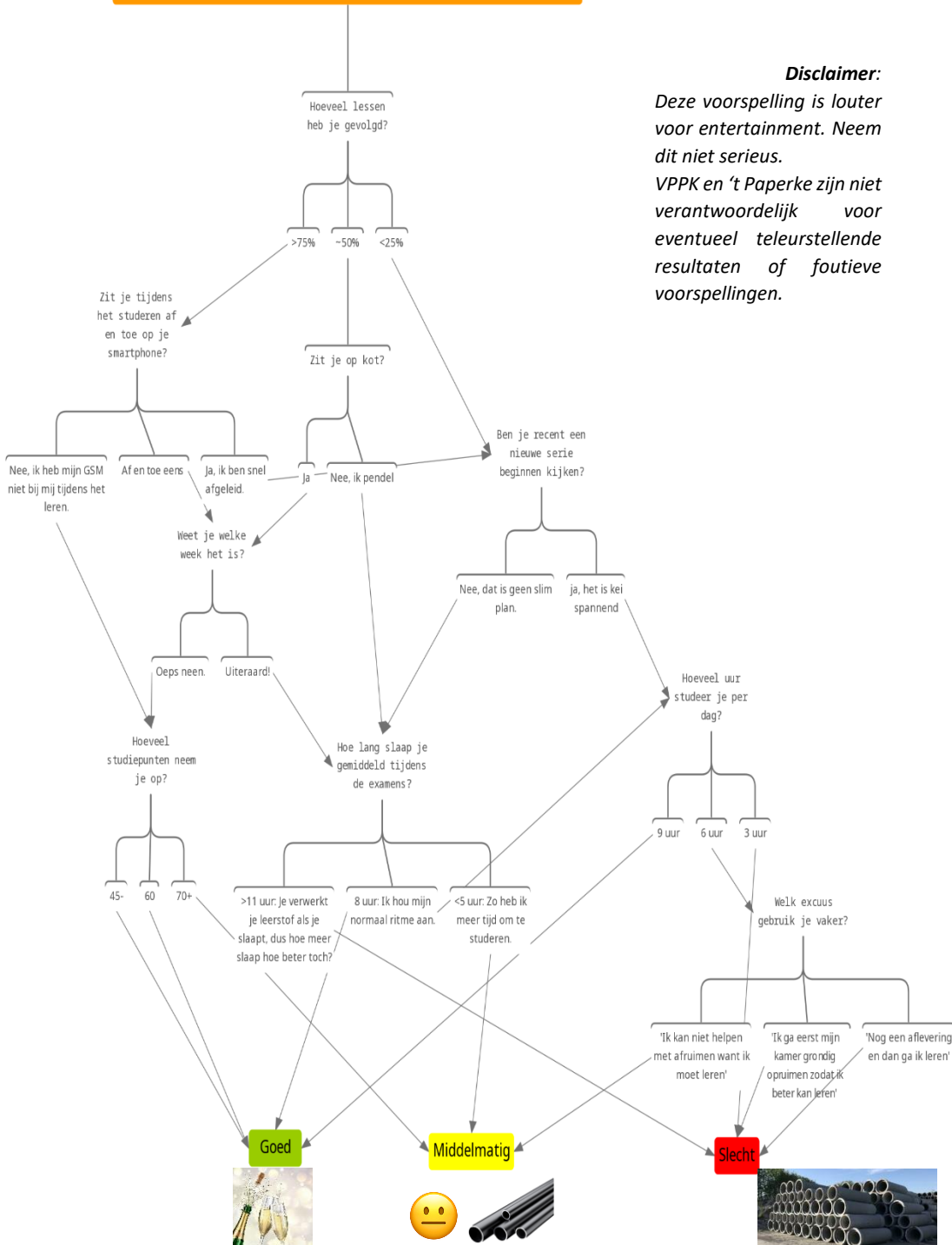
Disclaimer:

Vppk en 't Paperke zijn niet verantwoordelijk voor foute roddels. De nieuwste roddels kan je doorsturen via deze QR-code.

Kunnen wij jouw examenresultaten voorspellen?

