

2023-2024

N°9

‘T VAKANTIEPAPERKE



UNIVERSITEIT
GENT



Inhoudstabel

Voorwoord Vice Praeses	4
Voorwoord Scriptor	5
Tips: studeren bij warmte	6
Op vakantie op budget	7
A day in the life: Laura Haustraete	8
Vppkokerellen.	9
Quiz: Welk ijsje ben jij?	12
Woordzoeker	15
Horoscoop	16
Horoscopen en liefde	18
Sudoku	19
Woord van de maand	20
Kleurplaat	21
Feedback	22
Sponsors	24

Voorwoord Vice-Praeses

Heyhoi (online) Paperke-liefhebbers
Spannend hoor het eerste voorwoord als Vice!

Ik schrijf dit terwijl er bakken regen uit de lucht valt...
De weergoden zijn wat in de war, maar hé de bloemetjes zijn
wel blij met wat druppels op hun blaadjes.

Genoten van de zon heb ik deze vakantie al mogen doen in
het bruisende Istanbul. Zalig zo rondsleren op de marktjes
daar en proeven van de lekkernijen.

Naast genieten op vakantie zal er ook wat gefocust moeten
worden op de herexamens. Voor degene met 1, 2 of meer
herries (zo noem ik het graag), studeer ze! Neem er een fris
drankje bij en eet een sappig stuk fruit tijdens het studeren.
Maak de omstandigheden zo aangenaam mogelijk en knal dat
studeren!! Ik geloof stuk voor stuk in jullie.

Na de herries periode hebben
we weer nood aan ontspanning
voor het gekke nieuwe
academiejaar start. Hoe kan dat
ontspannen nu beter dan met
een geweldige VPPK-zomerreis
naar Pag? Zie ik jullie daar? Ik
kijk er alleszins naar uit. :))



Voorwoord Scriptor

Hier zijn we dan... het eerste Paperke geschreven door jullie nieuwe Scriptoren. Als eerst willen wij jullie welkom heten in ons Vakantiepaperke!

Wij zijn Noa Marrata en Noa Geeroms, de nieuwe Scriptoren voor het academiejaar 2023-2024. Wij zijn alvast ontzettend enthousiast om jullie te amuseren met onze Paperkes.

Voor de nieuwelingen onder ons, wat is het Paperke nu precies? 't Paperke is ons faculteitstijdschrift waar er elke maand verschillende nieuwtjes, artikels, horoscopen, sudoku's, recepten en nog zoveel meer in tevoorschijn komen. Deze Paperkes kan je altijd online vinden of op de faculteit Psychologie en Pedagogische wetenschappen.

Deze editie van dit Paperke is iets megacool!
Namelijk 't Vakantiepaperke.

Het Paperke waar iedereen op wacht, waar iedereen staat voor te springen en met volle teugen kan genieten van het leesgenot. Het staat vol met nieuwtjes, leuke receptjes, leuke tips en tricks voor de herexamens. Natuurlijk hebben wij ook voor wat ontspanning gezorgd die je bijvoorbeeld kan spenderen in jullie blokpauzes. Heb jij altijd al willen weten welke horoscoop het beste bij jou past? Of misschien juist niet... Was jij al o zo benieuwd naar wat jou te wachten staat? Check dan zeker onze horoscopen eens!

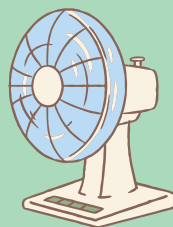
Voor de rest willen we jullie enorm veel leesplezier toewensen en hopelijk zien we jullie vanaf september terug op onze leuke kringavonden en onze tal van andere activiteiten!



