NUMMER 0 · JAARGANG 67 · 24 AUGUSTUS 2015 · FOLIA.NL · HVA & UVA

FOLIA

WELKOM EERSTE-JAARS!



DE BESTE STUDEER-MUZIEK

Regel je eigen geld

OP PAD MET LUCKY FONZ III

Richt je kamer in voor nop

Het spel kan beginnen

ADVERTENTIE

cultureel studentencentrum CREA



CREA café • cursussen • debat
CREA fonds • repetitiestudio's
studentenkantoren • theater

CREAmsterdam
CREAmsterdam

www.crea.uva.nl

CREA is het cultureel studenten centrum van de UvA en HvA.



Pagina 8

Tafel en bed

Hoe richt je een kamer in zonder geld? Een zoektocht naar gratis meubilair en de goedkoopste manier om het op driehoog achter te krijgen.



17 App je leven

Deze – bijna allemaal gratis – applicaties maken je studenten-bestaan leuker en/of gemakkelijker. Ook op pagina 35 en 45.



18 Ringfähig

Vers uit de provincie? Geen nood, met de handleiding ‘Zo word je Amsterdammer’ doe je spoedig niet meer onder voor de doorgewinterde Mokumer.

Colofon

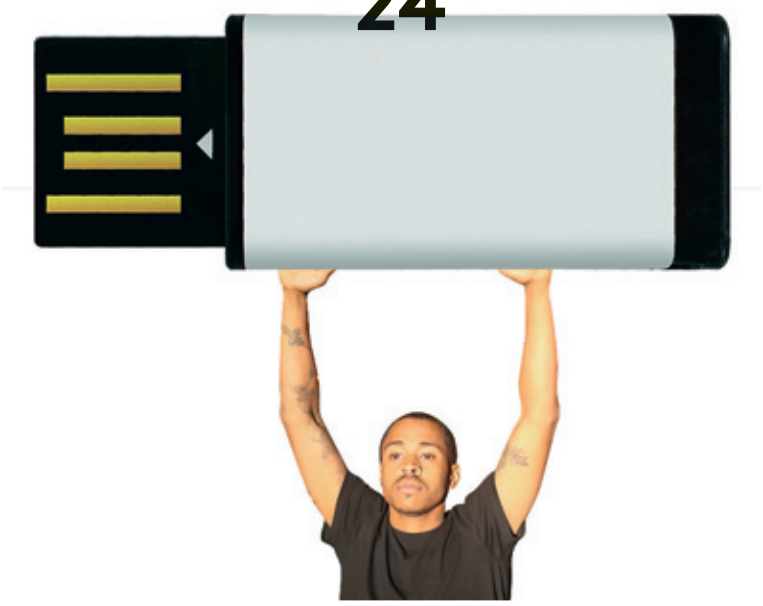
Weekblad voor de HvA en UvA
Folia is in 2011 voortgekomen uit Folia (1948) en Havana (1996).

Redactieadres
Prins Hendrikkade 189b, 1011 TD A'dam, telefoon 020-5253981,
e-mail redactie@folia.nl
Hoofdredacteur Altan Erdogan
Chef redactie Mirna van Dijk
Art direction Vruchtvlees
Cover Vruchtvlees, Daniël Rommens
Redactie (print/web) Daan van Acht, Willem van Ewijk, Joris Janssen, Daniël Rommens (beeldredactie), Carlijn Schepers, Nina Schuyffel, Henk Strikkers, Bob van Toor, Stephan Vegelien, Steffi Weber, Dirk Wolthekker
Aan dit nummer werkten mee Thomas van Aalten, Asis Aynan, Bram Belloni, Hadjar Benmiloud, Bob Bronshoff, Yannick Coenders, Emma Curvers, Vera Duivenvoorden, Gregory Edelenbos, Tristan van Hoolwerff, Timo Koren, Wout Nooitgedagt, Sophie van Oostvoorn
Eindredactie / Correctie Mirna van Dijk, Cecile Elffers
Opmaak Hannah Weis-Roos, Carl Zevenboom
Uitgever Stichting Folia Civitatis
Redactieraad Jelke Bosma, Linda Duits, Jurriaan Gorter (vz), Hester Hinloopen, Mirjam Prenger
Bestuur Esther Crabbendam, Damiaan Denys, Geleyn Meijer, Freek Rebel, Alexander Rinnooy Kan (vz), Bert Westenbrink
Secretariaat Stephanie Gude
Directeur Paul van de Water
Drukker Roularta Printing, Roeselare, België
Advertenties Bureau van Vliet, Zandvoort, 023-5714745, zandvoort@bureauvanvliet.nl
Voor advertenties binnen UvA en HvA: stephanie@folia.nl

Folia probeert altijd de rechthebbenden van fotomateriaal te contacteren. Hebben wij u niet kunnen bereiken? Mail dan naar redactie@folia.nl.

Inhoud

24



Studievitaminen

Muziek luisteren terwijl je studeert, hoe goed of slecht is dat voor je concentratievermogen? We vroegen het de deskundigen.

30



Op de centen

Zo regel je toeslagen, hier heb je recht op qua lening, tips voor het vinden van een bijbaan en – voor als het echt moet – zo kun je bezuinigen.

36



Lucky rondje

Singer-songwriter Lucky Fonz III neemt ons mee op een *trip down memory lane* langs de plekken van zijn studie en vertelt en passant wat hij daar zoal meemaakte.

42



Koken voor dummies

Folia-foodies Gregory en Tristan spreken je moed in: iedereen kan koken. Vooral als je laagdrempelig begint en het een beetje gezellig houdt. Zij vertellen je hoe. En het is gegarandeerd gezonder dan de snackbar op de hoek.

6-7 Entree
15 Column Thomas van Aalten
29 Column Hadjar Benmiloud
41 Column Emma Curvers
47 Column Asis Aynan

Redactioneel
Geen paniek



Altan Erdogan, hoofdredacteur *Folia*

Zo. Het spel kan beginnen. Vanaf deze week is er geen weg terug meer: je bent student.
De kans is groot dat je momenteel geen tijd hebt om dit speciaal voor jou gemaakte nummer van *Folia* te lezen, tussen het overvolle introductieprogramma, het kennismaken, het drinken en het flirten door.
Accepteer dat je een week lang de weg kwijt bent. Al die indrukken, gezichten, hormonen en adviezen die je om de oren vliegen: het is ook niet te doen.
Zorg wel dat je deze *Folia* bewaart. Als je volgende week weer een beetje bij zinnen bent, zul je zien dat je er iets aan hebt.
Zo geven we je tips hoe je je studentenkamer spotgoedkoop met behulp van de online *sharing economy* kunt inrichten. Waarom door de Ikea gaan sjouwen als je ook vanachter je laptop een inrichting bij elkaar kunt scoren?
Kom je van buiten Amsterdam, of ken je vooral de route tussen je middelbare school en je huis in Amsterdam-Zuid van haver tot gort (en de rest van de stad niet), raak vooral niet in paniek. We nemen je mee door de hoofdstad, en vertellen in tien stappen hoe je je tijdens je studie in Amsterdam moet gedragen. Met een paar verrassende extra tips erbij van ervaringsdeskundige Lucky Fonz III (vanaf pagina 36) ben je zo het eerste jaar onder de pannen.
Je druk maken over geld is wel het laatste waar je nu zin in hebt. Maar hé: de basisbeurs gaat er dit collegejaar echt aan, en op de pof drinken in de kroeg bestaat al tientallen jaren niet meer. Daarom in dit nummer ook een handleiding over lenen, bijbanen en verstandig met geld omgaan.
Zoals gezegd: dat is allemaal voor later. Laat nu eerst het spel beginnen.
Veel plezier!

www.folia.nl
@Folia
FoliaNL
FoliaTV

Een berg vlees en een hoop liefde

22.176. Dat is het totaal aantal **uren** dat het bestuur en de commissies van de Intreeweek 2015, de officiele introductieweek van de UvA, investeren in het klaarstomen van aankomende eerstejaars. Het merendeel hiervan is voor rekening van het bestuur, dat **een jaar lang** fulltime bezig is met de voorbereidingen.

Jaarlijks verwelkomt de UvA ongeveer **8000** nieuwe studenten, van wie er maximaal **3200** kunnen deelnemen aan de **Intreeweek**. Een flinke kluif voor de organisatie, zoveel is zeker; een spelletjesmiddag en bonte avond zal voor de nieuwe generatie studenten niet voldoende zijn. Met **32** verschillende **locaties** en **40** meewerkende **verenigingen en restaurants** worden toekomstige UvA'ers volledig ondergedompeld in het Amsterdamse studentenleven. Een rekensommetje leert dat alleen al bij de bbq flink wat komt kijken. In totaal is er een kleine **13.000 vleesproducten** besteld.

Ook de **HvA** kan rekenen op een forse toestroom van nieuwe studenten: gemiddeld **14.000** per jaar. **5000** zijn welkom op het door Asva georganiseerde **KersVers Festival**. Waar geen getallen van zijn, maar wat wel zo goed als zeker is, is het grote aantal nieuwe liefdesavonturen die ontstaan tijdens KersVers, aldus de organisatie. Wanneer je er het Grote Studentenonderzoek 2012 bij pakt, blijkt dat Amsterdamse studenten het vaakst van alle studenten de lakens met elkaar delen. Het verlangen naar die ene exotische liefde afkomstig uit de andere kant van het land zal je echter moeten laten varen. Op een enkele Let na, is KersVers toch voornamelijk een **Amsterdams** onderonsje. ↙ Daan van Acht

Besluiteloos? Je bent de enige niet

Het lijkt voorbarig, maar je doet er goed aan om nu alvast na te denken over wat je ná je studie wilt doen. Voor je het weet ben je afgestudeerd, en heb je nog steeds geen idee van wat je wilt worden als je groot bent. Het overkwam voormalig UvA-student Nina Janssens (24). Ze interviewde lotgenoten en schreef het boek *Waar heb ik nou eigenlijk voor gestudeerd?*, dat sinds deze zomer te koop is.

Waarom dit boek?
'Ik ben vorige zomer afgestudeerd als televisiewetenschapper. Nogal een vaag beroep, want een vacature voor televisiewetenschapper kom je niet snel tegen. Ik wist dat natuurlijk al toen ik eraan begon, maar je kunt er veel kanten mee op. Dat heeft z'n nadelen, maar ook z'n voordelen. Toen ik een baan moest zoeken had ik geen idee wát voor baan ik zocht. Ik scande de vacatures op termen als 'communicatie', 'tekst schrijven', 'sociale media' en alles wat daar een beetje bij in de buurt kwam. Tevergeefs. Twee maanden en zo'n 40 sollicitatiebrieven later besloot ik verhalen van lotgenoten te gaan verzamelen.'

Dus je bent niet de enige besluiteloze?
'Nee, het viel me al tijdens mijn studie op dat anderen met hetzelfde probleem zaten. Ik heb ook een enquête gehouden onder een paar honderd studenten, daaruit bleek dat zo'n zestig procent van de afgestudeerden niet weet wat ze moeten doen. Niet alleen op de universiteit, maar ook op het hbo. We hebben gewoon veel meer opties dan vroeger.'

Wat raad je de huidige eerstejaarsstudenten aan?
'Ga stage lopen. Ook als je een studie doet waarbij het niet verplicht is. Ervaring opdoen brengt je hoe dan ook verder. Je komt er niet alleen achter wat je leuk vindt en wat niet, maar je hebt ook een streepje voor als je gaat solliciteren en je bouwt een netwerk op.'

Heb je inmiddels een baan?
'Ik werk twee dagen per week bij een opleidingsinstituut als redactie- en promotiemedewerker en daarnaast ben ik freelancer. Ik ben al aan het rondzoeken naar nieuwe klusjes, en misschien ga ik wel een nieuwe versie van het boek schrijven. Maar dan over werkloze 50-plussers, want die hebben het ook niet makkelijk.' ↙ Steffi Weber





Intreeweek 2014 / foto Maarten Brante

Hé! Dinges, eh...

Was het nou Henk, Henri of Harry? Tijdens de introductie kom je veel nieuwe gezichten tegen. Plak daar na één ontmoeting maar weer eens de juiste naam op. Verdomd lastig. We vroegen Jaap Murre, geheugenexpert aan de UvA, hoe je *awkward* momentjes voorkomt. Los gebaseerd op zijn advies geven we je drie gouden tips, waardoor je nooit meer een naam vergeet:
Opletten met je donder. Luister goed en haal je de naam helder voor de geest. Anders is de naam binnen twintig seconden weer uit je geheugen verdwenen. Herhaal de naam. Maar doe dat een beetje subtiel, anders komt het nogal vreemd over. Associeer met de naam. Maak er iets creatiefs van dat je direct te binnenschiet. Zet dit daarna om in een beeld. Stelt iemand zich voor als Albert? Denk dan bijvoorbeeld aan Kwalbert of aan Albert Einstein. Prent je daarna een beeld in van Albert Verlinde of een natuurkundige die zijn tong uitsteekt.
Het drinken van veel alcohol helpt natuurlijk niet bij het onthouden van namen. Zou je denken. Maar in sommige gevallen helpt het juist wél. Het fenomeen *state-dependent learning* houdt in dat je iets makkelijker uit je geheugen ophaalt als je in dezelfde staat bent als toen je het aanleerde. Iemand ontmoet tijdens een avond pilsen en ben je de naam kwijt? Snel een nieuw biertje opentrekken! ↙ Joris Janssen

RECORD
Simon Reinhard (Duitsland) is eigenaar van het wereldrecord namen onthouden. Binnen 30 minuten wist hij 186 namen op te lepelen die hij vlak daarvoor, samen met de bijbehorende gezichten, in 30 minuten in zijn kop had gestampt. Deze memorabele prestatie zette Simon neer tijdens het German Open Memory Championship 2014, een van de vele geheugenkampioenschappen die de wereld rijk is.

SPEL: KRANTENMEPPER
Maak een kring en laat iedereen zich een- of tweemaal voorstellen. Daarna gaat één persoon in het midden staan met een opgerolde krant in de hand. Er wordt een naam genoemd, bijvoorbeeld Karel. De persoon in het midden moet nu Karel een mep verkopen. Als Karel de naam van iemand anders noemt voordat hij geraakt wordt, bijvoorbeeld Truus, ontspringt Karel de dans. Truus moet vervolgens ook een naam noemen om niet ten prooi te vallen aan de krant. Degene die te traag is, wordt de tikker.

Zou het genoeg zijn?

7500
liter bier ging er tijdens de Intreeweek 2014 doorheen.

32
verschillende locaties doet de actief meedoende Intreeloper dit jaar aan.

880
stokbroden worden er besteld voor de ruim 3000 studenten die afkomen op de bbq van de Intreeweek.

268
kilo huzarensalade wordt er met deze stokbroden geserveerd.

123,2
liter knoflooksaus zal er in totaal over het vlees worden gegoten.

2000
liter bier werd er in 2014 ingekocht voor het KersVers Festival, en dat voor slechts één dag.

1500
zonnebrillen worden er jaarlijks aan HvA'ers uitgedeeld tijdens het KersVers Festival.

46,7
procent van de bezoekers van het KersVers Festival vorig jaar was vrouw.

NOOIT MEER


NA 24 UUR:
BIEBERTJE?
CALVIN KLEIN
OP JCDECAUX PUNT NL KUN JE DE POSTERS UIT BUSHOKJES * GRATIS * OPHALEN!
OP PEERBY KUN JE GEREEDSCHAP HUREN VAN JE BUREN ... MAAR HET IS NATUURLIJK BETER OM HET TE LENEN!
OP GRATIS.NL & IKKOOPRIJS.NL STAAN SOMS AANBIEDINGEN VOOR GRATIS AFDRUKKEN
CHECK DE SITE VAN JE STADS-DEEL VOOR GROFVUILDAGEN ER KAN ZOMAAR EEN MOOIE STOEL OF LAMP BIJ ZITTEN!
NU NOG DAT TOSTI APPARAAT...
BIER KRATJE = PRIMA NACHTKASTJE
OVER SMAAK VALT GELUKKIG NIET TE TWISTEN...
VERKOCHT
INTERESSE RESERVE
3 BIEDEN OP FACEBOOK-GROEPEN: DE MOEITE/ STRESS WAARD.