Disclaimer:

Deze voorspelling is louter voor entertainment. Neem dit niet serieus. VPPK en 't Paperke zijn niet verantwoordelijk voor eventueel teleurstellende resultaten of foutieve voorspellingen.



DILEMMA



DINSDAG

DILEMMA
DINSDAG



je moet op eerste en tweede
kerstdag tien keer Home Alone kijken



OF
je moet je kerstdiner op de
plaatselijke kinderboerderij bijeen jagen

DILEMMA
DINSDAG



je kleding hangt vol met
rinkelende kerstbelletjes



OF
er staan altijd een ezel
en een os naast je bed

DILEMMA



DINSDAG



2021
je moet in ~~2019~~ elke dag
een pakje sigaretten roken

OF



2021
je moet in ~~2019~~ minstens
25 kilo aankomen



je moet elke ochtend een halve
liter lauw bier drinken

OF



je moet elke ochtend
bootcampen tussen 6 en 8



Woord van de maand

Holidate

Zelfstandig naamwoord

Een date enkel voor de feestdagen. Zodat je familieleden niet meer vragen wanneer je eindelijk eens van 't straat zult geraken. Verder zijn er geen verplichtingen.

Gelijksnamige film: Review ★★ ★



Horoscoop

Boogschutter

22 november - 21 december



DEZE KERST HAD JIJ HEEL GRAAG SAMEN MET JE FAMILIE GEVIERD, MAAR JE VREEST DAT DE MAATREGELEN DIT NIET ZULLEN TOELATEN. JE BENT TELEURGESTELD MAAR AL SNEL BEGIN JE TE BRAINSTORMEN OVER ALTERNATIEVEN.

Steenbok

22 december - 19 januari



JE VINDT HET HEEL JAMMER DAT JE DIT SEMESTER NIET VOLOP KON UITGAAN, VROEGER DEED JE DIT MAAR AL TE VAAK. MAAR DIT HEEFT TOCH 1 VOORDEEL: NU HEB JE JE GOED KUNNEN VOORBEREIDEN OP DE KOMENDE EXAMENPERIODE!

Waterman

20 januari - 18 februari



VROEGER WAS STUDEREN GEEN PROBLEEM VOOR JOU. TOEN KON JE VAAK JE GEDACHTEN VERZETTEN DOOR EENS UIT TE GAAN, MET VRIENDEN AF TE SPREKEN... NU DIT NIET MEER GAAT ZIE JE JE MOTIVATIE DALEN VOOR DEZE EXAMENPERIODE. KOMAAN HE, NIET OPGEVEN!

Vissen

19 februari - 20 maart



JIJ KIJKT UIT NAAR DE KOUDERE DAGEN! JE DOET NIETS LIEVER DAN ONDER EEN FLEECEDEKEN KRUIPEN MET EEN WARME CHOCOMELK EN NETFLIX AAN TE ZETTEN. JE HEBT ALVAST EEN HELE LIJST MET SERIES EN FILMS DIE JE ZAL KIJKEN KOMENDE MAANDEN.

Ram

21 maart - 19 april



DE FEESTDAGEN VIND JIJ MAAR NIETS: KERSTBOMEN ZIJN LELIJK, HET IS KOUD BUITEN, HET IS VEEL TE VROEG DONKER, JE MOET VOOR IEDEREEN EEN CADEAU KOPEN, GEFORCEERDE FAMILIEFEESTEN... STIEKEM VIND JE HET DAN OOK NIET ZO ERG DAT JE DIT JAAR LEKKER THUIS KAN BLIJVEN.

Stier

20 april - 20 mei



NIETS IS LEUKER DAN DE FEESTDAGEN! JE HEBT AL LANG DE KERSTBOOM OPGEZET EN SINDS BEGIN NOVEMBER SPEEL JE AL OVERENTHOUSIAST KERSTLIEDJES AF. JE VRIENDEN VINDEN DIT MAAR WAT VREEMD, MAAR DAT KAN JOUW HELEMAAL NIETS SCHELEN!