Vele vakantie groetjes!
Xoxo

Tips: studeren bij warmte

Zet een ventilator in de buurt van je bureau



Draag luchtige kledij met lichte kleuren

Eet voldoende fruit dat veel water bevat, bv. watermeloen



Drink veel water om ervoor te zorgen dat je lichaam niet uitdroogt

Leg een koud washandje in je nek



Op vakantie op een budget

Talinn – Estland
Ideaal voor een
korte citytrip

Athene –
Griekenland
Perfect voor de
geschiedenis-
liefhebber

Santa Susanna –
Spanje
Rustige stranden
en een gezellige
uitgaansbuurt

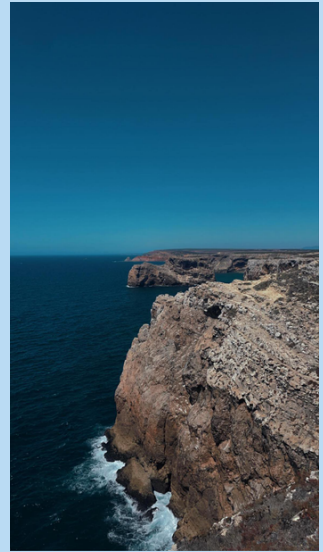
Porto – Portugal
Een echte charmeur
voor zowel
geschiedenislief-
hebbers als
fijnproevers

A DAY IN THE LIFE OF LAURA HAUSTRAETE

PR-INTERN

Heyhoi allemaal! Ik ben Laura, één van jullie printers komend academiejaar :) Ik ga al van kleins af aan op vakantie naar Portugal en ga vandaag een verborgen pareltje met jullie delen!

Zoals jullie wel weten staat Albufeira ervoor bekend een echte feestbestemming te zijn voor jongeren. Er zijn mega nice barretjes, resto's en heel veel leuke activiteiten! Van surfen op het strand tot dolfijnen spotten tot klifjumping, allemaal super vet! Maar Portugal heeft ook zijn verborgen natuurpareltjes!



Zo is mijn all time favoriet plek "The end of the world" in Sagres! Je kan wat verder trekken naar Farol do Cabo de Sao Vicente! Voordat Colombus Amerika had ontdekt, dachten ze dat dit puntje in Portugal het einde van de wereld was. Ik vind het één van de meest rustgevende plekken die ik al heb mogen zien! Je bent volledig omgeven door water en het enige wat je in de verte ziet is zee! Dus als je naast al dat feesten in Albufeira een rustdagje wilt, is dit echt een mega aanrader!



VPPKOKERELLEN

PASTASALADE VOOR 2 PERSONEN

INGREDIENTEN:

- 125 GRAM PASTA
- 3 EETLEPELS PESTO
- 200 GRAM KERSTTOMATEN
- 50 GRAM RUCOLA
- 2 EETLEPELS PIJNBOOMPITTEN
- 1 ZAKJE MOZZARELLA BALLETTJES
- 1 GEROOKTE KIPFILET

BEREIDING:

- 1 KOOK DE PASTA GAAR
- 2 GIET DE PASTA DAARNA AF EN SPOEL AF MET KOUD WATER
- 3 SNIJD DE KIPFILET EN DE TOMAATJES IN STUKJES
- 4 MENG DE PESTO MET DE PASTA EN VOEG VERVOLGENS DE KIP, TOMAATJES EN MOZZARELLA TOE
- 5 VOEG ALS LAATSTE DE RUCOLA TOE EN BESTROOI MET DE PIJNBOOMPITTEN





Caipirinha

1 limoen
5 cl cachaça
crushed ice
1 cl citroensap
2 el donkere basterdsuiker

Snij de limoen in 4 partjes.

Doe de limoenpartjes in een glas en plet ze met een stamper. Voeg daarna de basterdsuiker toe. Vul het glas voor de helft met crushed ice, doe dan de cachaça erbij.

Roer om met een lepel, voeg nog wat crushed ice toe en serveer met een rietje.

Smoothie Bowl



Doe al deze ingrediënten in een
blender



Griekse
yoghurt



bevroren
banaan



kokosmelk of
amandelmelk



bevroren
bessen



bevroren
mango

Voeg toppings naar
keuze toe



kokosnoot



nootjes of
havermout



gesneden
fruit



Quiz:

welk ijsje ben jij?