NAAR IKEA



Een ongemeubileerde studentenkamer is al duur genoeg, en de online deeleconomie viert hoogtij. Waarom door de Ikea gaan sjouwen als je ook vanachter je laptop een inrichting bij elkaar kunt scharrelen? *Folia*-redacteuren Bob en Nina onderzoeken of het kan: binnen 24 uur een studentenkamer inrichten met behulp van niets anders dan internet, hun eigen spierballen en nul euro.




tekst **Nina Schuyffel** en **Bob van Toor**
foto's **Daniël Rommens**
illustratie **Bob van Toor**

Een eigen plekje in Amsterdam is fijn, maar brengt de gemiddelde student aan de bedelstaf qua maandhuur. Hoe kom je dan nog aan die lekkere hangbank en dat robuuste bureau? Al het geld dat je overhoudt moet geïnvesteerd in bier en nieuwe vrienden, en om nu je oude ledikant of prinsessenbed uit het ouderlijk huis mee te slepen… Gelukkig is er een alternatief: internet.

Een grote stad is in feite niets meer dan een verzameling oude rotzooi, en dankzij de digitale golven is die berg spullen makkelijker dan ooit te overzien. Bijna alles kan tegenwoordig met een paar handige websites, apps en Facebookgroepen opgelost worden. We gaan de uitdaging aan: onze lege, nieuwe studentenkamer moet vol. En dat moet binnen een dag, en voor geen tot zo min mogelijk geld – want betalen op internet is iets voor beginners en vieze mannetjes.

Een piano. Een poef, een vacumeermachine, een kattenhangmat. Fietskralen.

Stap 1: Eerste levensbehoeften

Om niet als kippen zonder kop langs websites en vuilstortplaatsen te gaan rennen, maken we eerst een lijst met dingen die we sowieso moeten hebben. Een bed, een bureau en een stoel – meerdere, als het even kan: voor etentjes kun je natuurlijk niet altijd maar bij anderen aanschuiven. Een rek voor kleren, een kast voor boeken. Een lamp of twee. Een tosti-ijzer.

Dan volgt een langere lijst met niet-noodzakelijk comfort. Een televisie, maar liever niet een van die bakbeesten die in 1993 het toppunt van techniek waren. Voor minder dan een flatscreen doen we het eigenlijk niet – dan maar Netflix. Een ijskast zou niet verkeerd zijn, zodat we niet helemaal naar de keuken hoeven te lopen, hetzelfde geldt voor een wasmachine – mochten we die tegenkomen. Resten nog planten, voor het leven in de brouwerij, en natuurlijk allerhande decoratie: posters, een vloerkleed om de grauwe vloerbedekking van de huisbaas te bedekken… Tijd om de laptop open te klappen.

Stap 2: De webben op, de appen in

Op **deeleconomie.nl** en **consumentenbond.nl** vinden we een helder overzicht van Nederlandse deel- en ruilinitiatieven. We kijken onze ogen uit. Meubels, kleding, maar ook gereed-





schap en zelfs parkeerplaatsen: je kunt het zo gek niet bedenken of het wordt aangeboden. Binnen een uurtje zijn we ondergedompeld in de wondere wereld van het geven.

Elke website, app of groep heeft een eigen cultuur. Op de ietwat groezelige 1.0-site **gratisspullenafhalen.nl** staan posts als 'ik ben uw redder' en 'loening in 24 uur'. **Tofvuil.nl** is meer een soort literair forum vol mijmeringen over antieke lampen en interieurhypes in plaats van een plek om meubels te scoren. Het hippe **Amsterdam Yard Sale** wordt al snel onze absolute favoriet (denk letterkastjes en barokstoelen), maar is allesbehalve gratis. Die valt dus af.

Een kleine bloemlezing van wat we zoal aan spullen voorbij zien komen: een piano. Een poef, een vacumeermachine, een kattenhangmat. Fietskralen. Een berg zwangerschaps- en ovulatietesten 'Niet meer nodig!'. Heel veel beige laminaat en prachtmeubels uitgevoerd in rotan. '3,5 kuub wit vogelzand', op te halen om de hoek. We kijken elkaar enigszins verward aan – 'zonder anijsgeur' staat er nog bij vermeld – wat niet helpt. Twee rollen graszoden. 'Een tas vol snoeren en stekkers en andere dingen waarvan ik niet weet wat het is.' 21 eierdozen. 50 kurken. Fantasy kaartspellen. Een stapel *Opzij*'s. Een jongleerset. Een cd met klassieke muziek voor baby's. Sojasaus.

Stap 3: Reageren

Door het enorme aanbod vervagen binnen luttele minuten alle grenzen van smaak en kwaliteit. Gratis maakt hebberig, merken we. Een oude kloosterstoel? Best leuk. Nep-klimop? Natuurlijk. Een tas vol multomappen? Kan handig zijn. We grijpen onze lijst er weer bij: alleen op de dingen die we écht nodig hebben besluiten we te reageren. Dat moet wel zo snel mogelijk, want we zijn niet de enigen die op zoek zijn naar gratis meubels, zo blijkt als we ons voorzichtig kenbaar maken in de Facebookgroepen. En daar geldt: wie het eerst komt, wie het eerst maalt.

Ene Owana is ons de hele tijd voor met haar onwaarschijnlijk snelle 'INTERESSE'

Als een advertentie verschijnt dien je als de wiedeweerga een comment met 'interesse' te tikken. Als je de tweede bent, schrijft men 'reserve' – en dan heb je nog behoorlijk wat kans, want vaak lukt het gever en afnemer niet om het eens te worden over een ophaaltijdstip. Daar heeft de student een groot voordeel: hoeveel tentamens er ook zijn, je bent toch altijd nog net iets flexibeler dan de werkende mens.

Op het nippertje halen we bij **020 te koop, te ruil, weg te geven** twee perfecte boxsprings binnen, en ook de koelkast en de imitatieleren bank zijn voor ons. Voor het rieten nachtkastje zijn we nét te laat: daar staan we op plek 2 in de heilige rangorde van de Facebook-comments. Na het plaatsen van de reacties sturen we een privébericht naar de aanbieder om de details – de afmetingen, tijdstip van ophalen, het adres – verder te regelen.

In de middag lijkt iedereen bovenop **Amsterdam deelt en geeft** te zitten. Lindy plaatst een stoel en twee tafels, in een album. Onze 'interesse!' eronder wordt





meteen bestraft door een 'administrator': alleen reacties onder de aparte foto's tellen. Tegen de tijd dat we daarheen zijn geklikt hebben we kostbare seconden verloren. Er staan godbetert al vijf reacties onder de tafel.

Iedereen houdt zich wijselijk aan de regels: rondom gratis spullen liggen tranen, elleboogpartijen en ruzies op de loer. Een halfslachtige poging om bij de stoelen – waar we wel vooraan stonden – meteen de bijbehorende tafel op de kop te tikken wordt vriendelijk maar beslist van de hand gewezen.
Ene Owana is ons bovendien de hele tijd voor: met onwaarschijnlijke snelheid verschijnt haar 'INTERESSE' steeds vlak voordat wij de kans hebben om te reageren. Haar hebzucht en onze jaloezie maken de zoektocht een stuk minder gezellig. Toch is de sfeer over het algemeen positief: onze inboxen staan vol met kreten als 'Niets te danken!', 'Super!' en een overdaad aan smileys.

Stap 4: Op zoek naar een bus

We hebben bijna alles van onze lijst bij elkaar gescharreld. Nu de volgende stap: vervoer. Hoe komen we aan een busje waar we in één dagdeel heel Amsterdam mee door kunnen rijden om alles op te halen? Het gratis aspect blijkt hier lastig – iemand moet toch de benzine betalen. Dan maar zo goedkoop mogelijk. We vragen naar tips in de Facebookgroep **Amsterdam Durft te Vragen**. 'Snappcar', reageert iemand kort en simpel. Op deze website kun je voor een bescheiden bedrag (tussen 30 en 200 euro) een auto huren van particulieren. Na even zoeken kiezen we voor de Peugeot Partner van Mark: 35 euro voor een hele dag. Jammer genoeg reageert hij niet.

Meteen zitten we weer in de blije sferen van de sharing is caring-hype

Een ander probleem hebben we bij **Expat Helpers Amsterdam Moving**, eveneens een tip. Deze jongens kosten 15 euro per uur inclusief sjouwen, lezen we op hun Facebookpagina. Maar als we ze willen boeken krijgen we een privébericht terug: er ligt een zijspiegel af, de bus rijdt niet. Het is de keerzijde van de deeleconomie: bij producten en diensten die niet worden gedreven door winstoogmerk, moet je onbetrouwbaarheid en onzekerheid op de koop toe nemen. Bijna laten we ons verleiden tot een busje van Ouke Baas: meteen beschikbaar en verzekerd van goede kwaliteit. Maar dan krijgen we via via **Fran with a Van** door, een vrolijke Griek die zichzelf op Facebook aanbiedt als verhuizer/sjouwer voor 25 euro per uur en de telefoon opneemt met 'Hellooooooo Nina'. Meteen zitten we weer in blije sferen van de sharing is caring-hype.

Stap 5: A free ride – bijna

De volgende dag spreken we met Frankie af bij de eerste stop op de Marnixstraat, waar we bij twee blonde studentes, van wie er een gaat samenwonen, de ijskast ophalen. Voor de zekerheid laten ze even zien hoe het moet: stekker erin – 'jep, het lampje werkt!' – stekker eruit en in de auto ermee. Tien minuten later staan we bij de volgende aanwinst: de boxsprings van Jeroen. Het is druk en warm zo vlakbij het Leidseplein en achter ons staat een auto te toeteren. Maar ook Jeroen helpt vriendelijk mee om alles het busje in tillen. We lachen, high-fiven en wensen

Hier vind je de beste gratis spullen

Amsterdam deelt/geeft
Een gratis paradijsje, maar je moet wel goed opletten. Er wordt elke minuut wel iets opgezet en de pareltjes zijn zo weg.

Marktplaats
Hoewel fraude aan de orde van de dag is – voor tickets en fietsen moet je hier niet zijn – kom je voor meubels toch echt niet onder *good old* Marktplaats uit. Zoek in de buurt op 'gratis' of sorteer de aanbiedingen op prijs van laag naar hoog.

Ik geef weg
Beregezellige Facebookgroep, vooral door het marktkoopmansfeertje dat de webmaster oproept bij elke post: 'Sympathiek gebaar Arnold! Houden we van.'

iKringloop
Deze app voor iPhone en Android moet nog een beetje op gang komen, maar is erg gebruiksvriendelijk. Met één klik zie je precies wat er in jouw omgeving gratis wordt aangeboden.

Bijna gratis vervoer

Fran with a Van – € 25 per uur
Vrolijke Griek die in zijn rode Hyundai met gemak elk straatje in Amsterdam doorscheurt en niet te beroerd is een bank van driehoog naar beneden te tillen.
facebook.com/franwithvan

Man with a Van in Amsterdam – € 20 per uur, 50 cent per kilometer
Niet te verwarren met Fran van hiervoor: de man in dit bestelbusje heet Ben en is ook inzetbaar voor lange afstanden.
facebook.com/manwithavaninamsterdam

Oof krijgt het heen en weer – € 20 per uur, 25 cent per kilometer
Vervoert in zijn bus van 3 meter lang 'zulks en zo van hot naar her'.
facebook.com/krijghetheenenweer

elkaar een fijne dag. O ja, roept Jeroen als we al met één been in de auto zitten. 'Bijna vergeten: je moet er alleen nog even bevestigingsstukjes bij kopen. Vind je zo bij de Ikea en zijn 2,50 per stuk.' Beetje jammer om dit nu pas te horen, maar toch waarderen we zijn eerlijkheid.

Volgende stop: het bureau, in Amsterdam-Noord. 'We zijn maar een armoedige stichting,' verontschuldigt Peter Schmidt zich als we binnenkomen in de bescheiden kamer van buurthuis De Kleine Wereld. 'Maar het is hier wel áltijd gezellig.' Zijn collega-vrijwilliger Dima Hassouneh ziet haar kans schoon om te vertellen over het cateringbedrijf dat ze onlangs is gestart en begint meteen visitekaartjes uit te delen. Peter geeft folders mee en noteert onze mailadressen voor de nieuwsbrief.

Ondanks deze inlijving in een Noordelijk vrijwilligersleger en de hete bus, kunnen we bijna niet geloven hoe voorspoedig het gaat. Druk pratend over Griekenland, vakanties en zijn caravan raast Fran ons vakkundig door de stadsdelen. Maar dan slaat het noodlot toe. De eigenaar van de kledingkast, die we met een bliksemsnelle INTERESSE! wisten te veroveren op Owana, laat ons een halfuur wachten in ons busje. Als we eenmaal in de ravage van zijn verhuizing staan, blijkt de kast veel, veel te groot – en bovendien volgeramd met schroeven, zodat demonteren onmogelijk is. We sjorren hoopvol aan de deurtjes, zoeken even een schroevendraaier. Dan herinneren we ons het eerdere devies: dat het gratis is, betekent niet dat je het ook moet willen. We laten het bakbeest schieten.

Ook op de nadrukkelijke wens van onze volgende gulle geefster, een Indiase vrouw in Oost, om alle twee haar banken mee te nemen – terwijl we er maar één kwijt kunnen – hadden we niet gerekend. Gelukkig wordt net vandaag het grofvuil opgehaald, lezen we bij de vuilnisbakken op de hoek. We laten één bank achter en nemen de andere mee.

En zo verzamelen we ons langzaam een weg terug naar onze geduldig wachtende kamer.

Stap 6: Inrichten

We hadden nog wel uren door kunnen gaan: er staat nog een set vaasjes op ons te wachten, eindeloze eetkamerstoeltjes, en natuurlijk die drie kuub vogelzand. Het is echter tijd om onze buit uit te laden, Fran een paar tientjes en een zeer warme handdruk te geven en ons nieuwe stulpje in te richten.

Maar er is nog veel meer leuks te doen in de online jungle van gratis spullen. Wil je een rondborstige blondine met geshampood haar aan je muur, op monsterlijk formaat? Reclamegigant JCDecaux doet de posters uit bushokjes





gratis van de hand. Een vriend komt met een nog creatiever idee: we sieren de muren op met de prachtige gratis stockfoto's van Unsplash, geprint met een aanbieding van Pixum.nl. Die site biedt elke maand een andere kortingsactie, waarmee je gratis een poster of foto's kunt drukken. Twee dagen later hangen de muren vol met landschappen en ander moois.

En zo hebben we ineens een ingerichte kamer. Tevreden en nog wat onwennig zitten we in onze nieuwe zithoek, die even geleden nog bij andere mensen trouwe dienst heeft gedaan – en eerlijk gezegd ook wel zo ruikt. Maar goed, we hoeven nog even niet in een strak tweeverdieners-interieur te wonen. We trekken een biertje uit ons nachtkastje – een kratje – en fantaseren over wat er allemaal nog voor gratis moois bij zou kunnen. Maar de 24 uur zijn voorbij, en we kunnen tevreden zijn: als we naar Ikea waren gegaan, berekenen we, waren we niet alleen verlost geweest van de weeïge lucht, maar ook van bijna duizend euro. Terwijl we een studentikoos paradijsje bij elkaar klikten en tilden, hebben we bovendien prachtige mede-Amsterdammers ontmoet en oneindig vertrouwen gekregen in de vrijgevigheid – zij het niet in de goede smaak – van onze medemens. En we gaan nooit meer naar Ikea. ↙

Dit hebben we gescoord...