Tweelingen

21 mei - 20 juni



JE HEBT ELK JAAR EEN HEEL LIJSTJE MET GOEDE VOORNEMENS VOOR HET NIEUWE JAAR. HELAAS DUREN DIE HOOGUIT MAAR 3 WEKEN VOORDAT JE WEER JE GEWONE GANGETJE GAAT. DIT JAAR HEB JE ALWEER EEN JOEKEL VAN EEN LIJST EN DE OVERTUIGING DAT DIT JAAR TOCH ANDERS ZAL ZIJN.

Kreeft

21 juni - 22 juli



JIJ HEBT GEEN IDEE HOE JE DEZE FEESTDAGEN MOET SPENDEREN. NORMAAL IS KERST EEN GROOT FEEST MET HEEL DE FAMILIE EN NIEUWJAAR MET AL JE VRIENDEN. DIT JAAR ZAL DAT ER WAARSCHIJNLIJK ANDERS UITZIEN EN DIT VIND JE ERG JAMMER.

Leeuw

23 juli - 22 augustus



IN DE WINTER SLUIT JIJ JEZELF ZOVEEL MOGELIJK BINNEN OP. JE HAAT DE KOU EN WORDT HIER DAN OOK NOG EENS SNEL ZIEK DOOR. GELUKKIG ZAL ER DIT JAAR NIET VEEL TE DOEN ZIJN EN KUN JE SCHAAMTELOOS BINNEN BLIJVEN. DIT JAAR HOEF JE DUS GEEN EXCUSES TE BEDENKEN OM NIET NAAR BUITEN TE MOETEN.

Maagd

23 augustus - 22 september



TIJDENS CORONA DOE JE NIKS LIEVER DAN ONLINE PRULLETJES KOPEN EN DIT VOELT JE PORTEMONNEE OOK. NU PROBEER JE NOG SNEL WAT GELD TE SPAREN ZODAT JE KERSTCADEAUS KAN KOPEN. NORMAAL KOOP JE DURE DINGEN, MAAR DAT ZAL DIT JAAR MOEILIJK GAAN DENK JE.

Weegschaal

23 september - 22 oktober



JE HEBT BIJNA HET HELE SEMESTER OP KOT GEZETEN WANT JE VINDT HET WAT VREEMD OM WEER THUIS TE GAAN WONEN. NA ZOLANG ZELF TE MOETEN KOKEN, KUISEN... KIJK JE ER STIEKEM WEL NAAR UIT OM WEER EENS NAAR HUIS TE GAAN TIJDENS DE FEESTDAGEN EN IN DE WATTEN GELEGD TE WORDEN.

Schorpioen

23 oktober - 21 november



NORMAAL IS KERST EEN GROOT FAMILIEFEEST, MAAR DIT JAAR ZAL DAT NIET HET GEVAL ZIJN. EIGENLIJK VIND JE DIT NIET ZO HEEL ERG. ZO HOEF JE DEZE KEER DE SEKSISTISCHE EN RACISTISCHE MOPJES VAN DIE ENE NONKEL NIET AAN TE HOREN. ANDERZIJDS KRIJG JE HIERDOOR OOK GEEN SOKKEN VAN JE OMA.

DECATHLON

cool
blue

bol.com

Takeaway.com

fnac
BELGIË

TROOPER

WORD TROOPER VAN VPPK!

EINDELIJK! De feestdagen zijn in zicht! Dat betekent pakjestijd!

Shop er maar op los OP VOORWAARDE dat je via onze TROOPERLINK naar de webshops gaat! Is voor jou een kleine moeite, maar zou ons heel gelukkig maken!

WAT IS TROOPER?

Via Trooper krijgt VPPK wat extra monnies door iedereen die online shopt bij Trooperwebshops via de Trooperlink. Al die webshops schenken ons gemiddeld 5% van jouw aankoopbedrag en zelf betaal je dus geen rosse cent extra! Neem zeker een kijkje op de Troopersite en ontdek welke webshops allemaal meedoen!

Alvast nen superdikke merci!

