

ONAFHANKELIJK MAGAZINE VAN AVANS HOGESCHOOL

# Punt

3



**STRESS!**

**DOE ER WAT AAN**

**WAT ZIT ER IN JE TAS?**

**SCHAATSENDE ZUSSEN**

ambities  
worden  
ondernemingen



## Ondernemen? Starterslift!

Studeer of werk je bij Avans Hogeschool en wil je graag een eigen bedrijf beginnen? Kom dan eens praten en ontdek waarmee wij jou kunnen helpen!

Coos Salomons  
**AKV|St. Joost**  
coos.salomons@starterslift.nl  
06 543 555 34  
Kamer 61.405  
Lovensdijkstraat 61, Breda

Berry Timmers  
**Academie voor Marketing  
en Business Management**  
berry.timmers@starterslift.nl  
06 128 552 33  
Kamer HG204J  
Hogeschoollaan 1, Breda

Berry Timmers  
**Academie voor Ondernemer-  
schap, Marketing en Innovatie**  
berry.timmers@starterslift.nl  
06 128 552 33  
Onderwijsboulevard 215  
's-Hertogenbosch

*meer info*

[www.starterslift.nl](http://www.starterslift.nl)



Provincie Noord-Brabant



Ministerie van Economische Zaken,  
Landbouw en Innovatie



Europese Unie

Herenweg 1, 2516 CA Den Haag

Stichting Starterslift wordt mede mogelijk gemaakt door bijdragen van de provincie Noord-Brabant, het Ministerie van Economische Zaken Landbouw en Innovatie, en het Europees Fonds voor Regionale Ontwikkeling, in het kader van OP-Zuid.



# puntavans





**VOORWOORD** Het hoger onderwijs gebruikt woorden graag anders dan hoe ze bedoeld zijn. Een workshop is vaak gewoon een hoorcollege en speeddaten is een snelle versie van kennismaken met bedrijven. Sinds een paar jaar is het woord campus in zwang bij Avans. Maar dat gebied waar studenten kunnen wonen, leren en leven ontbreekt. Wat een Avans-campus wél is en waarom steeds meer studenten er in de toekomst mee te maken krijgen lees je in dit magazine.

Wil je echt alles heel goed doorlezen, maar ontbreekt het je van-wege studie, bijbaan, sport en sociale verplichtingen aan tijd? Geen stress. Dit nummer ligt twee maanden in de bakken. Tijd genoeg dus om het achtergrondartikel te lezen over hoe studenten omgaan met stress, wat Avans kan bieden aan verlichting en handige tips om zelf stress te voorkomen.

Denk jij: twee maanden in de bakken, gebeurt er in de tussentijd niks bij Avans? Bezoek dan regelmatig onze website voor het laatste nieuws, interviews en achtergrondverhalen. Bijvoorbeeld de ontknopning van de door Punt georganiseerde Avansstudent van het Jaar verkiezing. Rond 1 december maken we bekend wie zich een jaar lang Student van het Jaar mag noemen.

**Arold Roestenburg,**  
Hoofdredacteur Punt  
aa.roestenburg@avans.nl

## COLOFON

Punt is een uitgave van Avans Hogeschool en wordt gratis aan studenten en medewerkers ter beschikking gesteld. Het blad verschijnt maandelijks met uitzondering van de hogeschoolvakanties. De redactie werkt volgens beginselen van onafhankelijke journalistiek, zoals vastgelegd in het redactiestatuut. De redactie wordt terzijde gestaan door een Raad van Advies, die toeziet op de naleving van het redactiestatuut, en fungeert als klachteninstantie.

**Hoofdredacteur:**  
Arold Roestenburg, 088-5257906,  
aa.roestenburg@avans.nl  
**Eindredacteur:**  
Suzanne Wolters, 088-5258882,  
sm.wolters@avans.nl  
**Deelredactie Breda:**  
Lotte Gerritse, 088-5256679,  
lv.gerritse@avans.nl  
Rowena den Ridder, 088-5258587,  
rmha.denridder@avans.nl  
**Deelredactie Den Bosch/Tilburg:**

Sanne La Grouw, 088-5256038,  
s.lagrouw@avans.nl  
Sjuul Nelissen, 088-5256719,  
s.nelissen@avans.nl  
**Raad van Advies:** Erik Blokland, Hans de Brouwer, Mark Hasperhoven, Hans Pekaar.  
**Redactie-adres:** Hogeschoollaan 1 Breda, kamer HA008/Onderwijsboulevard 215 's-Hertogenbosch, kamer OE002.  
**Postadres:** Postbus 90116, 4800 RA Breda / Postbus 732, 5201 AS 's-Hertogenbosch.  
**E-mail:** punt@avans.nl.