		Bij IKEA	maar nu voor...
De ijskast die het nog doet		€ 179,00	€ 0
De boxsprings zonder bevestigingsstukjes		€ 310,00	€ 0
Het bureau		€ 169,00	€ 0
Het imitatieleren bankstel dat een beetje stinkt		€ 249,95	€ 0
Het salontafeltje		€ 34,95	€ 0
Muurdecoratie	vanaf	€ 4,99	€ 0
Totaal		€ 947,89	€ 0

...en deze pareltjes liepen we mis

Het lichtbruine rotan nachtkastje: te laat (tweede in de rij)
De heerlijke fauteuil in barokstijl: te laat (veertiende in de rij)
Het Aladdin-tapijt: te duur (€ 25)
De kledingkast: te groot voor de bus



ADVERTENTIE



Ben jij 1e jaars ?

ONBEPERKT / UNLIMITED
Fitness, Groepsfitness én Sauna

180 groepsfitnesslessen

5 vestigingen in Amsterdam

Actie geldig t/m 30 september
Check voorwaarden

USC Universum

www.usc.uva.nl



THOMAS VAN AALTEN

Iedereen doet maar wat

Ik had net een jaar in Nijmegen gestudeerd, waar je docenten bij hun voornaam noemde. Er hing een flinke walm van rookwaren in de hogeschoolkantine. Er stond één computer met internet in de bibliotheek, al begreep niet iedereen wat je daarmee moest. Maar internet, dat werd het ding. Op die Nijmeegse lerarenopleiding kregen we ook veel dramalessen, die we volgden bij een man die altijd een stenen nap met kruidenthee bij zich droeg. Ik was de enige die naar Amsterdam vertrok. Want ik zou met mijn hbo-propedeuse op zak Nederlandse taal- en letterkunde gaan studeren. Ik wilde schrijver worden, daar hoorde zo'n studie toch bij?

Maar hier zaten docenten ver weg en waren ze niets meer dan een afkorting in een rooster. Ik kreeg helemaal niks over Reve te leren, ik hoorde alleen maar gewauwel over middeleeuwse handschriften, hoe we onze tong bewogen bij het spreken en wat intertekstualiteit inhield. Tentamenresultaten werden op een bord gehangen (en waren nooit echt reden tot optimisme).

Bereid je er als eerstejaars op voor dat je vaak doodongelukkig zult zijn. Je denkt voortdurend dat je gek bent (dat ben je ook). Laat je niet afleiden door lachende hordes in bontgekleurde shirts met het logo van een studievereniging, geloof niet in posters die je uitnodigen tot weekenden roeien met andere studenten, negeer de feestende massa die op flyers afgebeeld staan. Jongvolwassen zijn is geen pretje, en iedereen die anders beweert is een leugenaar.

Je denkt voortdurend dat je gek bent (dat ben je ook)

Of je nu alleen op je bed met je diepromantische doodsliteratuur zit of in het feestcafé op het Rembrandtplein staat te dansen op de Toppers: iedereen doet maar wat. Ook die professor die iets oninteressants vertelt. Als je dat in je achterhoofd houdt, zijn de komende jaren prima te doen. Het hele leven trouwens. ↙

ADVERTENTIE



Beste nieuwe student,

Welkom in de grootste studentenstad van Nederland. Je gaat een geweldige tijd tegemoet, want er valt in Amsterdam van alles te beleven. Wij zijn er om je zorgeloos door je studententijd heen te loodsen, zodat jij het studentenleven volop kunt meemaken!

WIJ ZIJN ASVA
WIJ ZIJN ER VOOR JOU.



Moet ik rennen?

iOS & Android

Gratis

App uit eigen HvA-stal die vier studenten ironisch genoeg twee jaar studievertraging kostte. Op basis van je locatie en je vaste reistraject laat de app je volgende reisoptie zien. De aftelklok bepaalt bovendien of je moet rennen om die volgende bus uit Purmerend of volgende trein naar Schagen te halen. Daarnaast biedt de app je bovendien 'Geen-haast-korting'. Heb je dus een keer twintig minuten om vanaf de Leeuwenburg naar het Amstelstation te komen, dan biedt de app je ook nog eens korting op die frikadel speciaal – waar iedereen in de trein je overigens om zal haten.



Prey

iOS & Android

Van gratis tot 15 euro

Studentenhuizen zijn inbrekersparadijzen en in universiteits- en hogeschoolbibliotheken verdwijnen meer laptops dan er studenten zijn. Een goede traceer-applicatie is dan ook onmisbaar. Find my iPhone is een goede, maar werkt – nomen est omen – enkel op iPhones en iPads. Als je gloednieuwe MacBook of strakke Samsung Edge wordt gejat heb je er dan ook niets aan. Prey biedt je de mogelijkheid drie apparaten aan elkaar te koppelen. Ben je er één kwijt dan kun je op die andere twee, of via hun website, je smartphone of laptop traceren, foto's laten maken of alle bestanden verwijderen.



Zorgverzekering Wijzer

iOS

Gratis

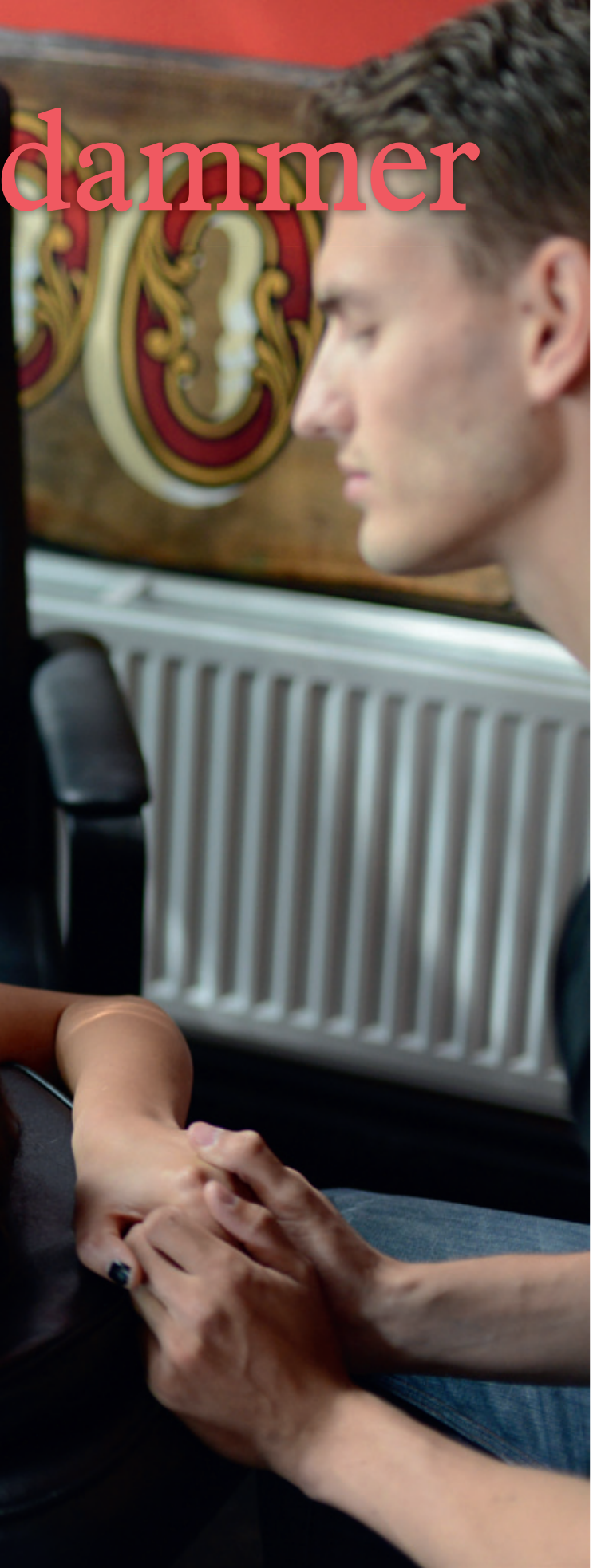
De Zorgverzekering Wijzer van HvA-studenten informatica Rob Kunst, Jetse en Arend Koopmans (broers) en student scheikunde Marie Brands was eind vorig jaar een hit in de appstore. Niet zo gek ook, want november/december is precies het moment dat je nadenkt over je zorgverzekering. En hoewel je zo net aan het begin van je studie wel andere dingen aan je hoofd hebt dan je zorgverzekering, is het toch erg de moeite waard om deze app alvast te downloaden. Zo kun je aan het eind van het jaar onafhankelijk laten uitzoeken welke zorgverzekering het beste voor jou is.

Zo word je Amster

Er zijn steden waar je zomaar kunt gaan wonen. Amsterdam is er daar niet een van. Het ergste wat er kan gebeuren is dat mensen zien dat je hier niet vandaan komt. Daar willen we je graag voor behoeden. Daarom nemen we je mee door de hoofdstad en vertellen wij je in tien stappen hoe je je tijdens je studie in Amsterdam moet gedragen – zodat je de komende jaren helemaal jezelf kunt zijn.



tekst **Yannick Coenders** en **Timo Koren**
foto's **Wout Nooitgedagt**



dammer

Je stapt uit de trein, zoekend naar herkenningspunten. Waar is het IJ met dat Eye-gebouw dat je ook in de krant hebt gezien? Waar zijn de grachtenpanden? Zou het Paleis op de Dam al vanaf het station te zien zijn? Al turend doemt een totaal ander beeld voor je op: je ziet kantoorgebouwen, veel beton en de regiobussen die je ook van thuis kent. Bezorgd kijk je om je heen. Is dit dan het Amsterdam waar je voor had gekozen? Na een tijdje begint het te dagen: je bent op het verkeerde station uitgestapt en op de bordjes hier staat Amsterdam Sloterdijk. Dat ligt buiten de Ring. Maak je geen zorgen, wij staan klaar om je de Ring in te begeleiden. Want elke Amsterdammer weet dat daar is waar alles gebeurt.

Op de tweewieler de Ring in

Hoewel je thuis vast andere verhalen hebt gehoord, is Amsterdam een compacte stad. We stellen dus voor dat je je droom om na je rijlessen meteen een autootje te kopen, in de provincie achterlaat. Graag bieden we je de keuze uit een aantal alternatieve vervoersmiddelen. Aangezien de stad wordt omsingeld door een tiental treinstations die onderling worden verbonden door een fijnmazig tram-, bus- en metronetwerk, hoef je vanaf je voordeur zelden meer dan 200 meter te lopen om je door het GVB te laten vervoeren. Al dertig jaar lang komt daar binnenkort de Noord-Zuidlijn bij, zodat ook als je in Noord woont, je heel snel Noord weer uit kunt zijn. Omdat je gratis kunt reizen,

Iedereen weet: het ov is voor luie bejaarden

maak je als je verstandig bent veel gebruik van het openbaar vervoer. Maar helaas, een echte Amsterdammer heeft een hekel aan wachten bij de halte. Bovendien weet iedereen: het ov is voor luie bejaarden, werklozen, toeristen en zwangere vrouwen.

Welk vervoermiddel dan? Lopen is in elk geval not done, want als iedereen maar over de trottoirs gaat wandelen, waar moeten we dan onze fietsen nog kwijt? De facto blijven er dus twee reële opties over, de fiets of de scooter – maar eigenlijk alleen de fiets. Amsterdam staat bekend om zijn variëteit aan tweewielers. Dat betekent echter niet dat je zomaar met elk type aan kunt komen. Het comfortabele model waar actieve zestigers mee op fietsvakantie naar het Zwarte Woud gaan, neem je niet. Als je een fiets hebt waarbij een kilometerteller of Ortlieb-fietstassen goed passen, weet je dat je fout zit. Om echt een beetje impact te maken tik je een modelletje met een *industrial feel* of juist een kek bamboeframe op de kop. Heb je een lager budget, dan raden we je een barrel aan in tijdloos zwart met slijtagedetails. Je zal er regelmatig mee naar de fietsenmaker moeten, maar dan kom je ook nog eens in aanraking met mensen die echt iets kunnen.



Koffie op de Kinkerstraat

Als we eenmaal op de juiste fiets zijn geklommen, zetten we koers richting de Ring. We fietsen Slotermeer in en al snel komen we de ene na de andere eetgelegenheid tegen. Rechts, daar op Plein '40-'45, kun je op de markt een uitstekende rotirol krijgen. Iets verder op de Burgemeester de Vlugtlaan zit Turks Restaurant Konan, waar ze van auberginevariaties hun levenswerk hebben gemaakt, die zich tegen alle verwachting in prima laten combineren met döner. Niet veel later rijden we langs de Halal Fried Chicken, dat vanwege het sfeervolle terras ideaal is voor een leuke date.

Maar waarom zou je moeilijk doen? Je kent Amsterdam nog niet eens, en dan moet je je nu al in allerlei culinaire tradities wegwijs maken. We besluiten door te rijden. BoLo laten we links liggen en we passeren de A10. Nu zijn we binnen de Ring. Daar waar het wemelt van de obscure koffietentjes die iedereen al kent. We gaan Lot Sixty One op de Kinkerstraat binnen. Aan de glimlach en het knotje van de barista te zien is dit dé plek voor *latte art*. Omdat superfood helemaal het ding is, bestellen we een rodebietensalade met macadamianoten en lijnzaad. Let op: in Amsterdam ben je overdag *healthy*, en zondig je 's avonds. Dan drinken we een lokaal gebrouwen speciaalbiertje bij een hamburger van een rund dat ergens in de omgeving van Alkmaar een heel goed leven heeft gehad. Zo'n aangelegenheid is ideaal om terloops op te merken dat het zo jammer is dat Heineken Brouwerij 't IJ schijnt over te nemen. Een mening die nog beter in de smaak zal vallen dan een IPA-biertje.

Zwijmelen in de Jordaan

Terwijl we je iets te lang naar de hazelnootbruine ogen van de barista zien kijken, vertellen wij je over de kalme romantiek van de Jordaan. De smalle grachtjes, de bloemen, de lantaarnpalen – Amsterdam staat niet voor niets bekend als het Venetië van het Noorden. De Lauriergracht is als de natte droom van Parijs. Geen plek is zo ideaal om als koppel met een Italiaans ijsje te flaneren. Je ziet het al helemaal voor je: zoenend op een bruggetje, onder het zwakke schijnsel van een lantaarnpaal, terwijl uit een openstaand raam een fado klinkt waar je heerlijk zwijmelend op mee kan neuriën.

Je bent aangekomen in de speeltuin van de seksualiteit

Hoe aantrekkelijk dit ook mag lijken: doe het niet! Dit is typisch toeristengedrag, iets waar je absoluut niet op betrapt wil worden. De Amsterdammer is single. Dus zorg dat je nog voor je dit stuk uithebt je *high school sweetheart* hebt gedumpt. Je bent aangekomen in de speeltuin van de seksualiteit en daar red je het niet met dat jarenvijftig-ideaal van romantische liefde. Totdat je na je studie settelt, heb je de tijd om je te ontwikkelen tot seksuele omnivoor. Flirt bijvoorbeeld eens met 'gay' en loop hand in hand met iemand van hetzelfde geslacht door de stad. Amsterdam is namelijk zó homotolerant dat niemand zich ervoor schaamt om je dan ongegeneerd aan te gapen. En voor die aandacht doen we het. Mocht je tegen wat homofobe opmerkingen



aanlopen, dan kun je altijd nog veilig terugkeren in je heteroseksuele jas. Als je al gay bent: doe vooral waar je zelf zin in hebt. Helaas hebben we voor jou geen veilige jas in de aanbieding.