ONZE TROOPERLINK
www.trooper.be/vppk

RANKING TROOPERS

1

Andres Van De Walle

STOOT ANDRES VAN DE TROON,
WORD TROOPER VAN DE MAAND EN
MAAK KANS OP EEN LEUKE PRIJS!

Zoek de 10 verschillen



Woordzoeker

P	U	H	T	M	I	H	X	I	W	K	W	T	C	M	R	O	V
N	A	M	W	U	E	E	N	S	L	U	A	Q	O	S	U	M	W
I	C	Y	J	N	M	U	O	H	U	P	B	L	O	K	U	L	L
G	H	M	Y	Y	F	E	E	S	T	D	A	G	E	N	V	B	T
L	O	L	S	N	X	B	K	I	H	X	T	X	R	D	D	O	I
Q	C	L	K	E	E	D	T	E	D	H	C	R	E	R	R	V	U
E	O	O	E	T	X	S	N	E	G	O	U	F	B	A	A	J	S
K	M	O	R	N	A	X	L	Z	J	U	L	S	M	O	A	E	W
V	E	P	S	A	M	D	S	E	T	L	E	X	E	B	H	Q	R
C	L	D	T	W	E	V	U	A	E	O	G	H	C	W	H	Y	E
K	K	R	M	R	N	R	R	O	V	H	E	X	E	O	M	J	T
F	T	O	I	N	S	E	R	R	K	D	P	H	D	N	G	K	N
I	N	O	S	C	P	O	I	E	V	M	S	U	E	S	B	E	I
A	X	N	U	M	H	E	P	E	I	N	J	O	F	I	S	H	W
W	B	T	E	S	Z	L	F	L	E	D	I	C	L	P	R	E	K
T	B	T	T	E	G	J	I	N	A	B	N	R	B	G	E	F	S
M	L	G	N	E	S	G	S	H	U	V	D	E	O	T	I	S	O
N	E	S	T	A	A	H	C	S	U	M	J	X	R	M	B	Y	X

Winter - Kerstmis - Blok - Examens -
 Sneeuwman - Koud - Vriezen - Haardvuur - Iglo -
 Schaatsen - Snowboard - Ijspegel - Noordpool -
 Snee - Chocomelk - Wanten - Temperatuur -
 December - Feestdagen - Rendier