**Advertenties:** Bureau van Vliet, 023-5714745, zandvoort@bureauvanvliet.com.  
**Landelijke nieuwsdienst:** HOP.  
**Layout:** Sena Ontwerpers, info@senaontwerpers.nl.  
**Fotografie:** Beeldveld/Wilfried Scholtes, Paul Vermeulen en Niek Brunninkhuis/Beeldhouwers.  
**Aan dit nummer werkten verder mee:** Kim Bell, Anna van Dooren.  
**Druk:** De Bondt grafimedia communicatie bv.  
**Cover:** Kim Bell.



**06** **COMMENTAAR**  
*Een weekje duurzaamheid is niet genoeg*

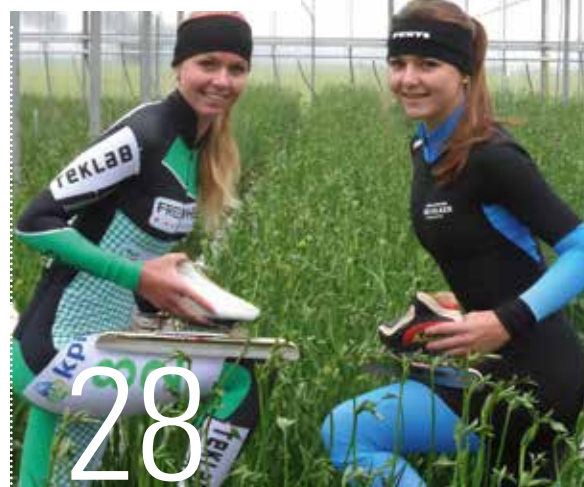
**07** **WAAROM-DAAROM**  
*Waarom krijgt een lector een keten?*

**08** **PROJECT**  
*Kunststudent ontwerpt lichtobject voor kinderen met beperking*

**10** **ACHTERGROND**  
*De campussen van Avans*

**14** **RONDVRAAG**  
*Het onderwijs wordt niet beter van een nieuw gebouw*

**29** **BUITENLAND**  
*Stage in Brazilië*



22

INHOUD



## FEESTJE(S)

### GALA

December is bij uitstek de maand voor studenten die van een goed feestje houden. Zo kunnen Bossche studenten Bestuurskunde op 10 december naar Croy de Petelaar voor het gala van studievereniging Collegium en Bredase studenten van de Academie voor Marketing en Business Management op 16 december naar Strand Binnen voor het eerste kerstfeest van studievereniging WE-FI.

## POLL

**Avansstudenten mogen geen tentamens maken in het buitenland**

**76%** > Belachelijk je moet het gewoon goed organiseren

**24%** > Begrijpelijk, alles om mogelijke fraude te voorkomen

Geef ook je mening op [punt.avans.nl/polls/](http://punt.avans.nl/polls/)



## STUDENT JURIDISCHE HOGESCHOOL WINT AVANS AFSTUDEERPRIJS 2015

Wie komt er op voor de belangen van het kind bij een vechtscheiding? Die vraag staat centraal in het onderzoek waarmee Denise Janssen de Avans afstudeerprijs 2015 heeft gewonnen. De net-afgestudeerde van de Juridische Hogeschool Avans-Fontys in Den Bosch nam 22 oktober een bedrag van 1.500 euro mee naar huis.

Ieder jaar reikt Avans een prijs uit voor het beste afstudeeronderzoek van dat jaar. Elke academie kan een scriptie of afstudeerwerk insturen.

FOTO: MARJO VAN DE PEPEL-KOOL



## > GOED IDEE AVANSSTUDENT IS NIET HET BESTE VAN NEDERLAND

Charlotte Timmerman, vierdejaarsstudent Small Business & Retail Management in Breda, staat niet in de finale van *Het Beste Idee van Nederland*. Met haar idee de Specialitea strandde zij in de selectieronde van het programma. De Specialitea is een mok met een speciale dop waarin je een theezakje kunt bewaren.