Studeren aan het Koningsplein

Hoewel je het liefst de hele ochtend blijft experimenteren met je kersverse onenightstand, zal je ook nog weleens naar college moeten. Het is belangrijk dat je in de collegezaal over de juiste accessoires en vaardigheden beschikt. Wij adviseren om wanneer je een laptop van 12 inch of kleiner hebt, deze mee te nemen om de powerpoint-slides over te tikken. Als je een grotere laptop hebt, neem je een kladblok mee. Mocht je nou een heel mooi handschrift hebben dan ga je voor een Moleskine met lederen kaft en lichtgeel papier, waarin je met een vulpen schrijft. Zorg er verder voor dat je niet te vroeg komt (wie komt er nou te vroeg?) en ook niet te laat (dat staat zo onhandig), maar precies op het moment dat de hoorcollegedocent van dienst met zijn computer rommelt en een paar keer kucht. Het is bovendien belangrijk om tijdens het eerste hoorcollege al gelijk de blits te maken. Dus op het moment dat de docent wil weten of er nog zaken onduidelijk zijn, zorg dan dat jij degene bent die vraagt of de powerpoint nog op Blackboard komt. Niet alleen je docent waardeert dat ontzettend, ook je medestudenten zullen je bijdrage als zeer zinnig ervaren.

Maar uiteindelijk zijn de colleges slechts bijzaak, er zijn tijdens het academisch jaar maar een paar piekmomenten: de tentamenweken. Of je vader nou een huis voor je gekocht heeft in het centrum, of je met dertien onsmakelijk kauwende huisgenoten in Uilenstede bivakkeert: studeren doe je niet thuis. Daar word je namelijk alleen maar afgeleid. Dus ga je in joggingbroek en met een thermoskan koffie naar de UB om je voor te bereiden op je tentamens. Hoewel het eigenlijk niet kan, kan in de UB een hoodie ineens weer wel. Vergeet bovendien niet, mocht je toch afgeleid worden, om oogcontact te zoeken met die piekerende schuinsmarcheerder of dat flegmatieke zuchtmeisje. Maak je vooral geen zorgen als je niet al je tentamens haalt: studeren doe je om te vertellen wat je doet, als je er bijvoorbeeld nog niet voor uit durft te komen dat je aan je debuutroman of start-up werkt.

Geheime tip: spreek voor de gezelligheid met je studiegenoten af in de stilteruimte.

Cultuursnuiven op de IJpromenade

Voor je intellectuele ontwikkeling is alleen studeren niet genoeg, dus nemen we je mee naar de derde verdieping van het Muziekgebouw. Onze opa's gingen voor kunst nog naar het Leidseplein, maar tegenwoordig gebeurt het hier. We kijken uit over het IJ. Daarachter ligt het Eye-filminstituut: een plek voor de hoogste kunstfilm, waar de uitsmijter je zonder Cineville-pas niet binnen zal laten, ongeacht je schoeisel. Net daarvoor heb je de Toren. Daar komt binnenkort iets permanents, dan is het niet meer leuk, maar nu er nog tijdelijke dingen zijn is het geweldig. Stiekem zijn tijdelijke dingen altijd leuker dan vaste.

Let erop dat het bij elke vorm van kunst niet draait om wat je goed vindt, maar hóé je dat vindt. Zorg bijvoorbeeld dat je je verplichte *guilty pleasure* goed positioneert: ergens tussen 1982 (Toto – 'Africa') en 2004 (JoJo – 'Leave (Get Out)'). Wij weten dat je op regenachtige zondagmiddagen naar singer-songwri-

ters met hoedjes luistert, omdat je het net – conform onze tip – hebt uitgemaakt en toch je ex wel erg mist. Maar daar kan je in Amsterdam niet mee aankomen. Als iemand vraagt naar wat voor muziek je luistert, zeg dan met een strak gezicht: 'Euh ja, gewoon naar eh chille muziek.' Dat is meestal voldoende, maar soms wil een al te geïnteresseerd persoon nog weleens doorvragen. Daarom moet je ervoor zorgen dat je van een specifiek genre uit een niet-westers land houdt, het liefst iets wat je hebt leren kennen toen je er was.

Geheime tip: vertel elk jaar weer dat je niet meer naar de Parade gaat, omdat je niet van rosé houdt.

Bootcampen in het Vondelpark

Amsterdammers zijn niet alleen cultureel bovengemiddeld ontwikkeld, maar ook fit en gespierd. Het Vondelpark is bij uitstek een plek die geschikt is om fit en gespierd te zijn. De vele grasveldjes zijn speciaal gezaaid om keiharde sixpacks en strakke billen te oogsten. Zorg dat je er elke zondagochtend of woensdagavond bent voor een bootcamp-workout. Trek de juiste outfit aan. Een haltershirt of een sport-bh van een Amerikaans merk doen het altijd goed, net als fluorescerend gifgroene of lila loopschoenen. Informeer altijd vooraf even of de instructeur de training zonder shirt verzorgt. Opgepompte spieren zijn leuk, maar het is ook belangrijk dat je libido een boost krijgt. Met alleen trainen kom je er niet, dus moet je ook duidelijk maken dat je met voeding bezig bent. Zeg vanaf nu: 'Ik moet op mijn *carbs* letten' en 'Granen eten, dat doe ik dus echt niet meer.' Om die uitspraken flink kracht bij te zetten koop je dure proteïneshakes. Die kan je naar binnen werken terwijl je naar de trainer staart die crunches voordoet.

Waar mensen die conventionele sporten beoefenen vaak toewerken naar een of andere medaille, vinden jouw Olympische Spelen elke zomer plaats op de festivalterreinen. Als je gedurende het jaar voldoende hebt gebootcampt maak je kans op een ZS-nominatie (ZS staat voor 'zonder shirt'). Voor het festivalseizoen begint dien je daarvoor een aanvraag in te dienen bij een winkel in de Negen Straatjes, en als je aan alle eisen voldoet krijg je een ZS-certificaat mee waaruit blijkt dat je lichaam festivalproof is.

Geheime tip: neem een tatoeage met een écht diepe betekenis. Zodat als iemand ernaar vraagt, je kan verzuchten dat het een lang verhaal is.

Uitgaan op de werf

Het zou kunnen dat je uitgaan met het nachtleven associeert. Maar niet in Amsterdam. Het Nieuwe Uitgaan gebeurt overdag. Op de NSDM-werf is in de zomer bijna elk weekend wel een festival, met diezelfde chille muziek waarvan je eerder nog tegen iedereen hebt gezegd dat je daarnaar luistert. Een goed gespreksonderwerp tijdens zo'n festival is hoe niet-cool het Rembrandtplein is. Je kunt daar namelijk alleen 's nachts uitgaan, ze draaien er maar heel soms chille muziek en – het allerergste – het is alleen echt leuk met alcohol. Terwijl zuipen, in tegenstelling tot een pilletje, helemaal uit is.

Doe tijdens een saaie werkgroep vooral eens je ogen dicht en waan je op een zomerfestival. Shirtje uit, een pilletje in je mik, een zonnetje op je bol, je voetjes in een meertje. In de pauze kun je het dan hebben over welke drugs je al hebt gebruikt. Begin niet over een jointje, dat is zo casual dat je er niet over praat. Nee, je moet echt wel met wat beters komen. Bijvoorbeeld: eerst een likje M, toen een halfje, even stiekem naar de wc voor het een of ander en dan aftoppen met een beetje keta. Als je dan echt drugs gaat gebruiken, adviseren wij je om er enorm van te genieten – en vooral niet te denken aan de productieketen die erachter schuilgaat, wiens portemonnees je er precies mee vult en welke liquidatiegolf je er mogelijk mee in stand houdt.

Vrienden maken in de Oosterparkbuurt

Omdat Amsterdammers geen relatie hebben, hechten ze veel waarde aan hun vrienden. Stedelingen spreken niet thuis af. Een betere plek om dat te doen is het café. Natuurlijk, de stad kent veel plekken waar vriendschap gevierd wordt, maar nergens gebeurt dat met zoveel enthousiasme als in de Oosterparkbuurt. Naar de kroeg ga je redelijk netjes gekleed, alsof je net van kantoor komt. Let er wel op dat je altijd quasinonchalant binnenstapt. Doe bijvoorbeeld, terwijl je rondkijkt om je vrienden te vinden, even subtiel het bovenste knoopje van je overhemd open. Als je hip gezelschap hebt, is de kans erg groot dat ze staan. Zitten is namelijk iets van vroeger. Daarom is de inrichting van Bar Bukowski zo goed: sober, geen poespas, amper stoelen, de muziek zo hard dat je er lekker overheen kan schreeuwen, buiten zo weinig ruimte dat de helft van je vrienden op het fietspad staat. Kortom, een topkroeg.

Zuipen is, in tegenstelling tot een pilletje, helemaal uit

Let er daarnaast op hoe je vriendengroep er uitziet. Hebben bijvoorbeeld alle jongens een overhemd of *knitwear* en alle meisjes een Bretonse streep? Dan heb je een weinig gevarieerde vriendengroep. Uit onderzoek is gebleken dat er in Amsterdam – ondanks haar cultureel diverse populatie – relatief weinig interetnische vriendschappen zijn. Dat betekent dat dit dé kans is om jouw vriendengroep eruit te laten springen. Zoek iemand met een andere etniciteit, zorg dat diegene net zoveel van bier/witte wijn/ginger ale houdt als de rest, en laat hem of haar zich ertussen wurmen terwijl jullie in een stampvolle kroeg elkaar toeschreeuwen hoe leuk jullie het hebben.



Redetwisten in De Balie

Om buiten de deur je mannetje of vrouwtje te staan dien je ook een flinke portie stevige meningen op zak te hebben. Met name als je op locaties als De Balie, De Rode Hoed of een van de vele literaire cafés terechtkomt, kan je niet onbeslagen ten ijs komen. Een beetje Amsterdammer vindt van heel veel dingen heel veel dingen. Het uiten van een mening is een buitengewoon serieuze aangelegenheid. Daarom bieden we je een opinie aan waarmee je zo uit de voeten kan in het Amsterdam van 2015.

Soms zal je in een gesprek verzeild raken over de burgeroorlog in Syrië, de Griekse schuldencrisis of een ander onderwerp waarvoor je over te weinig feitenkennis beschikt om er iets zinnigs over te zeggen. Vind dan armoede en oorlog wel heel ernstig, maar benadruk vooral dat Het Vrije Woord de pijler is waarop de westerse beschaving rust. Het is de allrounder onder de opinies: je kunt hem laten sudderen in een islamofoob pannetje, gaar laten koken in een saus van zelf-feliciterende koloniale denkbeelden, maar ook marineren in marktwerking-mantra's. Mocht het water je nu al in de mond lopen, dan is De Balie dé plek voor jou. Daar schuimbekken ze als ze deze heerlijke mening voorgeschoteld krijgen.

Geheime tip: Maak niet de vergissing een positieve opmerking te maken over de PvdA, want daar stemt sinds vijf jaar echt niemand meer op. In Amsterdam heeft iedereen 'uiteindelijk toch maar D66 gestemd.'

Knaken maken op z'n Amsterdams

Gezien de hoogte van je studiefinanciering kan het weleens voorkomen dat je aan het eind van de maand krap zit. Dat betekent niet dat je dan maar een bijbaantje moet nemen. De hedendaagse Amsterdammer werkt niet voor een baas. Kies daarom voor werk dat beter bij je nieuwe identiteit past, zoals dj, escort en/of schrijver. Dat soort baantjes zijn bovendien een goede manier om je start-up te financieren. In Amsterdam is je concept-bedrijfsplan namelijk het toegangskaartje voor een leuk leven binnen de Ring. Wat je plan precies inhoudt is niet zo belangrijk, als het maar iets is waarbij je op een Apple-systeem moet werken, omdat ook jij Microsoft enorm kut vindt. Denk uitgebreid na over een logo en lettertype die uitstekend passen bij de papiersoort van je visitekaartje, want je wilt tenslotte wel ergens binnenkomen.

Als je rijke ouders hebt, heb je altijd een cent te makken. Dan is het ook leuk om dj te zijn, maar kun je er beter voor kiezen je te richten op je persoonlijke ontwikkeling en je cv. Wij raden je aan vrijwilligerswerk te doen. De stichting waarvoor je dan aan de slag gaat, zal je de Ring uit sturen om de mensen daar te helpen. Hoewel Amsterdammers het zich niet voor kunnen stellen, zijn er boze tongen die beweren dat er ook gelukkige mensen wonen in wijken als Venserpolder, Tuindorp Oostzaan en Osdorp. Maar dat deert niet, een barmhartige Mokummer voelt zich nooit te goed om ook de levens buiten de Ring te verbeteren. Jij kan ook zo worden als je onze tips opvolgt. Je mag jezelf en je nieuwe Ik dan schaamteloos Amsterdammer noemen. ↙

Timo Koren (Rotterdammer, woonachtig binnen de Ring) en Yannick Coenders (Amsterdammer, woonachtig buiten de Ring), hebben beiden net hun scriptie ingeleverd bij de master Social Sciences. Ze bloggen op foliaweb.nl en op hun eigen site onder de naam 'Lekker stereotyperen'.

Blokken op Bloc Party



tekst **Carlijn Schepers** illustraties **Vruchtvlees**

De een gedijt het beste op gierende gitaren om de omgeving niet meer te horen. De ander komt helemaal in een concentratiebubbel van zoetgevooisde vrouwen of getokkel van een contrabas. Moeten we massaal aan de Mozart omdat ons IQ daarvan omhoogschiet? Of leidt muziek alleen maar af, omdat onze hersens naast het opslaan van informatie verwoed proberen te bedenken wat de tekst ook alweer was van Katy Perry's 'Firework'?



Het valt direct op in de universiteitsbibliotheek: veel studenten sluiten zich met muziek af van de buitenwereld. Sommige bedekken hun oren helemaal met een Beats by Dre-koptelefoon. Anderen houden het bij witte Apple-oortjes. Waarnaar ze luisteren is voor hun medebiebgangers een raadsel – mits ze onder de asovolumegrens blijven. Blijkbaar helpt de muziek hen bij het studeren, omdat ze het getik, gefluister of gesmak van hun buren zo niet meer horen. Of omdat ze erdoor in een modus van opperste concentratie raken.

Het antwoord op de vraag of en welke muziek je moet beluisteren tijdens het studeren begint op internet. Het eerste wat opvalt is de enorme berg onderzoek – met zeer uiteenlopende resultaten. De ene onderzoeker claimt dat doodse stilte het beste werkt, de ander pleit voor Mozart en weer een ander raadt bombastische muziek af. Ook worden er veel luistertips gegeven. Een rijtje: Bonobo, Moby en Zero 7 (ambient), Gui Boratto en John Talabot (minimal), The Cinematic Orchestra en Portrico Quartet (jazz), Chopin, Vivaldi en Mozart (klassiek), en Mono, Yndi Halda en Sigur Rós (post-rock).