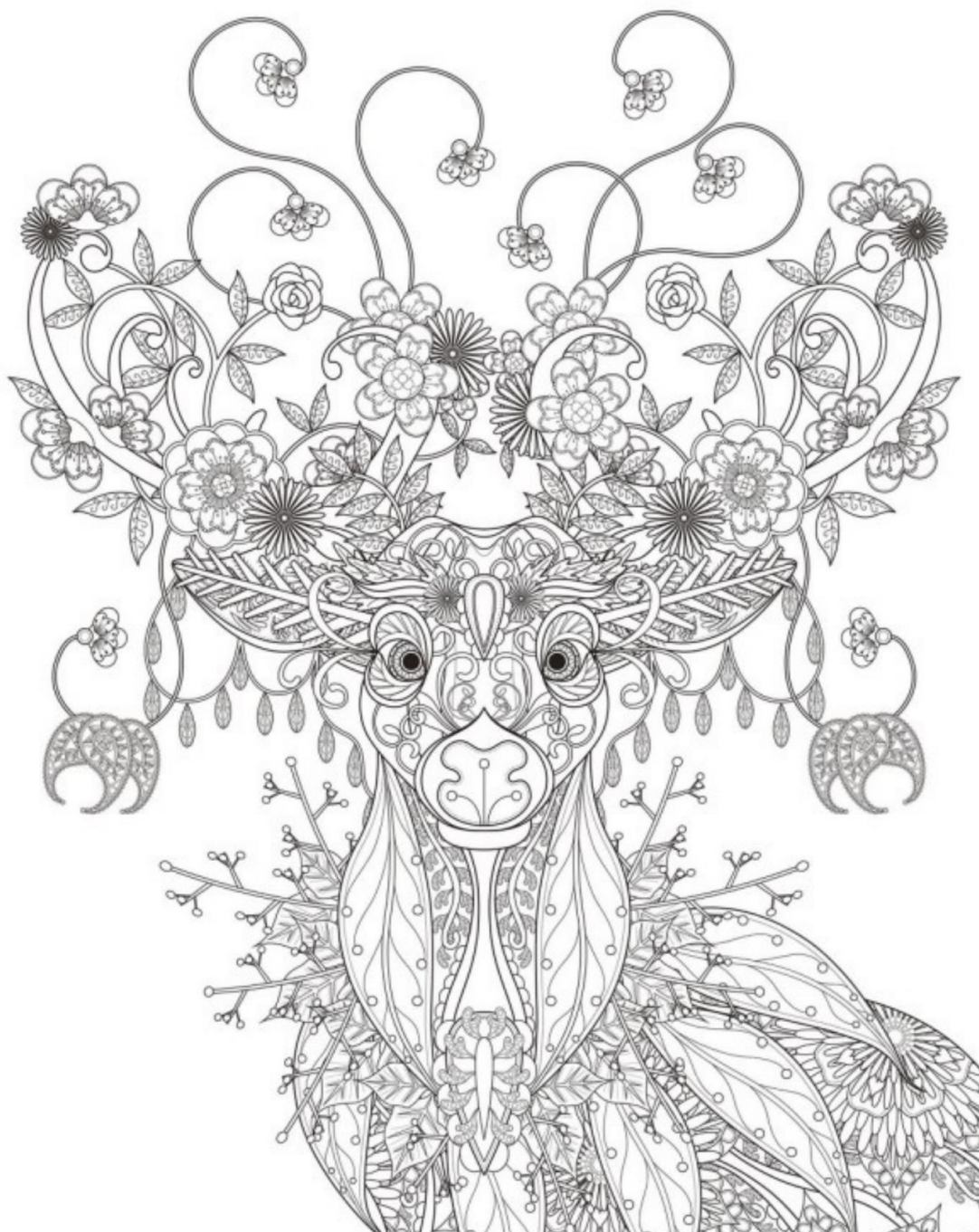


Sudoku

9					4			
	3	6		9	7		2	8
			8	6				1
							5	
		9						3
	1			3			9	
		8	4			5		
	4		2	1				
	6				8		7	



Haal in het kind in jezelf naar boven.
+ Dit is een goede blokpauze.

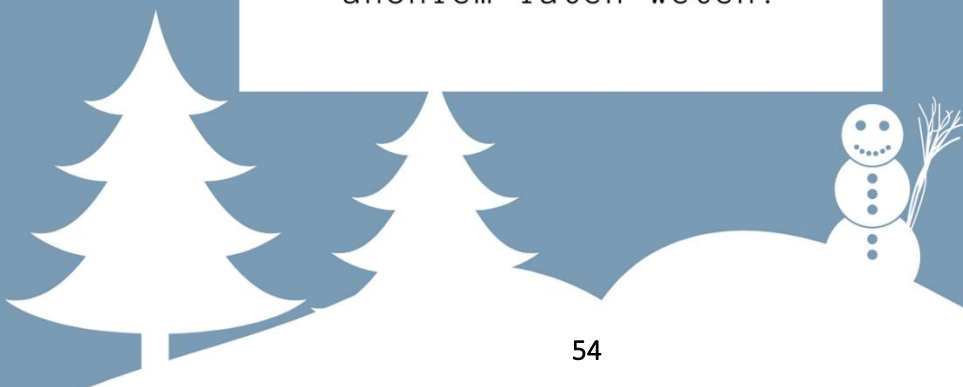




Feedback

Wij staan altijd
open voor ideeën,
opmerkingen en
feedback.

Je kan ons mailen via
`scriptor@vppk.be` of
deze QR-code
scannen en het ons
anoniem laten weten.







JOIN US! LESVRIJE WEEK

470 euro inclusief verblijf, skipas en bus!
MET CASHBACK

LES 4 VALLÉES: NENDAZ

MEER INFO OP HET FACEBOOKEVENEMENT



HOOGTESTAGE