# TOP5

## MEEST GELEZEN PUNT.AVANS.NL

1. Student haalt onvoldoende door nalatigheid stagebegeleider
2. Tilburgse studenten balen, tentamens opnieuw ongeldig vanwege brandalarm
3. Geen vlees in de Avansrestaurants, wel spelletjes
4. Geen horloges bij tentamens: irritant
5. Vluchtelingen op Avans, hoeveel en wanneer?



## LEUKSTE INSTAGRAM BERICHT



## BIERTJE?

Met hulp van bierbrouwers en andere drankverkopers gaan studentenverenigingen hun leden tot gezonder drinken aanzetten. De Landelijke Kamer van Verenigingen komt met een online toets die leden moet helpen om verantwoord te tappen.



## COLUMN EVA-LISA

### Overenthousiaste agendamanager

Het is geen uitzondering als ik uit school gelijk naar mijn werk ga om tot in de late uurtjes mijn café gasten met een verformfaaide glimlach te bedienen. Lachen om de flauwe grappen van meneer X en drie extra ijsklontjes halen voor mevrouw Y wordt er zo niet gemakkelijker op.

Hoe is het om als student een bijbaan te hebben? Als het vrijdag is ben je blij dat je weer kunt werken. En als het maandag is ben je blij dat je weer mag studeren. Daar ga je met je 'in het nu leven'. Daar heb ik godverdomme helemaal geen tijd voor.

Ik zag dat Avans Flow rustmanagement en mindfulness aanbiedt. Misschien moet ik dat maar doen. Dat past misschien net in dat uurtje waarin ik wilde douchen. Ik hoorde dat het toch niet goed voor je is om je elke dag af te soppen.

Maar ik mag niet klagen. Kinderen in ontwikkelingslanden, die hebben het pas zwaar! Die werken 16 uur per dag, 7 dagen per week. Dat red ik niet hoor. Ik heb gewoon een half uurtje pauze om een boterham te eten.

Voor de (hard)werkende student is slaap een placebo: je hebt zoveel nodig als je denkt nodig te hebben. Tussen de vroege colleges en de arbeidsuren in blijft er vaak nog een uurtje of vijf à zes over om te slapen.

Eén, twee, een derde kopje koffie. Ik neem mijn cafeïne erg serieus. 'DRankjewel', roept mijn collega als ik een van zijn dienbladen meeneem. Als ik nog grinnikend bij mijn gasten aankom merk ik dat zij ook ontdoien. De halve burn-out, het slaaptkort en het gebrek aan een warme douche worden even vergeten bij een vriendelijke gast of een betrokken baas.

Op de zondagavond komt mijn collega met de gouden tip: 'Het zit onder de grond en het heeft nooit hoofdpijn? Een paracetamolletje.'

*Eva-Lisa Janssen is derdejaarsstudent  
Communicatie in Breda*



## Een weekje duurzaamheid is niet genoeg THUISBLIJVEN, DAT IS PAS ECHT DUURZAAM

TEKST **AROLD ROESTENBURG** ILLUSTRATIE **ANNA VAN DOOREN**

Proeven van vegetarische snacks, een setje lampen voor fietsende medewerkers en als klapstuk een hervulbare waterzak met Avanslogo. Duurzaamheid is niet saai, maar een groot feest. Althans tijdens de week van de duurzaamheid bij Avans. Toch kun je zo je vraagtekens zetten bij alle cadeaus en acties. Natuurlijk wordt de aandacht weer eens gevestigd op duurzaamheid en dat is belangrijk. Maar wat levert het op?