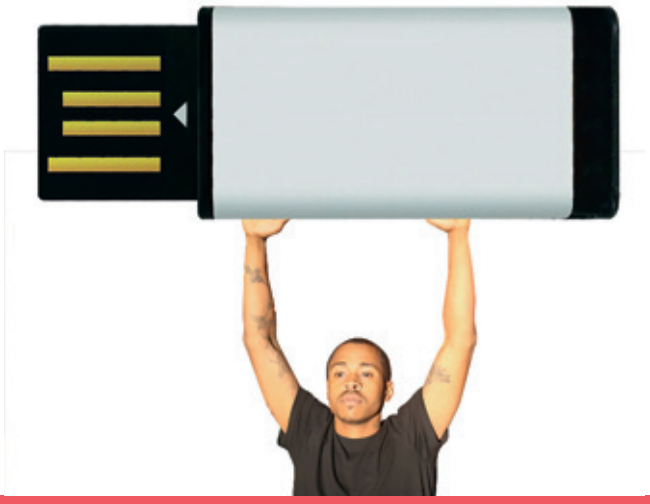
Non-onderzoek

Een artikel naar aanleiding van een onderzoek in opdracht van Spotify duikt op meerdere sites op. Dat zegt dat de bpm (beats per minute) en het genre van belang zijn. Het is volgens de onderzoeker een kwestie van je soundtrack aanpassen aan je studieonderwerp. Zo zou je bij wiskunde het beste klassieke stukken met zestig tot zeventig bpm kunnen luisteren, zoals Beethovens *Für Elise*. Klassieke muziek zou studenten helpen

Helpt de playlist 'Exam Study Classical Music To Increase Brain Power' nou echt?

langer te studeren en meer informatie te onthouden. Bij logisch denken, bijvoorbeeld wetenschappelijke vakken en talen, gebruik je je linkerhersenhelft en is muziek van vijftig tot tachtig bpm goed – denk aan 'Mirrors' van Justin Timberlake. Dit heeft een kalmerend effect op je geheugen, waardoor je nieuwe feiten beter kan onthouden. Bij creatieve inspanningen gebruik je vooral je rechterhersenhelft en doe je er goed aan naar emotionele pop of rock te luisteren, zoals bijvoorbeeld 'I Can't Get No (Satisfaction)' van The Rolling Stones. Deze muziek zorgt voor een uitgelaten staat en dat zou beter zijn voor de creatieve prestaties. Hierop inspelend verschenen er verschillende studeerplaylists op Spotify, waaronder 'Exam Study Classical Music To Increase Brain Power'.

Allemaal quatsch, volgens UvA-hoogleraar muziekcognitie Henkjan Honing. 'Ik kan me erg opwinden over dit soort non-onderzoek naar muziek. Vaak schrijf ik er boze blogs over. De claims suggereren dat het een recept zou zijn: luister naar dit nummer, dan gebeurt dit. Er is geen enkele reden aan te nemen dat dit zo is. Dit soort pseudowetenschap is feitelijk



LEROY SMEENK (24),
CULTURELE EN MAATSCHAPPELIJKE VORMING HVA
'Eigenlijk doet muziek te veel met me om ernaar te luisteren tijdens het studeren. Ik krijg dan energie en wil gaan dansen of zingen. Daarom is het alleen geschikt voor doe-opdrachten, zoals werken met een projectgroep of een verslag schrijven. Dan vind ik het heerlijk om elpees te draaien van bijvoorbeeld The Doors of Nina Simone, met dat fijne romantische kraakje van een platenspeler. Echt iets leren en onthouden doe ik het liefst in stilte. Soms speciaal met oordopjes in, omdat ik snel afgeleid ben. Of ik luister naar muziek die bedoeld is voor extra concentratie. "Study music alpha waves", typ maar eens in op YouTube. Deze trance-achtige geluiden geven me het gevoel dat ik in een bubbel zit en daardoor kan ik me beter focussen. Of dat nou een placebo-effect is of niet, voor mij werkt het!'



gewoon reclame. Ik heb het daadwerkelijke onderzoek van Spotify nergens kunnen vinden.'

Maar wat is er dan wél waar van alle uitspraken over muziek en studeren? Volgens Honing zijn er te veel tegenstrijdige uitkomsten om een helder advies te geven. 'Sommig onderzoek

'Van muziek kun je tijdelijk slimmer worden'

suggereert: twee zaken tegelijkertijd moet ten koste gaan van beide en dus je prestatie verslechteren. Ander onderzoek zegt juist dat muziek je stemming positief kan beïnvloeden, een gevoel van cocooning kan geven en zo je concentratie kan verhogen. Dat zijn ruwweg de twee kanten die de conclusies opgaan. Misschien zijn beide theorieën wel waar en is de literatuur daarom zo'n chaos. In ieder geval zijn dingen nog niet voldoende uit elkaar gehaald om de oorzaak van de onderzoeksresultaten te geven.'

Makiko Sadakata, assistent-professor muziekcognitie aan de UvA, vindt het niet zo gek dat er over muziek en studeren geen algemeen geldende resultaten zijn. 'Dat heeft zowel te maken met de aard van muziek als van studeren: beide zijn geen eenduidige bezigheden. Het is nogal een verschil of je sommen oplost of een essay schrijft. Maar ook muziek heeft uiteenlopende eigenschappen: er zijn bijvoorbeeld verschillende genres en het timbre en de beats per minute verschillen per nummer. Er is niet één magische muzieksoort waarnaar je het best kunt luisteren tijdens het studeren.'

Betere stemming

Wat wél getest en wetenschappelijk bewezen is: achtergrondmuziek kan het gedrag en de stemming van mensen beïnvloeden. *Honing:* 'Bijvoorbeeld het koopgedrag, maar ook cognitieve vaardigheden. Van muziek kun je tijdelijk slimmer worden.'

Hij legt uit dat dit komt doordat je voorkeursmuziek je stemming verbetert en je beter laat voelen. Het indirecte gevolg hiervan is dat het tijdelijk je intelligentie verhoogt. 'Dit is het bekende Mozart-effect: bij herhaling is aangetoond dat mensen die tien minuten luisteren naar Mozart enkele punten hoger scoren op een IQ-test. Maar wat blijkt? Dat gebeurt bij allerlei soorten muziek, niet alleen bij Mozart en zelfs niet alleen bij klassieke muziek. De enige voorwaarde is dat het muziek is waarvan je houdt. Als je je aan klassieke muziek stoort, dan werkt het niet.'

Het gaat dus om muziek die je leuk vindt. Daarvan word je vrolijker, meer ontspannen en alerter. 'Die status verbetert je prestaties,' zegt Sadakata. En Honing benadrukt dat de kunst bij studeren onder andere is om wakker te blijven. 'Muziek kan dat

goed voor elkaar krijgen. Tegelijkertijd moet je muziek je ook weer niet té alert maken. Dan kan je je niet meer concentreren.'

Instrumentaal of vocaal?

Het genre is ook van belang, maar niet op de manier waarop het Spotify-'onderzoek' suggereert. Het gaat erom hoe vaak je naar een bepaald genre luistert. Voor iemand die veel hardrock draait, leidt deze muziek minder af dan voor iemand er minder mee bekend is. Hetzelfde geldt voor het verschil tussen instrumentale muziek en met vocalen. Er wordt op verschillende websites gesuggereerd dat instrumentaal beter zou zijn, omdat je hersens anders ook tekst moet verwerken en er dan minder capaciteit overblijft voor het studeren. Sadakata kan er alleen maar over speculeren: 'Ik weet wel dat het verwerken van muziek en taal beide plaatsvinden in hetzelfde deel van de hersens. Je zou dus kunnen redeneren dat "het netwerk" dan overbelast raakt. Dat het een het ander in de weg zit in plaats van versterkt.'

Ook Honing kan hierover alleen zijn intuïtie laten spreken. 'Het lijkt me dat als je veel luistert naar een bepaalde zanger of zangeres, je hun werk goed kent en de muziek in feite al voelt aankomen. Dat is dan beter om te luisteren tijdens het studeren dan instrumentale muziek die alle kanten opgaat.'

'Het moet je ook weer niet té alert maken'

Of muziek de achtergrondkwaliteit heeft om ernaar te luisteren tijdens het studeren en je er niet te veel door wordt afgeleid, hangt volgens Honing dus af van drie factoren. 'Of je het goed kent, de structuur van de muziek en of je ervan houdt. Mijn tip aan studenten is: zorg dat je vrolijk en alert wordt als je studeert. Als muziek je daarbij helpt, moet je er vooral naar luisteren. Word je erdoor afgeleid, dan niet.' ↙

ANNE-FLEUR SCHNEIDER (20), PSYCHOBIOLOGIE UVA



'Ik hoor tot de groep mensen die juist níét naar muziek luistert bij het studeren. Soms zie ik weleens studenten in de bieb zitten met een koptelefoon op die bijna in een soort trance lijken, bij mij gebeurt dat niet. Integendeel, ik probeer altijd mee te zingen, ook al ken ik de tekst niet. Maar zelfs instrumentele muziek werkt niet. Misschien komt dat ook wel omdat ik naar jazz luister. Dat is nou eenmaal geen muziek waar je makkelijk inkomt, door de onvoorspelbare ritmes. Ik heb op aanraden van een vriendin ook wel van die speciale concentratiemuziek geluisterd, maar dat vond ik véél te *spiriwiri*. Die oosterse toontjes begonnen me al snel te irriteren. Bovendien ging ik erop letten of ik er geconcentreerder van werd. Dat werkt dus juist niet. Voor mij is stilte echt het best.'

TIARMA WITTE (24), MUZIEKWETENSCHAPPEN UVA

'Door mijn studie is luisteren naar muziek zélf vaak studeren voor mij. En als ik iets anders moet bestuderen, doe ik dat liever in stilte. Zeker als ik stof moet onthouden of proberen te begrijpen. Anders ga ik toch stiekem naar de muziek luisteren, wil ik zelf muziek maken of ga ik meezingen. Tenzij ik in het conservatorium zit en me wil afsluiten van de musicerende studenten om me heen; dan zet ik het liefst cooljazz of minimal op. Zoals "Ascenseur pour l'échafaud" van Miles Davis, een rustig, niet te dynamisch nummer met één terugkomend thema waardoor het niet afleidt. Toch merk ik wel dat ik dan langzamer studeer. Het kost me meer moeite me te concentreren. Maar als ik praktische dingen moet doen, zoals een presentatie voorbereiden, dan werkt de combinatie studeren en muziek prima.'



ONZE PLAYLIST

BOB VAN TOOR: Georg Friedrich Händel – 'Water Music'
'Lekker lang, geen tekst, af en toe een bekend stukje en dan weer gewoon dat heerlijk regelmatige gepruttel van de hoorns, wat een gevoel van opgeruimdheid, overzicht en optimisme geeft.'

NINA SCHUYFFEL: Usher – 'More'
'Perfect voor in de late uurtjes, wanneer de UB leegloopt en jij er nog even hard aan moet trekken. "Gonna push it to the limit, give it more!"'

YANNICK FRITSCHY: John Cage – '4'33"' (oftewel vieren-halve minuut vrijwel stilte)
'Ik denk dat absolute stilte het beste is om geconcentreerd te raken en dat de rest hooguit dankzij het placebo-effect nuttig kan zijn. Zelf maak ik hier soms dankbaar gebruik van, door te luisteren naar lichte klassieke muziek als concentreren niet lukt.'

STEPHAN VEGELIEN: (Spotify-playlist) Creativity Boost & Tiga - '(Far From) Home'
'Concentratiemuziek is geen kwestie van één nummer, maar van een aangesloten periode helemaal in de zone zitten, vandaar een playlist. Daarnaast heb je ook muziek nodig om opgepompt te worden en er echt voor te gaan.'

DAAN VAN ACHT: Ella Fitzgerald & Louis Armstrong – 'Let's Call the Whole Thing Off'
'Met jarenvijftig-jazz op de achtergrond vliegt een middagje papers schrijven zo voorbij, vooral wanneer vedetten Ella Fitzgerald en Louis Armstrong door de boxen klinken.'

HENK STRIKKERS: Bloc Party – 'Flux'
'Zonder "Flux" was het nooit gelukt om mijn scriptie voor de langstudeerboetedeadline in te leveren.'

WILLEM VAN EWIJK: Miles Davis – 'All Blues'
'Het thema speelt het hele stuk bijna onmerkbaar door op de achtergrond, en dat houd je in je concentratie. De solo's van Davis, Coltrane en Adderley zorgen voor vermaak en afleiding.'

CARLIJN SCHEPERS: Alt-J – 'Tessellate'
'Het is moeilijk kiezen tussen de nummers van Alt-J, die door de harmonieuze samenzang en lage bastonen allemaal de kwaliteit hebben je in een studeertrance te laten komen. Toch maar mijn favoriet dan: "Tessellate"'



INGEZONDEN MEDEDELING

Hogeschool van Amsterdam

AmsterdamFM
ether 106.8 kabel 103.3 amsterdamfm.nl

MAATSCHAPPIJ EN RECHT

AMSTERDAM LEEFT
FLIPPING THE CLASSROOM?

Het domein Maatschappij en Recht maakt wekelijks een live radioprogramma over onderwijs en onderzoek en de verbinding met Amsterdam.

Iedere vrijdag van 14:00 - 15:00 uur live vanuit de studio op de eerste etage van De Openbare Bibliotheek Amsterdam (naast het CS).

Kom langs om te kijken en te luisteren.

Luisteren?
- Ether 106.8 of kabel 103.3
- Live via amsterdamfm.nl
- Na afloop via soundcloud.com/maatschappij-en-recht



CREATING TOMORROW



HADJAR BENMILOUD

Leertijd

Wetenschappers zeggen dat je efficiënter leert wanneer je nieuwe dingen doet. Dan leer je misschien wel nooit meer zoveel als in je eerste jaar... waarin je ieder geval een paar van, zo niet al deze dingen gaat meemaken:

De eerste keer dat je zonder je ouders meer moet doen dan alleen ergens slapen en jezelf ademend houden – als je dingen niet goed voor jezelf regelt, slaap je helemaal nergens meer. Slaap je voor de eerste keer bij een vage kennis van een vage vriend omdat je kamer te duur was, onvindbaar is of het lokaas van oplichters blijkt te zijn... Slaap je voor het eerst met iemand die je daar eigenlijk niet leuk genoeg voor vindt, omdat je geen geld meer hebt voor de nachtbus. Of slaap je voor het eerst helemaal niet, omdat je vergeten was te leren voor je tentamen. (Of gewoon om een andere domme reden natuurlijk, wat voor niet-slapen eigenlijk altijd de beste reden is.)

Even belangrijk is die eerste keer dat je je verslaapt voor een belangrijke afspraak maar geen smoesje bedenkt omdat je beseft dat je daar te oud voor bent. De eerste keer dat iemand in je groepje iets niet doet – en je daar tóch volle verantwoordelijkheid voor moet dragen, omdat dat nu eenmaal zo werkt in een grote-mensen-participatiemaatschappij. Nooit vergeet je die eerste superpijnlijke keer dat je knallende ruzie hebt met (een van je) ouders, maar merkt dat je niet eens meer gelijk wilt krijgen. Je mist ze. Of die eerste keer dat je je realiseert dat je nog helemaal niet zo volwassen bent – en dat voorlopig ook niet van plan bent te worden. De eerste keer dat je de ergste bijbaan ooit aanneemt en daardoor nog beter weet wat je daarna wél wilt gaan doen. Fouten maken is onmogelijk, want daar leer je van. Toch een kleine tip: vergeet tussen al dat leren door niet naar je colleges te gaan. ↙

Je slaapt voor het eerst met iemand die je daar niet leuk genoeg voor vindt

tekst **Sophie van Oostvoorn** foto's **Daniël Rommens** en **Vera Duivenvoorden** illustraties **Vruchtvlees**

Geld stinkt niet

Financieel zelfstandig, dat word je niet zomaar. En pijn in je portemonnee ligt altijd op de loer. Hopelijk heb je wat lieve familieleden die je af en toe iets toestoppen. Maar hoe dan ook: verstandig met geld omgaan begint met inzicht krijgen in je inkomsten en uitgaven.

Zo, daar zit je dan, in je nieuwe studentenkamer. De eerste borrels staan gepland en je hebt al uitgevogeld waar je fijn boodschappen kan doen. Dan is dat maar vast geregeld, maar waar ga je al die biertjes op de borrel van betalen, en hoe zorg je ervoor dat je aan het einde van de maand niet aan de bruine bonen uit blik hoeft?