1. Wat is jouw favoriete smaak?

- a. Vanille
- b. Chocolade
- c. Aardbei

2. Wat is jouw favoriete topping?

- a. Slagroom
- b. Hagelslag
- c. Fruit

3. Wat is jouw favoriete soort ijs?

- a. Waterijsje
- b. Sorbet
- c. Roomijs



Quiz: welk ijsje ben jij?

4. Wat is jouw favoriete saus voor op je ijsje?

- a. Caramel
- b. Chocolade
- c. Framboos

5. Hoe eet jij het liefste je ijsje?

- a. Op een hard hoorntje
- b. In een potje
- c. Op een zacht hoorntje

6. Wat is jouw favoriete merk ijs?

- a. Calippo
- b. Snickers
- c. Cornetto

Heb jij vooral A?

Jij bent iemand die het altijd veilig speelt. Jij wilt er 1000% zeker van zijn dat je met volle goesting van je ijsje kan genieten. Ga eens uit je comfortzone en probeer eens iets nieuws!

Heb jij vooral B?

Spreekt we hier van een
CHOCOLADEFREAK????!!!

Jij bent gek van chocolade. Hoe meer chocolade, hoe beter.

Heb jij vooral C?

Dan kunnen we spreken van een durver. Jij durft sneller eens iets proeven en gekkere combinaties testen.



Woordzoeker

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

- aftersun
- cocktail
- ijsjes
- vakantie
- zwembad

- zonnecrème
- barbecue
- herexamens
- reizen
- zon

Horoscoop

Ram

21 maart - 19 april

Er ligt een doorbraak in het verschiet. Als je je overweldigd voelt door een groot project, deel het dan op in overzichtelijke stappen. Geduld is een schone zaak, maar ook een aangeleerde vaardigheid. Neem veel pauzes om de natuur in te gaan. Zonneschijn en zuurstof zijn voedsel voor de hersenen.



Stier

20 april - 20 mei

Je geeft heel veel van je tijd aan vrienden en familie, maar vergeet niet om ook aan jezelf te denken.



Tweelingen

21 mei - 20 juni

Misschien heb je alle reden om boos te zijn op iemand in je omgeving. We maken allemaal fouten, maar het toont karakter als je kunt vergeven en verder kan gaan.



Kreeft

21 juni - 22 juli

In plaats van te struggelen kun je beter een slimme manier bedenken om de krachten te bundelen met vrienden en burens. Sta open voor nieuwe mensen die zich bij je kernteam voegen, vooral als ze nieuwe ideeën en positieve energie te bieden hebben.



Leeuw

23 juli - 22 augustus

Ga na wat het is dat je hartje begeert. Het is oké om je koers te verleggen. Sterker nog, het is een voorwaarde voor geluk. Probeer alleen niet meer hooi op je vork te nemen dan je hebben kunt. Rome is niet in één dag gebouwd.



Maagd

23 augustus - 22 september

Mogelijk heb je nu zin om je mening te uiten, zonder filter. Het probleem is dat niet iedereen die feedback aankan. Zorg ervoor dat je onder deze balancerende maanstralen je opmerkingen voorziet van wat empathie. Kies liever voor de benadering van een journalist dan die van een predikant. Je haalt meer uit mensen door vragen te stellen dan door preken te geven.



Weegschaal

23 september - 22 oktober

Probeer je hoofd koel te houden - zoals Weegschalen dat doen - en weeg je gevoelens af tegen alle beschikbare feiten. Ja, je hebt misschien een legitieme reden om je te voelen zoals je je voelt, maar van een mug een olifant maken kan een belangrijke relatie blijvend beschadigen.



Schorpioen

23 oktober - 21 november

Er hangt een vleugje romantiek wanneer je in de buurt bent van een bepaalde aantrekkelijke persoon die een heel ander type is dan jij. Onderzoek dit! Breng ook een bestaande relatie weer terug in evenwicht door meer te geven — of juist te ontvangen, als jij degene bent die de laatste tijd te genereus is geweest.