Wil Avans écht een voorloper zijn op het gebied van duurzaamheid, dan kom je er niet met fietslampjes en een spelletjesavond. Volgens een rapport van Avans in opdracht van SURF, de ICT-samenwerkingsorganisatie van het Nederlandse hoger onderwijs en onderzoek, hebben Nederlandse hogescholen een grote CO<sub>2</sub>-voetafdruk omdat studenten en medewerkers elke dag massaal naar school gaan. Onderwijs moet gedigitaliseerd worden en online aangeboden. Ook

kan de roostering efficiënter door colleges te clusteren. Studenten en medewerkers kunnen dan de andere dagen thuis werken. Er moet een einde komen aan de papierwinkel die hogescholen genereren. Bovendien zouden techniek- en chemieopleidingen nog veel meer kunnen doen met simulaties om het verbruik van grondstoffen tegen te gaan, aldus het rapport. Tenslotte zou het aantal m<sup>2</sup> dat gebruikt wordt door hogescholen de komende jaren moeten afnemen, bijbouwen is uit den boze.

Lang niet alle aanbevelingen zijn op korte termijn uitvoerbaar, noch gewenst vanuit de politiek die juist inzet op meer contacturen. Dat zou betekenen dat studenten en medewerkers juist vaker op school zijn in plaats van minder. Maar efficiënter roosteren, mogelijk maken dat studenten hun werk digitaal kunnen inleveren en medewerkers nog meer faciliteren om thuis te werken zijn wél de eerste stappen op de groene weg. ●

# WAAROM


## draagt een lector een keten?

# WAAROM

Avanslectoren krijgen na het uitspreken van de lectorale rede een keten met daarin het logo van de hogeschool verwerkt. De lectoren dragen die keten bij redes van andere Avanslectoren en af en toe bij een lectorale rede op een andere hogeschool. Toen er vanaf 2001 lectoren werden aangesteld op hogescholen vond Avans dat een lector een specifiek ereteken moest krijgen dat uitsluitend bij die functie hoorde. Zoals de keten van een burgemeester en de toga van een hoogleraar moest ook de lector herkend worden en iets van betekenis uitstralen. In Nederland mag iedereen, van schutterij tot Avans, pronken met zo'n mooie keten. Maar alleen een burgemeester en een rector magnificus van een universiteit dragen officieel een ambtsketen. De ambtsketen voor burgemeesters werd ten tijde van Willem III ingevoerd (1852) door de minister van Binnenlandse Zaken Thorbecke. Hij vond dat burgemeesters een herkenningsteken moesten dragen. Bij universiteiten draagt de rector een ambtsketen bij belangrijke gebeurtenissen. Van de Avansketen zijn er nu ongeveer 22 in omloop en ook bij de meeste andere hogescholen is het dragen van een lectorenketen inmiddels goed gebruik. ●

*Bronnen: Astrid Damen (DMCS), wetten.nl, tuencyclopedie.nl, avans.nl*





Student Gijs Moonen maakte voor zijn opleiding Ruimtelijk Ontwerp een lichtobject dat de zintuigen van visueel gehandicapte kinderen prikkelt. Dat is M.I.L.O. (Moonen Interactive Light Object) geworden.

# 'MOOIE LICHTJES VAN KUNSTENAAR GIJS'

TEKST **LOTTE GERRITSE** FOTOGRAFIE **WIEK BRUNNINKHUIS/BEELDHOUWERS**

**T**oen Gijs Moonen, in 2015 afgestudeerd aan de Akademie voor Kunst en Vormgeving|St.Joost in Breda, jaren geleden bij een tentoonstelling was, hoorde hij twee vrouwen fluisteren over een kind met het syndroom van Down. "Wat moet zo'n jongen hier, hij snapt er toch niets van." Dat is me altijd bijgebleven', vertelt Gijs. 'Ik ben me gaan afvragen waarom er eigenlijk zo weinig kunst wordt gemaakt voor gehandicapte mensen, wat doet de kunstwereld voor hen?'

## **Snoezelen**

Voor zijn afstudeerproject wilde Gijs iets met licht doen, maar de opmerking over kunst voor mensen met een beperking bleef door zijn hoofd spelen. 'Mijn moeder werkt met verstandelijk beperkte kinderen en zij vertelde me dat speelgoed heel basic moet zijn. Knopjes en lampjes is genoeg, daar reageren ze op.'