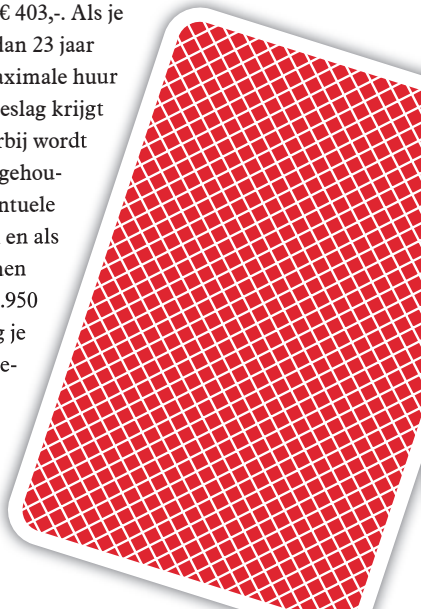
Bijvoorbeeld door een bijbaantje te regelen, huursubsidie en zorgtoeslag te fiksen en je ouders lief aan te kijken voor een maandelijkse bijdrage. Houd goed bij wat je verdient, zodat je aan het einde van de maand niet voor verrassingen komt te staan.

Aan de slag

Bijbaantjes zijn er ten overvloede in Amsterdam. Het barst natuurlijk van de cafés en restaurants, maar mocht dat niets voor jou zijn, dan kun je ook in het dichtstbijzijnde winkelcentrum een rondje maken om te kijken of ze nog op zoek zijn naar mensen. En zeg bovenal tegen iedereen dat je op zoek bent naar een baantje; wellicht heeft een van je vrienden wat gehoord.

Je kunt bijvoorbeeld ook gaan oppassen: via websites als oppasstudent.nl of hulpstudent.nl kun je je opgeven als oppas en daar kunnen ouders op reageren. Daarnaast zijn er ook tientallen uitzendbureaus speciaal voor studenten waar je vlot aan de slag kunt. En ben je goed in samenvattingen maken? Daar kun je ook nog wat geld mee verdienen, via websites als Stuvia.nl en Studeersnel.nl.
Vergeet ook niet je toeslagen aan te vragen: de zorgtoeslag dekt een best deel van je zorgverzekering. Ook is het aan te raden om te checken of je huurtoeslag kan krijgen. Als je jonger bent dan 23 jaar krijg je die als je huur lager is dan € 403,-. Als je ouder bent dan 23 jaar dan is de maximale huur waarbij je toeslag krijgt € 710,-. Daarbij wordt er rekening gehouden met eventuele huisgenoten en als je jaarinkomen meer dan 21.950 euro is, krijg je geen huurtoeslag.

Kom je nog niet uit, dan



Matthijs van Westerop
(20 jaar)

Tweedejaarsstudent economie & bedrijfskunde
Inkomen: 920 euro per maand

'Ik heb twee bijbaantjes: eentje bij de bediening in het Mercure-hotel en voor de ander verwelkom ik toeristen in hun gehuurde appartementen. Gemiddeld werk ik zo'n 8 uur per week, met uitschieters richting 15 uur. Daarmee verdien ik ongeveer 200 euro per maand. Daarnaast krijg ik nog een basisbeurs en leen ik 200 euro per maand bij. Ook krijg ik een maandelijkse bijdrage van mijn familie van 250 euro.

Allebei de baantjes vond ik via-via: het baantje in het hotel via mijn neef en het andere baantje via een vriend. Bij mij kwamen de baantjes dus een beetje aanwaaien, maar als ik nu om werk verlegen zou zitten, zou ik actief gaan zoeken: rondvragen bij vrienden en navraag doen in cafés of ze nog mensen zoeken.'



'Veel studenten kennen de nieuwe stufi niet'

kun je een lening afsluiten bij Dienst Uitvoering Onderwijs (DUO). De studiefinanciering van DUO bestaat uit vijf onderdelen, waarvan de basisbeurs is komen te vervallen. Zo heb je ook de aanvullende beurs, studenten-ov-chipkaart, duo-lening en het collegegeldkrediet.

Ouders of DUO?

Je kunt bijvoorbeeld aanspraak maken op de aanvullende beurs wanneer je ouders niet zoveel kunnen bijdragen. Met de Rekenhulp van DUO kun je op de website berekenen wat je ouders in theorie kunnen bijdragen en dat wordt afgehaald van de maximale aanvullende beurs van 268,55 euro per maand. Daarnaast kun je een DUO-lening afsluiten en geld lenen voor je collegegeld: het collegegeldkrediet.

Lenen of niet lenen? Om je helpen die vraag te beantwoorden heeft het Nationaal Instituut voor Budgetvoorlichting (Nibud) een geldwijzer voor studenten uitgebracht. Daarin worden drie stappen in beeld gebracht om een goede afweging te kunnen maken. De eerste stap is je inkomsten in kaart brengen: wat verdien je met je bijbaantje, krijg je toeslagen en heb je extra inkomsten? De tweede stap is je uitgaven in beeld brengen: hoeveel ben je kwijt aan huur, eten, studie, telefoon en sparen? De laatste stap is de afweging maken: is er bijvoorbeeld een manier om je inkomsten te verhogen, je uitgaven te verlagen of bijvoorbeeld elders geld te lenen?

De Geldwijzer

Volgens het Nibud zijn de belangrijkste redenen om geld te lenen voor studenten de gunstige leenvoorwaarden, omdat ouders het aanraden of om ouders niet te belasten. Maar ook luxe is een reden om extra geld bij te lenen. Uit datzelfde onderzoek blijkt dat veel studenten niet op de hoogte zijn van de veranderingen, maar ook niet van de mogelijkheden van de huidige studiefinanciering.

Mede daarom heeft het Nibud de Geldwijzer Studenten uitgebracht. In dit boekje worden alle facetten van je studenteninkomen en uitgaven uitgebreid besproken en geïllustreerd met voorbeelden. Dus wil je het echt serieus aanpakken, of hebben je ouders nog veel vragen, dan kun je dit boekje bestellen via de website van het Nibud.

Natuurlijk moet je de lening weer terugbetalen na je studie en wanneer je je studie niet afmaakt, moet je de kosten van je studenten-ov terug betalen. Lees in het kader meer over een lening bij DUO.

There's an app for that

Goed, het geld is binnen – dan kan het uitgeven beginnen. Volgens onderzoek van het Nibud zijn de grootste kostenposten je huur, collegegeld en boeken, boodschappen en 'vrijetijdsuitgaven'. En dan moet je natuurlijk nog rekening houden met je telefoonrekening, verzekeringen en onverwachte uitgaven – bijvoorbeeld als je band lek gaat, want er liggen nogal eens glasscherven op straat in Amsterdam.

Om te voorkomen dat je fiets wekenlang ongebruikt voor de deur staat – want geen geld voor de fietsenmaker – en jij elke keer de tram moet pakken, is het dus aan te raden om je uitgaven op een rijtje te zetten en te zien wat



Scoor korting met je collegekaart

je per maand overhoudt. Of je dan een huishoudboekje moet gaan bijhouden? Welnee, daarvoor zijn hartstikke handige apps. Neem bijvoorbeeld de mobiele apps van de verschillende banken: daarmee weet je altijd wat er op je rekening staat en kun je zien waar je geld allemaal naartoe gaat. Of je kan kiezen voor de Uitgaven-Kosten Tracker of de Huishoudboekje-app, hier kun je bijvoorbeeld ook bonnetjes mee inscannen.

Daarnaast zijn er ook leuke manieren om je uitgaven binnen de perken te houden. Zo krijg je veel korting met je studentenkaart: denk aan een dagje Artis – daar betaal je als student drie euro, anders bijna twintig! Ook bij verschillende musea, bioscopen en sportscholen krijg je korting op vertoon van je collegekaart. Dus check even de tent waar je heen gaat die avond, misschien krijg je met je collegekaart of de gratis te bestellen Nachtstudentpas wel korting.

Hand op de knip

Maar wat nou als je na een tijdje toch wat maand overhoudt aan het einde van je geld? Er zit niets anders op: bezuinigen. Pak pen, papier, afschriften en een biertje, want leuk gaat het niet worden.

HANDIGE BUDGET-APPS

Wiebetaaltwat
Android
Gratis

Alleen eten is saai en bevordert bovendien het veraardappelen, zoals Gerrit Komrij zo bloemrijk stelde. Eet dus zoveel mogelijk samen. Maar pas op: in iedere vriendengroep is er die ene die nooit een rondje haalt en die nooit zal aanbieden om de boodschappen ditmaal te betalen. Daar zijn tal van oplossingen voor, variërend van dreigen met grof geweld tot e-mailbombardementen. Handiger is een van de vele applicaties waarbij je in een groep of huis kunt bijhouden wie wat betaalt en de onderlinge saldi kunt bekijken. Wiebetaaltwat is daarvoor de meest gebruikte applicatie en tevens de minst gewelddadige manier om toch je geld terug te krijgen.

Our Budget Book
Android
Gratis (€2,99 voor Pro)

Tot vorig jaar sprong iedere student op de 23e van de maand een gat in de lucht: de stufi was binnen en alles kon weer betaald worden. Vanaf dit jaar moet je door de invoering van het leenstelsel ieder dubbeltje drie keer omdraaien en dat vraagt om een goed huishoudboekje. De applicatie Our Budget Book laat je voor elke kostenpost een maandelijks budget kiezen en houdt vervolgens precies bij wat je waaraan uitgeeft. Daarnaast geeft het je allerlei gratis grafieken om te zien wat je grootste kostenposten zijn en hoeveel er paar maand in- en uitgaat. Mocht het allemaal misgaan, dan kun je ook nog eens je ouders je geldzaken laten inzien als je thuis gaat bedelen om een bijdrage.



Mark Verweij
(23 jaar)

Vijfdejaarsstudent economie & bedrijfskunde
Inkomen: 1390 euro per maand

'Afgelopen jaar heb ik een bestuursjaar gedaan bij Sefa. Dat kostte me soms wel meer dan 40 uur per week, waardoor ik geen tijd had voor een bijbaantje. Gelukkig krijg je als bestuurslid wel een maandelijkse beurs van 530 euro en daarbij leende ik nog 860 euro per maand.

Naast mijn bestuursjaar ben ik bezig geweest met het opzetten van een eigen onderneming, namelijk het ontwikkelen van pleisters voor op je fietszadel. En voordat ik mijn bestuursjaar deed, had ik samen met twee vrienden een eigen kledingmerk. Ik vind het leuk om te ondernemen naast m'n studie, omdat ik op die manier veel meer leer over de praktijk.

Voordat ik voor mezelf werkte, deed ik dat voor een uitzendbureau. Je kan zoveel werken als je zelf wil en het verdient best goed, ongeveer een tientje per uur. Dat zou ik eerstejaarsstudenten ook aanraden om te doen: inschrijven bij een uitzendbureau.'

Jos van Loon
(34 jaar)

Master Public International Law UvA
Inkomen: 600-700 euro per maand

'Als bijbaan naast mijn studie werk ik als portier bij een hotel, via een vriend ben ik daar ooit ingerold. Toen ik even gestopt was met studeren, heb ik ook fulltime als portier gewerkt. Het is een prettig baantje: de uren zijn flexibel en je krijgt fooi. Jammer genoeg heeft het weinig met mijn studie te maken. Toch zou ik een baantje als portier aanraden: weinig mensen denken aan een bijbaan bij een hotel, dus wie weet zijn er nog wel vacatures bij een hotel in de buurt van je woning of de universiteit.

Nu is dit bijbaantje mijn enige inkomen, ongeveer 600 á 700 euro per maand. Doordat ik een aantal keer van studie ben gewisseld, kan ik nu geen geld meer lenen bij DUO. In het verleden heb ik wel iets bijgeleend, maar als ik zou kunnen kiezen, zou ik het lenen achterwege laten.'

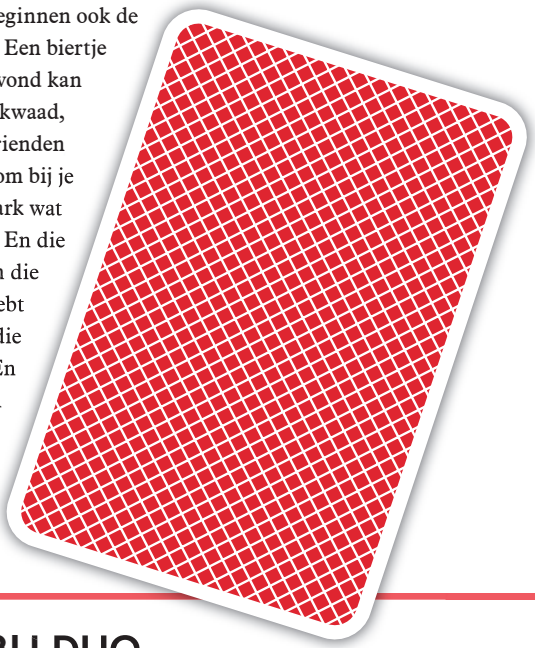


Kook eens wat vaker samen

Hoewel het wel makkelijk zou zijn, kun je op huur en collegegeld moeilijk besparen. Dus wat hebben we nog meer: ah, de telefoonrekening. Check eens bij studentenproviders, lever wat MB'tjes per maand in of verstuur wat minder Snapchats. Dan je boeken: als je ze nog niet allemaal in huis hebt gehaald voor het hele jaar kun je bijvoorbeeld wat tweedehandsjes halen of kijken of je via je studievereniging korting kan krijgen.

Hmm, de kosten van de kroegavonden beginnen ook de pan uit te rijzen. Een biertje minder op een avond kan natuurlijk nooit kwaad, maar je kan je vrienden ook uitnodigen om bij je thuis of in het park wat te gaan drinken. En die nieuwe schoenen die je vorige week hebt gekocht, waren die nu echt nodig? En die goede doelen die je steunt houden het vast wel een paar maanden uit zonder jouw bijdrage.

Ook kun je overleggen met je huisgenoten: leg uit dat je wat minder te besteden hebt en vraag of ze wat vaker samen willen koken. Of misschien hebben ze wel betere budgettips dan deze *Folia*-redacteur van dienst. En het is ook geen ramp als je aan het einde van de maand een beetje krap zit; kun je die bruine bonen uit blik ook een keertje proberen. ↙



LENEN BIJ DUO

Wanneer je 18 jaar of ouder bent, heb je recht op studiefinanciering. Als je jonger bent dan 18 heb je er vanaf de maand oktober van je eerste studiejaar recht op. Gedurende je hele studie, ofwel je nominale studieduur (het aantal studiepunten gedeeld door 60), heb je recht op studiefinanciering. Er zijn drie soorten leningen: basislening, aanvullende lening en het collegegeldkrediet. Per maand kun je maximaal zo'n 1000 euro bijlenen aan basislening en collegegeldkrediet.
Het terugbetalen begint twee jaar na het afronden van je studie. In die twee jaar mag je al aflossen, maar is het nog niet verplicht. De rente wordt al tijdens je studietijd vastgesteld voor vijf jaar, na die vijf jaar wordt de rente aangepast. Je betaalt het geld in maximaal 15 jaar (oude stelsel) of 35 jaar (nieuwe stelsel) terug en in het jaar voordat je gaat aflossen stelt DUO een maandbedrag vast. Dat hangt af van het aantal jaren waarover je aflost, hoe hoog de schuld en het rentepercentage zijn en wat je inkomen is.



Studis

iOS & Android

Gratis

Vraag een student om mee te gaan naar een restaurant, museum of bioscoop en de kans is groot dat die reageert met de wedervraag: ‘Is er studentenkorting?’ Daarom hebben HvA-studenten commerciële economie de app Studis op de markt gebracht. Daarmee kun je in één oogopslag zien welke ondernemingen in de buurt studentenkorting aanbieden. Negeer de kaart, die is nogal onoverzichtelijk en traag, maar als je rechtsonderin de app klikt, dan zie je een overzicht van alle aanbiedingen per categorie, en hoe ver je moet lopen om te kunnen genieten van je welverdiende studentenkorting. Want laten we eerlijk wezen: het studentenleven is al duur genoeg. Je moet wel geld overhouden voor een biertje of twee.