Boogschutter

22 november - 21 december

Streef ernaar om 80 procent van de tijd voedzaam voedsel (dus geen junkfood) te eten, en zorg iedere dag voor wat lichaamsbeweging, liefst korte high-intensity interval-sessies, in plaats van slopende trainingen.



Steenbok

22 december - 19 januari

In de liefde werkt een gematigde aanpak vandaag het beste. Hoewel je niet geheimzinnig wilt doen, is het geen goed idee om hele liefdesserenades te brengen. Concentreer je voorlopig op het zijn van een beste vriend of vriendin voor je lover (uiteraard mét benefits), dan zul je uiteindelijk je doel bereiken.



Waterman

20 januari - 18 februari

Zet de boel aan kant, zodat je kunt zien wat je allemaal hebt, en beslis vervolgens wat je leuk genoeg vindt om te bewaren. Doe kleren weg die je niet meer draagt en ook niet meer ziet terugkomen in het modebeeld. Als je genoeg spullen wegdoet, heb je straks misschien wél ruimte voor een meditatie- en yogahoekje in huis.



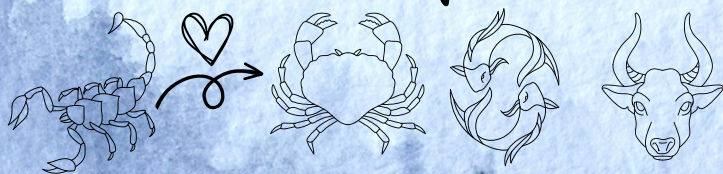
Vissen

19 februari - 20 maart

De sterren hebben een hoop plezier met een hele groep mensen voor je in petto. Het enige addertje onder het gras? Je moet wel goed nadenken over wie je wilt uitnodigen en wie je van de gastenlijst wilt laten. Deze kwartiermaan vraagt om een slimmere samenstelling van je vriendengroep. Het wordt tijd om te stoppen met die rotte appel die mogelijkheid geven het feestje voor de hele groep te bederven.



Horoscoop en de liefde



Horoscoop en de liefde



Sudoku

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



Woord van de maand

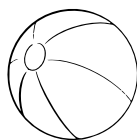
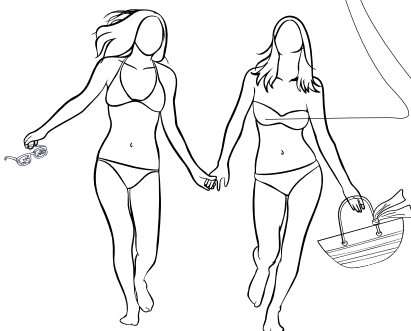
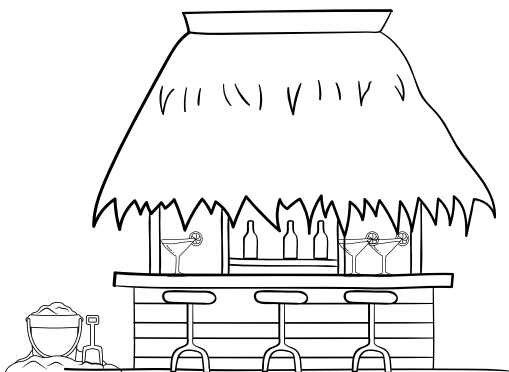
Slapen

Zelfstandig naamwoord

De activiteit waarvan ik altijd wil dat ik ze meer kan doen, maar waar ik nooit genoeg tijd voor lijkt te hebben



Kleurplaat





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.



xerius

Bakkerij Tartines

Eekergemstraat 66,
9000 Gent

09 233.32.46



B¹⁰CCA



BRUGGE - GENT
www.bocca.be



FITNESS

STADIUM

AEROBICS