Na de gesprekken met zijn moeder nam de kunststudent contact op met Visio Breda, een school voor kinderen met een visuele beperking. 'Ze doen daar veel aan zintuig-

ervaring. Voor mijn afstudeerproject ben ik de mogelijkheden gaan onderzoeken om de zintuigen van de kinderen te prikkelen. Het gaat om kinderen die niet goed kunnen zien en hun emoties niet goed kunnen uiten. Uit mijn onderzoek kwam naar voren dat kinderen graag snoezelen. Ja, dat is een écht woord dat internationaal wordt gebruikt. Het betekent knuffelen met je omgeving.'

## **Geen uitleg nodig**

Met deze informatie in het achterhoofd bouwde Gijs M.I.L.O. (Moonen Interactive





Light Object), een groot, houten object met lichtjes en drukknoppen. 'Ik heb steeds overleg gehad met de school of ik goed bezig was.' De bedoeling is dat de kinderen het object betasten, de lichtjes zien knipperen en op de knoppen drukken om de omgeving te veranderen. 'Ze zijn dan misschien wel visueel beperkt, maar ze zijn niet dom. Toen ik na maanden bouwen het object met de kinderen ging testen, wisten ze precies wat ze moesten doen. Ze kwamen de donkere kamer in en renden meteen naar M.I.L.O. Ze gingen aan hem voelen en naar hem luisteren. Ik

hoefde niets uit te leggen. Ik had tranen in mijn ogen, het object beviel zo goed.'

#### Lichtjes horen

Volgens Gijs waren sommige kinderen het object vrij snel zat, waarop ze het van een afstandje gingen observeren. 'Dan zagen ze de ruimte steeds veranderen door de knipperende lichtjes. "Kunstenaar Gijs heeft mooie lampjes gemaakt", bleven ze maar zeggen. Eén meisje was volledig blind, ze kon de lichtjes dus niet zien, maar doordat ze de lampjes en knoppen hoorde knipperen,

kon ze precies beschrijven hoe het object eruitziet. Ik had niet durven dromen dat het zó goed zou gaan.'

Gijs kijkt nu of hij meer lichtobjecten kan ontwerpen. 'Ik hoef niet per se nog een keer hetzelfde te maken. Ik wil onderzoeken of ik misschien andere zintuigen kan prikkelen. Ik ben gevraagd of ik een object voor dementerende bejaarden kan ontwerpen. Er zijn zo veel opties die nu door mijn hoofd razen. Er is nog veel om te ontdekken en daar ga ik nu mee aan de slag.' M.I.L.O. krijgt een vast onderkomen bij Visio. ●





# DE AVANSCAMPUS IS MEER DAN ZOMAAAR

TEKST AROLD ROESTENBURG FOTOGRAFIE PAUL VERMEULEN/BEELDHOEWERS





# EEN INDUSTRIETERREIN

Avans heeft de afgelopen jaren haar naam verbonden aan zeven verschillende Brabantse campussen. Maar ga je zoeken op de website van Avans, dan kom je maar weinig informatie tegen. Wat stopt Avans erin en wat halen studenten eruit?



# S

park, Pivit, Gate 2, Grow. Een van de eerste vereisten van een campus lijkt een pakkende Engelse naam te zijn. Een campus zoals

die waar Avans aan meedoet heeft eigenlijk niets te maken met het beeld van meestal buitenlandse universiteiten waarbij de campus de complete fysieke leefomgeving van studenten betreft.

De Avanscampus is een plek waar onderwijs en bedrijfsleven samenkomen rondom een onderwerp of vakgebied. 'Het meest bekende en succesvolste voorbeeld is natuurlijk de High Tech Campus in Eindhoven', zegt Marjolein Schooleman, namens Avans aanjager van de campussen. 'In Eindhoven zie je dat uit de combinatie van universiteit en bedrijfsleven allerlei succesvolle startups voortkomen.' De High Tech Campus bestaat sinds 2003; campussen als Spark, Grow en Green Chemistry dateren allemaal van na 2012 en zitten vaak nog in de opstartfase.

## Internationale context nodig

'Je ziet vaak dat binnen een regio bedrijvigheid plaatsvindt rondom een bepaald thema. In Oss is dat bijvoorbeeld de farmaceutische industrie, in Gilze-Rijen luchtvaart en in Den Bosch voeding. Bedrijven clusteren zich, het onderwijs sluit aan, de overheid verleent subsidies en dan ontstaat er een campus', zegt Schooleman.