Hooked!

iOS & Android

Van gratis tot 15 euro

Nuttig is deze app niet, al word je wel steengoed in pubquizzen. UvA-onderzoeker Ashley Burgoyne ontwikkelde voor het Nederlands Instituut voor Beeld en Geluid de muziekherkenningsapp Hooked!. Gebruikers van de app krijgen steeds een nummer uit de Top 2000 vanaf een willekeurig couplet of refrein te horen en moeten dan zo snel mogelijk laten weten of ze het kennen. Hoewel wij natuurlijk nooit zullen aanraden Hooked! tijdens college te doen, kun je dit spel wel tegen je klasgenoten spelen. Niet alleen erg leuk, je helpt er ook nog eens het onderzoek van de Music Cognition Group van de UvA mee.



Trein - 100% snelste

iOS

Gratis of 2 euro voor de pro-versie

Direct zien wat de alternatieven zijn als er een trein uitvalt, en dus altijd de snelste verbinding vinden: dat was de missie van Sander de Koning, derdejaarsstudent International Business & Management Studies aan de HvA. Dat lukt aardig: zijn app is sneller dan alle andere trein-applicaties die op dit moment voor de iPhone beschikbaar zijn. Je kunt stations selecteren waar je vaak komt, waarna de app direct de eerste vier treinen die vanaf daar vertrekken laat zien. Daarnaast laat hij de snelste treinreizen zien van het ene naar het andere station en krijg je een overzicht van storingen en werkzaamheden op het spoor.



Met Lucky de laan uit

Voordat hij als Lucky Fonz III zijn liedjes wereldwijd ten gehore bracht, zwoegde Otto Wichers in UvA-colleges, Crea-studiootjes en zijn studentenkamertje aan het Bijltjespad. Tien jaar later neemt hij ons mee op een tocht door het Amsterdam van zijn studietijd; langs twee studies, mooie liedjes, veel liefde – en een behoorlijke reeks ontslagen.



tekst **Bob van Toor**
foto's **Bram Belloni**

'Dit café is een plek van behoorlijke tegenslag voor mij,' zegt Otto Wichers (34), terwijl hij de laatste hap neemt van een tosti in café De Doelen. Zijn studietijd en onze wandeling beginnen aan de Oudezijds-kant van het centrum: in de studentenflats aan het Bijltjespad, de collegezalen van de Oudemanhuispoort en hier, onder het markante bord 'Oorlam' dat de hoek van de Kloveniersburgwal en de Staalstraat markeert.

'In 1999 ging ik communicatiewetenschap studeren en ik fietste elke dag door de Staalstraat naar de Oudemanhuispoort, voor die massale colleges,' vertelt hij als we opstaan en de tocht aanvangen. 'Ik heb ongeveer bij alle tentjes in deze straat gewerkt. Daar, bij dat koffietentje, Puccini. Ik werd al snel ontslagen: ik kon helemaal niks. Ik liet ongeveer elke dag een taart uit mijn handen vallen, inclusief die glazen taartdrager.'

Stille student

'Op de een of andere manier dacht ik dat horeca iets voor mij was. Café De Doelen vond ik een gezellig hoekje, en ze zochten altijd mensen. Maar ze hebben me niet eens aangenomen!' 'Ik heb het daar nog steeds moeilijk mee. Misschien hadden ze het van Puccini gehoord,' zegt de zanger, terwijl hij koers zet naar de universiteit waar hij zes jaar studeerde.

Spoiler: het zou uiteindelijk helemaal goedkomen. In de maand dat Otto zijn studie afrondde, bracht hij zijn debuutalbum als Lucky Fonz III uit, kort daarna won hij de Grote Prijs van Nederland en nam zijn carrière een vlucht. Maar enkele jaren daarvoor zat de stille student Otto Wichers nog eenzaam op zijn studentenkamer naar plaatjes van folkzanger Woody Guthrie te luisteren.

'Als 18-jarige in Nijmegen wist ik meteen dat ik hierheen wilde. Ik had een vage fantasie dat ik iets met muziek wilde – ik dacht, daarvoor moet ik toch in Amsterdam zijn.' De dagen voor de Intreeweek fietste hij eindeloos door de stad, met een kaart. 'Ik vond het heel bevrijdend. Als een eeuwige vakantie, omdat ik wist dat ik er bleef wonen,' zegt Otto, terwijl hij de poort van het Binnengasthuisterrein binnengaat.

Ongelukkig

In de respectabele gebouwen van het voormalige ziekenhuis zaten tot vorig jaar servicebureaus, studentenverenigingen en Crea, het creatieve centrum van de universiteit. Nu staan de gebouwen leeg hun lot af te wachten – misschien als moderne universiteitsbibliotheek, misschien in de verkoop. 'Het is wel leeg zo, hè? Hier heb ik mooie tijden doorgebracht,' zegt hij. Muziek maken in de goedkoop te huren studiootjes, en werken





achter de bar in het Crea-café. ‘Ben ik óók ontslagen. Omdat we altijd bezopen achter de bar stonden. Een massa-ontslag was het. Ik moest er wel om huilen. Omdat ik het daar zo fijn had. Maar ik snap het ook wel - ik ben gelukkig nooit onterecht ontslagen,’ lacht hij. ‘Ik heb de horeca van Oost naar West doorgewerkt.’ Dat is dan ook de koers die we aanhouden.

Het eerste jaar communicatiewetenschap was geen succes. De student Otto zat thuis, werkte niet aan zijn studie – laat staan aan liedjes. ‘Ik kon me nergens op concentreren. Ik heb gemengde herinneringen aan mijn studietijd. Zeker in mijn eerste jaar was ik niet gelukkig, anders had ik wel meer mijn best gedaan.’

‘We stonden altijd bezopen achter de bar’

Boot gemist

We lopen het Spui op: met zijn boekenmarkten en -winkels het centrum van lezend Amsterdam. Maar ook het hart van de universiteit en daarmee van protesten en bezettingen, zoals recent die van het Maagdenhuis. Voor Otto betekende het Spui iets heel anders: muziek. ‘Hier, bij Athenaeum, kocht ik de Engelse muziekmagazines. Die hadden ze op niet veel plekken, en vóór het internet moest je de nieuwste coole bands uit tijdschriften als *NME* halen.’ Het voedde zijn fantasie, over een leven dat hij ook wel wilde. ‘Als ik terugdenk aan die tijd voel ik een soort brandend verlangen, een onmacht om ook maar in de buurt te komen bij de situatie waarnaar je verlangt. De grap is dat het uiteindelijk best goed gelukt is, maar toen had ik het gevoel dat het daarvoor al te laat was, dat ik eerder had moeten beginnen, zo’n gevoel dat je de boot hebt gemist, of in elk geval gaat missen. Terwijl je studietijd juist een soort buutvrij is, een tijd waarin je jezelf mag trainen en zonder consequenties fouten kunt maken.’

Keerpunt

Hij wisselde van studie – zo assertief was hij dan nog wel, vertelt Otto. ‘De communicatieopleiding was chaotisch, en ik voelde een intuïtieve interesse voor Shakespeare en negentiende-eeuwse Engelse schrijvers.’ Hij werd een geesteswetenschapper, en dus leidt de weg over de Spuistraat, naar het P. C. Hoofthuis en het Bungehuis. ‘De studie Engelse taal- en letterkunde was meer artistiek gericht, en paste bij mijn rock-’n-rolldromen. Ik dacht toen: waarom de fuck studeer ik communicatiewetenschap? Terwijl ik nu zo veel heb aan die propedeuse! Basic dingen, hoe pr werkt – heb ik toen geleerd. Al mijn studiegenoten werken nu in theaters en in de media, ik kom ze overal tegen.’

Toch bleef het ploeteren op zijn nieuwe studie – studeren was vrijblijvend. ‘Voor iedereen hoor. Ik had huisgenoten die twaalf jaar studeerden. Ik vind dat je die vrijheid ook best mag hebben. Ik ben zelf een goed voorbeeld: pas toen ik in mijn derde jaar op uitwisseling ging naar Edinburgh kwam er een enorm keerpunt in mijn studie. Het niveau lag daar een stuk hoger, studenten wílden een *fucking* goed essay schrijven, uit liefde voor de letterkunde. Ik werd verliefd op een meisje dat trouwens later schrijfster is geworden, en ik ging keihard studeren. En dan wordt het ineens zo leuk, als je al die shit echt leest.’ Hij sloot zich voor het eerst aan bij studentenverenigingen, en ontdekte de folkmuziek. ‘De muzikanten zongen daar liedjes van Robert Burns, die ook in literatuurcolleges behandeld werd – alles viel samen. Toen ben ik begonnen met liedjes schrijven.’

Seks in de UB

Het Bungehuis is leeg – de statige letterenfaculteit wordt over een halfjaar verbouwd tot sjiek hotel – maar open, en Otto loopt naar binnen. In de gelambriseerde lift hangt nog altijd een stokoude telefoon, met ‘3710’ op de draaischijf gekrabbeld. Otto’s ogen beginnen te glimmen. ‘Let op!’ Hij toetst het UvA-nummer plus de cijfercombinatie, en na een gespannen moment schalt het gerinkel door de lift. Hij schatert. ‘Ik had de nummers van alle liften in mijn telefoon. Dat belde ik voor





ik instapte, en nam in de lift de telefoon op en zei dan: “Holy shit! Écht?!” of tegen de andere persoon in de lift: “Hier, het is voor jou”.’

Boven, in de grote, stille bibliotheek van het Bungehuis, schreef hij zijn eerste liedjes. Terwijl hij schreef over Bob Dylans teksten, en diens zoektocht naar wat mensen raakt, maakte hij liedjes als “The Beat” en “Poor Carolina”. ‘Mijn debuutalbum ontstond in de momenten dat ik even afleiding wilde.’ Nog steeds zoekt hij vaak de universiteitsbibliotheken op om geconcentreerd te kunnen schrijven, zegt Otto als hij de trappen van het Bungehuis weer afdaalt. ‘Nooit de UB, daar ga je toch alleen heen voor seks, om meisjes te versieren. Ik heb een heel fijn bibliotheekje, maar dat ga ik niet prijsgeven – dan is het er misschien gedaan met de rust.’

‘Je studententijd is een soort buutvrij; je mag fouten maken’

Heel erg high

De Negen Straatjes zijn druk, kleurrijk en de perfecte omgeving voor de zanger, die overal mooie dingen aanwijst. Een etalage met mooi gemaakte houten beeldjes, een zeefdrukker met kleurrijke prenten, die Otto graag koopt als verjaardagscadeaus voor vrienden. ‘Hier is mijn tocht langs horecabaantjes gestopt, bij De Doffer. Daar heb ik één dag gewerkt. Wat er gebeurde die dag? Ik durf het bijna niet te zeggen...’ hij gniffelt. ‘Ik was op m’n proefdag zó high’ - hij doet voor hoe een twintigjarige Otto Wichers onder zware invloed een biertje tapte. Toen een klant vroeg of het wel goed met hem ging, leunde hij over de bar naar voren en zei samenzweerderig: ‘”Dat komt omdat ik héél erg high ben.” Bij De Doffer zijn ze toch wel wat gewend, maar ik mocht niet blijven.’

Gelukkig vond hij een bezigheid die hem beter lag: in Café Sappho aan de Vijzelstraat begon hij op te treden met het Amsterdam Singer-Songwriters Guild. ‘Elke dinsdagavond, fantastisch was dat. Tegenwoordig is het in het Backstage Hotel aan de Marnixstraat, ik kan het iedereen aanbevelen. Ik ontmoette er integere muzikanten, die met elkaar gezellig bezig waren zo mooi mogelijke liedjes te maken. Totaal geen X-factor-kapsones – ik was de enige die met z’n ass op televisie wilde, haha!’ Artistieke integriteit, in de gaten houden waarvoor je het doet, vindt hij heel belangrijk. ‘Het is eigenlijk net als wetenschappelijke integriteit. Mijn scriptie was behoorlijk artistiek en creatief, maar wel wetenschap. Het meetbare en het poëtische moeten hand in hand gaan, in alle wetenschapsgebieden.’

Opnieuw beginnen

Dat Sappho een seksueel vrijgevochten lesbi- en transseksuelencafé was, vond hij des te mooier. Ook in dat opzicht is elke studententijd een ontdekkingstocht, zegt Otto als we aankomen bij het eindpunt van zijn wandeling: legendarische disco De Trut. Alleen op zondagen is hier iets anders te zien dan de onopvallende voordeur; dan verzamelt zich een bont gezelschap homomannen, lesbiennes, bi’s en iedereen die daar graag tussen danst.

cv Otto Wichers

1981 Geboren in Gouda
1999-2000 Communicatiewetenschap
2000-2005 Engelse taal- en letterkunde
2005 Debuutalbum (zonder titel)
2006 Grote Prijs van Nederland Singer-songwriter
2008 Huismuzikant *DWDD*
2010 Eerste Nederlandstalige album *Hoe je honing maakt*
2010 Hitsingle ‘Ik heb een meisje’
2013 Album *All of Amsterdam*
2014 Cabaretvoorstelling *Neurose, geur en maneschijn*



1 Café De Doelen
2 Binnengasthuis
3 't Spui
4 Bungehuis
5 Café De Doffer
6 De Trut

Otto's wandeling, vol liefde en liedjes, eindigt bij zijn eerste zoen in Amsterdam. 'Een jongen van Puccini had me mee uitgevraagd hierheen. Ik vond de sfeer fantastisch. Ik weet zelfs nog het liedje dat speelde toen we gingen zoenen: "Playground love", van Air. Met die zin: *I'm a highschool lover*. Prachtig.' Met die collega werd het niks – zijn liefdesleven was in zijn studiejaren trouwens überhaupt een slagveld. 'Ging ik koken voor een meisje op wie ik superverliefd was, heb ik haar bijna vergiftigd, zó zwartgeblakerd was het.'

Maar dit alles levert tot de dag van vandaag inspiratie op. Inmiddels heeft hij een vriendin gevonden, internationale tours gedaan, een cabaretvoorstelling gemaakt en enkele van zijn verhalen in *Das Magazin* gepubliceerd. Hij werkt aan een meer poppy Nederlandstalig album. En pas nu weet hij wat zijn studie eigenlijk voor hem betekent, zegt hij voor we afscheid nemen.

'Die ongelukkige jaren waren misschien ook wel nodig. Maar als ik nu mezelf in de intreeweek mocht toespreken, zou ik zeggen: besef nou dat je voor het eerst echt vrij bent. Je hoeft niet, zoals op school, ergens van negen tot vijf te zijn. Je kunt doen wat je wil! Je kunt 't ook niet doen. Maar het is hét moment van opnieuw beginnen, linksom of rechtsom. Van nadenken over wat je belangrijk vindt: als je rijk wil worden kun je daaraan gaan werken, of als je heel goed wil worden in een bepaald vakgebied. Of beroemd. Of als je gewoon een chill leven wil hebben waarin je vrij weinig doet – daar kun je ook op aansturen. Maar dat heb ik even gedaan, en ik wilde iets heel anders. Het is goed gelukt.' ↙

ADVERTENTIE

Wil jij een Media Markt studenten verrassingspakket t.w.v. €1000,- winnen?



Koop nu jouw laptop of tablet bij Media Markt Amsterdam Centrum en maak kans!*

*Minimale besteding van €150,-
*Actie geldig t/m 30 september
*Alleen op vertoon van je studentenpas

Media Markt Amsterdam Centrum
Oosterdokskade 67, 1011 DL Amsterdam

Openingstijden
Ma. t/m vr. 10-21 uur, za. 10-20 uur, zo. 12-20 uur

Parkeren
1e uur gratis (parking centrum Oosterdok) bij besteding van minimaal €50,- in de winkel

Media Markt®
Ik ben toch niet gek.



EMMA CURVERS

Dump je fiets

De fiets wordt om vele redenen bezongen als het ultieme studentenvoertuig, meestal terecht. Slechts bij één levensdoel vormt de fiets de ultieme belemmering: seks.