Eef Zuurhout, vanuit Avans projectmanager van luchtvaartcampus Gate 2, vindt dat er wat meer nodig is om de naam campus te kunnen voeren. 'De meeste campussen van Avans bevinden zich op clusterniveau. Ze kunnen uitgroeien tot een campus. Maar dan moet er ook in een internationale context samengewerkt worden.'

Gate 2 is echt een campus in wording, schetst



Zuurhout. 'Avans is dit jaar gestart met een minor Aerospace. Zestien excellente Avansstudenten doen daaraan mee. Volgend jaar willen we ook internationale studenten toelaten. Die komen dan te wonen in studio's op het campusterrein.'

Daarmee voldoet Gate 2 dan aan een van de andere eigenschappen die een campus volgens Zuurhout moet hebben, een *exchange* mogelijkheid van studenten. 'Daarnaast heb je een paar stevige bedrijven nodig. Met Boeing en straks de komst van Airbus gaat Gate 2 daar ook aan voldoen en dan zijn er nog de meer dan 75 kleinere bedrijven in de luchtvaartindustrie die zich in Zuid-Nederland bevinden.'

## Op de werkvloer

De huidige minorstudenten bij Gate 2 zeggen inderdaad de grote bedrijven te missen. 'Je hebt nu vooral kleine researchbedrijven hier', zegt Sander Vermue, derdejaarsstudent International Maintenance Management. 'Je moet naar een situatie toe dat je als student

op de campus bij bedrijven zo op de werkvloer kunt stappen.'

Avans komt niet met een zak geld over de brug om mee te mogen doen. Schooleman: 'We hebben vanaf het begin gezegd dat we niet een deel van een terrein gaan afhuren of afzonderlijke ruimtes. Die worden betaald door het bedrijfsleven en de overheid. De inbreng van Avans is de expertise van lectoren, docenten en natuurlijk studenten.'

## Niet alleen voor technenuten

In Oss zijn het vooral Chemiestudenten die bij innovatieve bedrijven afstudeeronderzoek doen. In Bergen op Zoom wordt er hard gewerkt aan *biobased* producten en Spark is gericht op de bouwsector. Zijn het dan alleen techniekstudenten die in aanmerking komen voor projecten op de campussen? 'Nee, zeker niet', zegt Schooleman. 'Bedrijven hebben niet alleen technenuten nodig, maar bijvoorbeeld ook marketeers. De projecten zijn grotendeels multidisciplinair en passen daarom ook binnen de ambitie van Avans. Neem





bijvoorbeeld Grow in Den Bosch. Dat richt zich op de voedingsindustrie. Een bedrijfstak waar onze studenten Small Business en Retail Management nu al veel mee doen.’ Zuurhout ziet op Gate 2 vooral mogelijkheden voor studenten van techniekopleidingen. ‘Studenten dienen zich op een campus bezig te houden met vraagstukken waar betrokken bedrijven niet aan toekomen. In dit geval zijn dat vooral technische vraagstukken. Het economische aspect dat erbij komt is geschikt voor studenten Technische Bedrijfskunde.’ Momenteel zitten bij Gate 2 ook twee studenten Technische Bedrijfskunde. Joel Rodriguez is er één van. ‘Ik heb voor Aerospace gekozen om de technische verdieping. Bij de opleiding zelf houd je je vooral bezig met technische processen.’ Werktuigbouwkundestudent Michael Kers wil met de minor zijn kennis van de luchtvaart verdiepen. ‘Het heeft altijd mijn interesse gehad, nu heb ik de kans om te kijken of die specifieke tak echt iets voor mij is. We komen bij veel bedrijven in de sector, dus je

krijgt een goed beeld.’

#### Formule 1

De vier studenten van de minor Aerospace die nu aan het werk zijn in Gilze-Rijen doen onderzoek naar het gebruik van simulatie in het onderhoud van luchtvaart. Defensie gaat binnenkort twee grote simulatoren neerzetten op Gate 2. Die komen naast de al aanwezige simulatoren waarvan er een speciaal is voor helikoptertrainingen en de andere ook gebruikt gaat worden door Formule 1-coureurs.

‘Dat is natuurlijk de meerwaarde. De studenten zitten hier op dezelfde gang als de bedrijven die ze nodig hebben. Straks komen daar studenten en docenten uit het buitenland bij en andere bedrijven die zich aansluiten. Die kruisbestuiving is belangrijk voor het succes van een campus. Dat bedrijven er ook wat kunnen halen’, zegt Zuurhout. ‘Als we een vraag hebben, kunnen we zo het kantoor van de directeur binnenstappen’, zegt Sander. ‘Als hij het niet weet, heeft hij zoveel contacten in de branche die ons verder kunnen helpen.’

Een bijkomend voordeel is dat de studenten op de campus hun eigen kantoor hebben. ‘En veel minder afleiding dan wanneer je in het schoolgebouw zit. Hier zit je echt midden in je onderzoek’, zegt Joel.

‘Het levert voor alle partijen iets op’, meent Zuurhout. ‘Avans kan de kennis en ervaring weer opnemen in het onderwijs. Zoals bijvoorbeeld over composieten; de nieuwe materialen waar de vliegtuigindustrie mee werkt en waar bij Gate 2 ook mee wordt gewerkt. Bedrijven op hun beurt kunnen beschikken over de kennis van Avans maar krijgen ook die studenten over de vloer die later interessant zijn als werknemer.’

## De Avanscampussen op een rij

- *Spark in Rosmalen*, vooral gericht op de bouwsector en opgericht door Heijmans.
- *Techlog in Breda*, richt zich op de bioplastics.
- *Pivot in Oss*, vooral gericht op de farmaceutische industrie.
- *Grow in Den Bosch*, richt zich op de voedingsindustrie.
- *Green Chemistry in Bergen op Zoom*, richt zich op biobased producten en technologie.
- *Avirolanda in Woensdrecht*, richt zich op luchtvaartonderhoud.
- *Gate 2 in Gilze-Rijen*, richt zich op luchtvaarttechniek.

### Mislukking?

Toch is het niet zo dat elk industrieterein bij Avans kan aankloppen met de vraag of de hogeschool wil meedoen aan hun campus. ‘Zoiets ontstaat vaak natuurlijk. Het mislukt ook weleens. Een voorbeeld daarvan is Dinalog. Dat zou een campus worden rondom transport en logistiek in Breda. Mede door de crisis maar ook de traditionele houding binnen die sector is dat nooit van de grond gekomen’, zegt Schooneveld. Blijft het wat Avans betreft bij de zeven huidige campussen? Schooleman: ‘Ik zie momenteel in onze regio geen ander thema. Misschien Data Science in Den Bosch, maar dat ligt nog wat verder in de toekomst en wordt vooral geïnitieerd door Tilburg University en de TU Eindhoven. Belangrijk is dan: wat kan Avans bijdragen?’ ●

# HET ONDERWIJS WORDT NIET BETER VAN EEN NIEUW GEBOUW



## COEN CORNELISSEN

tweedejaars Mens en Techniek Tilburg

'Volgens mij maakt het niet zoveel uit. Zoveel les hebben we niet, dus echt vaak ben ik niet in het gebouw. Uiteindelijk draait het vooral om de docenten, of die goed lesgeven. Toch vind ik het wel fijn dat we er in Tilburg een locatie bij hebben gekregen. In het hoofdgebouw was het vaak erg druk. Na negen uur kon je eigenlijk al nergens meer rustig werken. Dat is in dit gebouw wel anders. Het is fijn om met de hele opleiding op één plek bij elkaar te zitten. Ik heb ook het idee dat in dit gebouw meer mag. Bijvoorbeeld werktekeningen ophangen. Dat geeft een andere sfeer. Voor Xplora of de kantine moet je wel naar het andere gebouw, maar zo ver is dat niet.'

## GIJS KLEINE

eerstejaars Chemie Breda

'Eerder dit studiejaar zaten we in de oude laboratoria waar verschillende apparaten zoals de PH-meters niet meer werkten. De nieuwe laboratoria zijn een stuk beter en hebben splinternieuwe materialen. De lessen zijn nu beter.

Door alle vernieuwingen past het onderwijs zich ook meer aan onze generatie aan. Wij zijn bijvoorbeeld gewend om op laptops te werken. In Xplora zitten veel stopcontacten waardoor je niet bang hoeft te zijn dat je laptop uitvalt omdat de batterij leeg is. Dat is makkelijker bij het leren. Ook ziet de verbouwde Lovensdijkstraat er beter uit en is het een fijnere plek om te werken. Daardoor voel ik me in ieder geval eerder geneigd om te beginnen met leren.'