In mijn onderzoek onderscheidde ik drie kernproblemen. Neem de volgende situatie, die we de T-splitser noemen: jij en je beoogde bedpartner staan buiten. De deal is nog verre van bezegeld en je weet dat die ander een compleet andere kant op moet. Het moment van actie glijdt voorbij terwijl je mijmert over een lekke band: dan bood je je bagagedrager aan ('Duivendrecht? Geen probleem!'). Of beter nog, twéé lekke banden. Dan hield je een taxi aan, stopte het object van begeerte erin en riep je in het Arabisch 'kinderslot!'. Nu fietsen jullie van elkaar weg, huilend.

Een erger scenario is 'de wegfietser'. Jullie fietsen samen en je hebt al drie afslagen gemist. Het begint sneu te worden, dus je zegt dat je maar eens afslaat. Wat? Er wordt niet afgestapt! De wegfietser grijpt het groene stoplicht aan om wild zwaaiend van jou weg te fietsen. Je wilt erachteraan, maar helaas houdt een greintje zelfrespect je tegen. Let op: trek niet de voorbarige conclusie dat de wegfietser niet wil. De fiets is slechts het ontsnappingsvoertuig van slimme fietsers die de veel ergere situatie 3 willen ontwijken: de cockblocker.

Nu fietsen jullie van elkaar weg, huilend

Er wordt wél afgestapt. Jullie weten allebei dat jullie willen tongen, maar de fiets vormt een fysieke blokkade. Het stoplicht is al zestien keer van groen op rood gesprongen en het wordt langzaamaan gênant, maar er is geen manier om dit galant te regelen, tenzij je het onding in de gracht gooit. In plaats daarvan volgt een onhandige omhelzing onder begeleiding van botsend metaal en fiets je, opnieuw, alleen naar huis.

Het komt erop neer dat de fiets zorgt voor te veel onafhankelijkheid en onafhankelijkheid is de vijand van de hook-up. Wie is er nou echt onafhankelijk? Helemaal niemand. Eens in de zoveel tijd moet er iemand naast je liggen, anders is het leven bleker dan het licht in nachtbus 357. Tenzij je een fullproof voorbehoedsmiddel zoekt, heb je dus geen fiets. Of ten minste een zakmes. ↙

Gezond gourmetten, maar dan anders

Kookbloggers **Gregory** (rechts) en **Tristan** hebben speciaal voor eerstejaars een gezond, gezellig en supermakkelijk recept bedacht. Ook mooi: het kan niet mislukken. foto **Bram Belloni**



CHILI-CITROENOLIE
1/2 chilipeper, fijngesneden (of meer voor de spicy-bestendigen onder ons)
100 ml olijfolie
Het sap van een halve citroen
Zout en peper naar smaak

PESTODRESSING
100 gram pesto
50 ml water (of meer naar smaak)

HONING-MOSTERDDRESSING
1 eetlepel grof gemalen mosterd
1/2 eetlepel honing
4 el olijfolie
Zout naar smaak

BEREIDING DRESSINGS
Mix alle ingrediënten tot een geheel. Vergeet vooral niet te proeven, want je kan altijd zelf knutselen met de hoeveelheden.



Na een maand afhaalvoer te hebben gegeten, begin je als student te verlangen naar 'echt' voedsel. Daarom begint men meestal te knutselen in de keuken, met alle gevolgen van dien. Hou het liever simpel en probeer geen Michelinsterwaardig voedsel te serveren als je nog steeds pasta laat aanbranden. Niet getreurd, zo begint iedereen: klungelen in de keuken en al doende leren. Ook wij hebben vaak genoeg geblunderd in de keuken, maar met veel geduld en een beetje passie voor lekker eten komt er altijd een leuk bord op tafel.

Of het nou je eerste, tweede of tiende jaar is: de eerste periode van een nieuw collegejaar staat volgeboekt met feesten, studentenborrels en andere drankgerelateerde verplichtingen. Tel daar al het nachtvoer bij op dat na een avondje stappen ongemerkt naar binnen glipt en het is, kortom, een aanslag op je lichaam. Daarom hebben wij een makkelijke en gezonde maaltijd voor je, waar je alle kanten mee op kan.

Het fijne aan onze 'Make Your Own Salad Day!' is dat je nooit rekening hoeft te houden met hoeveel mensen er mee-eten. Het idee is simpel, op tafel serveer je alle ingrediënten die geschikt zijn voor een salade. Uiteindelijk kiest iedereen zelf wat er op zijn of haar bord komt. Eigenlijk is het gewoon een gezonde variant van gourmetten, maar dan anders.

De ingrediënten zijn onder te verdelen in verschillende groepen. Natuurlijk heb je sla nodig, maar kaas mag ook zeker niet ontbreken. Wij kozen voor feta, mozzarella en geitenkaas. Lekkere groenten zoals komkommer, avocado, tomaten, venkel en wortels zijn ook van de partij. Maar alleen met groenten overleven we de wilde avonden niet, daarom raden wij aan pasta, noedels, bulgur of quinoa toe te voegen om een flinke bodem te leggen.

Een salade wordt pas echt lekker met een stukje vlees of vis. Zo hebben wij gekozen voor tonijn en gerookte kip, daarmee kan het niet misgaan. Vega kan ook, met falafel bijvoorbeeld.

Zie boven voor een heerlijke selectie aan dressings. Een saladedressing kun je uit een tube knijpen, maar het is natuurlijk veel lekkerder als je hem zelf maakt. Wij kozen er drie, maar zijn ook erg benieuwd naar jullie creaties.

Je gasten kunnen nu zelf bepalen hoe zij hun salade maken. Daarbij is er geen goede of slechte salade. Uiteindelijk zal iedereen tevreden zijn, heb jij niet lang gezwoegd in de keuken en zal iedereen de deur verlaten met een verzadigd gevoel om de stapavond mee te beginnen.

Smaakt dit naar meer en heb je het kookvirus te pakken? Vergeet dan niet onze kookblog 'Aangebrand' in de gaten te houden op de website van Folia. Daar vind je meer makkelijke en lekkere studentengerechten. Zo hoef je niet elke dag te surfen naar thuisbezorgd.nl en kan je zelf ook de keukenprins(es) uithangen.

Bon appetit, enjoy enzo! ↙

ADVERTENTIE

Hogeschool van Amsterdam

FLOOR IS YOURS!

FLOOR is het debatcentrum van de HvA. Bij FLOOR kan je lezingen, debatten, symposia en CollegeCafé's meemaken en zelf organiseren. Ook staan er bijvoorbeeld filmavonden, theatervoorstellingen, cursussen en tentoonstellingen op het programma.

FLOOR organiseert bijeenkomsten en evenementen samen met studenten en medewerkers van de HvA én met programmapartners in de stad. Zo kunnen we onze kennis delen binnen en buiten de HvA, elkaar inspireren en op de hoogte houden. De meeste events zijn in het Kohnstammhuis en vanaf het komend seizoen ook in het Nieuwe Wibauthuis. Maar, FLOOR komt regelmatig ook op andere plekken in Amsterdam.

Kijk op **HVA.NL/FLOOR** voor het actuele programma en meer informatie. Ook vind je daar onze contactgegevens voor als je zelf iets wilt organiseren of als je een goed idee hebt.

Een greep uit het komende FLOOR-programma:

- 9 oktober - Dag van de Duurzaamheid, diverse activiteiten in het Kohnstammhuis
- 13 oktober - Students that Matter Filmfestival (i.s.m. Movies that Matter en UAF)
- 27 oktober - Halve Finale Research Award
- 24 november - ComedyTrain Collegetour, met o.a. Howard Komproe
- 1 december - Finale Research Award
- 9 december - Groot UvA-HvA Dictee, met Mano Bouzamour

Verder onder meer in '15/'16: CREA-cursussen, maandelijkse CollegeCafé's, AMFI modeshows, career-event, poëzie-festival, debatten over actuele onderwerpen en spraakmakende gastcolleges.

TOT DAN!



MEET & SHARE | DEBAT | CULTUUR



Blackboard Mobile Learn

iOS & Android

Gratis

Als een fax en een telexmachine een liefdesbaby zouden krijgen, zou die nog gebruiksvriendelijker zijn dan Blackboard. Wil je echter niet al voor de lente van de UvA getrapt worden met een negatief bindend studieadvies, dan zul je het toch moeten gebruiken om opdrachten in te leveren, powerpointslides te lezen en die laatste roosterwijziging te bekijken. Bij het schrijven van dit artikel is de site van Blackboard overigens offline. 'We are currently experiencing technical difficulties,' valt er te lezen. Een betere samenvatting van Blackboard en de bijbehorende app is niet mogelijk.



EasyBib

iOS & Android

Gratis

Als je toch op de laatste dag voor de deadline begint aan die paper van vijfduizend woorden, is er niets maar dan ook niets vervelender dan het maken van een literatuurlijst. Steeds maar weer zoeken naar de uitgever, zeventien medeauteurs doorploegen en dan ook nog eens het goede deel van dat standaardwerk goed citeren: plagiaat wordt er bijna aantrekkelijk door. Gelukkig maakt de app EasyBib het je gemakkelijk: alles wat je hoeft te doen is de streepjescodes van de geciteerde boeken te scannen. Dat je vervolgens zowat uit elke denkbare citeerwijze kunt kiezen, maakt EasyBib een handige app om deadlinestress te verlichten.



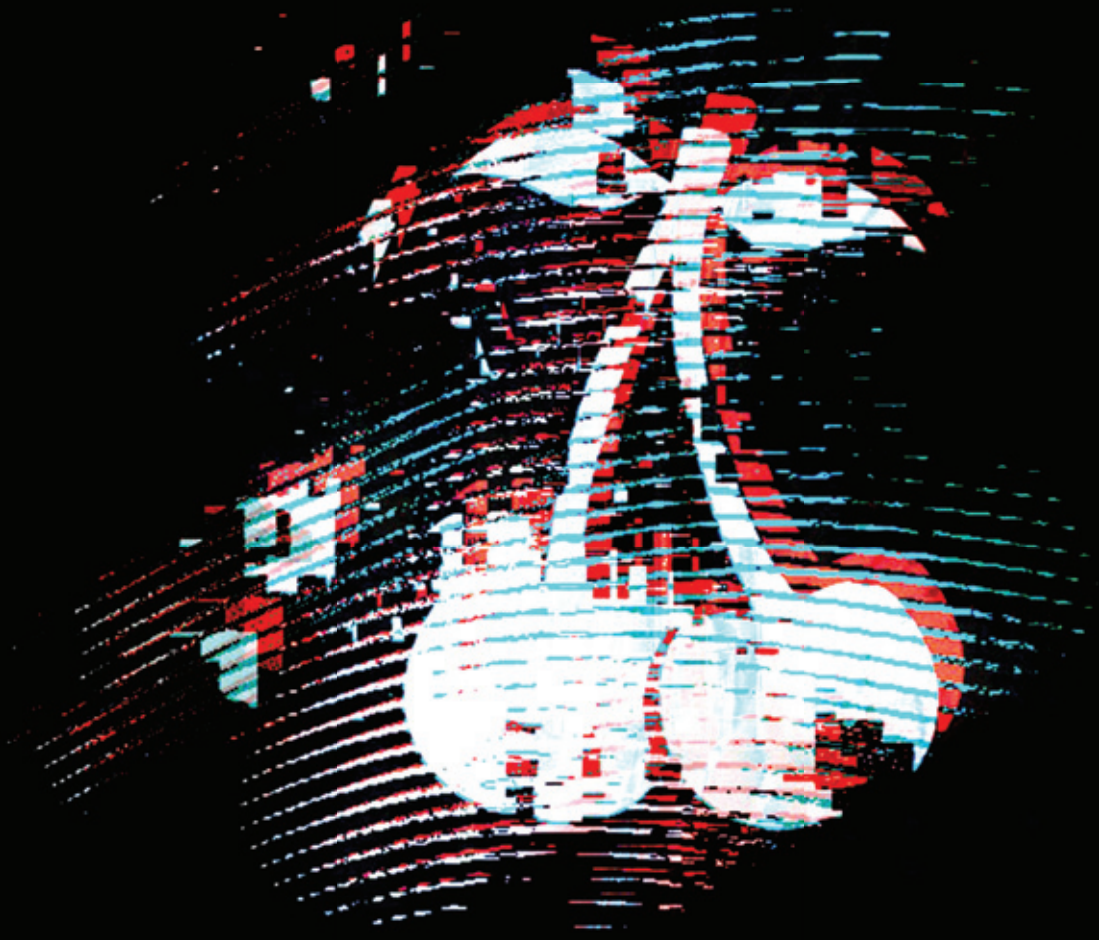
Coursera

iOS & Android

Gratis

Je hoort er als universiteit of hogeschool natuurlijk niet meer bij zonder massive open online course (mooc; spreek uit *moek*). De UvA en de HvA pikten al een graantje mee van de hype, maar de beste moocs van Oxbridge en de Amerikaase Ivy League komen voorbij op Coursera. Of je nu geïnteresseerd bent in cryptografie, Griekse klassieken of kwantummechanica, in vrijwel alle vakgebieden biedt Coursera je de mogelijkheid certificaten te behalen. Bovendien laat de app je colleges downloaden, zodat je in de trein, in de bus of tijdens je hardlooprondje slimmer en slimmer wordt.

ADVERTENTIE



HvA **INTRO** 2015

FESTIVAL
26 AUG
WIBAUTHOF

Kers Vers

FEEST
27 AUG
MELKWEG

KERSVERS.ORG



ASIS AYNAN

Doorn in het oog

In 1984 was ik eerstejaars op de kleuterschool. Twee jaar later ging ik naar de eerste klas van de lagere school. In het jaar 1992 was ik brugklasser. Op het meao deed ik twee keer over het eerste jaar. In 2001 volgde ik een propedeusejaar op de hogeschool. En in 2004 was ik eerstejaarsstudent wijsbegeerte aan de UvA. Al deze eerstejaren staan bol van de herinneringen.

Een herinnering ontstaat als gebeurtenis en fictie op elkaar reageren in het hoofd. Naarmate de gebeurtenis verder achter ons ligt, wordt de herinnering rijker, omdat de fantasie steeds meer ruimte krijgt om haar te bewerken.

En dat is het wonder van het ouder worden. Hoe langer geleden iets gebeurd is, hoe meer het *ik* een personage wordt, en dat karakter leert je beter kennen. Om met de woorden van de dichter spreken: De afstand tussen ons brengt mij nog dichter bij jou. Hetgeen direct een probleem omvat: we kunnen ons met de blik van de tegenwoordigheid nooit goed doorgronden. Het hier en nu zegt verdomd weinig.

Iedere morgen sleepte ik mezelf uitgeput naar college

In de weken na 2 november 2004, de dag dat Theo van Gogh werd vermoord, bezocht mij iedere nacht een geest. In mijn dromen was ik constant op de vlucht voor dat spook. Iedere morgen sleepte ik mezelf uitgeput naar college.

Op een dag werd ik in het donkerste deel van de nacht wakker. Boos en met geïrriteerde ogen ging ik aan mijn bureau zitten en schreef *Doorn in het oog,* een script waarin een imam op bezoek is bij een actualiteitenprogramma. De imam heeft het slecht naar zijn zin en besluit zich maar te bezatten. De VPRO gaf ons de ruimte om het te maken.

Een paar dagen geleden keek ik het satirische filmpje terug. Elf jaar jonger, maar de jongen naar wie ik keek, had ik nog nooit zo goed gekend als nu.

Elf jaar later kon ik in één zin grijpen wat mij toen dreef: Doe iets, want wie niets doet, verliest altijd. ↙

AB

Voor wie studeren serieus neemt

www.athenaeum.nl

Al je studieboeken en nog 10 miljoen andere titels

VANAF 17 AUGUSTUS OOK OP HET ROETERSEILAND



Athenaeum Boekhandel Spui 14-16 Amsterdam