## HIDDE VAN MEGEN

derdejaars Commerciële Economie Den Bosch

'Het onderwijs hoeft er niet per se beter van te worden. Het helpt zeker als er na een verbouwing meer rustige werkplekken zijn of plekken waar je aan je project kunt werken. Dat kan nu bijvoorbeeld in Xplora, maar het is daar vaak erg druk. Zeker vlak voor toetsweken of rondom deadlines zijn er weinig plekken te vinden. Ik lees ook dat ze de entree gaan verbouwen hier in Den Bosch. Daar wordt het onderwijs niet beter van denk ik. De uitstraling van het gebouw maakt voor mij niet veel uit. Ik ben hier gaan studeren omdat ik goede verhalen over Commerciële Economie hoorde. Ik heb mijn keuze voor Avans niet gemaakt vanwege het gebouw.'





*Avans spendeert miljoenen euro's aan verbouwingen en nieuwe gebouwen. Na Breda is nu Den Bosch weer aan de beurt. Maar komt dat de kwaliteit van het onderwijs ten goede?*

**JOLIIN DE LAAT**

eerstejaars Advanced Business  
Creation Den Bosch

'Het verbouwen van het gebouw aan de Onderwijsboulevard vind ik een goed initiatief. Dat creëert meer mogelijkheden voor studenten waardoor die de kans krijgen om zichzelf te verbeteren. Door meer vernieuwingen op Avans krijgen de studenten de mogelijkheid om te groeien. Echt nodig is de verbouwing niet, want het gebouw is nog in prima staat. In mijn ogen is het een extra service die Avans ons biedt. Ze kijken wat er aan het gebouw verbeterd kan worden, voordat de studenten met allerlei punten komen om over te klagen. Waarschijnlijk heeft Avans veel onderzoek gedaan naar wat er tijdens de verbouwing aangepakt moet worden om het onderwijs nog beter te maken.'



**SAM HELLEBREKERS**

Tweedejaars Biologie en Medisch  
Laboratoriumonderzoek Breda

'De kwaliteit van het onderwijs hangt meer af van de docenten en de lesinhoud dan van een nieuw of gerenoveerd gebouw. Hoe mooi het er ook uitziet, studenten gaan daar niet beter of met meer plezier door studeren.

De gebouwen aan de Lovensdijkstraat hebben ze heel mooi verbouwd en ik vind het fijn dat wij nu een Xplora hebben. Ik studeer daar meer dan thuis. Er is wel een nadeel. Om in Xplora te studeren moeten wij van het ene gebouw naar het andere lopen. Dat is heel onpraktisch. Voordat je zit en je spullen hebt gepakt, ben je vijf minuten verder. Die tijd had ik liever aan studeren besteed.'

**SOPHIE LURQUIN**

Verkort traject Environmental Science  
for Sustainable Energy and Technology  
Breda

'Natuurlijk zit iedereen liever in een nieuw gebouw waar niks aan mankeert. Dat is logisch. De verbouwde Lovensdijkstraat ziet er mooi uit en het is aangenaam om er te werken. Veel invloed op de kwaliteit van het onderwijs zal het nieuwe gebouw echter niet hebben.

Die kun je verbeteren door goede docenten aan te nemen, de manier van lesgeven te veranderen en de informatie op een betere manier over te brengen op studenten. Daardoor zullen die meer interesse krijgen in hun studie en met meer plezier de lessen bijwonen. Misschien dat een nieuw gebouw voor praktijklessen wel voordelen heeft, omdat er nieuwe materialen komen en er meer ruimte is.'



***Te veel stress?  
Pak het probleem***






# aan!

Zin om de haren uit je hoofd te trekken vanwege die lastige presentatie? Gaat jouw hart enorm tekeer tijdens de tentamenperiode? Veel studenten hebben stress. 'Leer ermee omgaan, want helemaal stressvrij ben je nooit.'

TEKST ROWENA DEN RIDDER ILLUSTRATIE KIM BELL



**L**

ijkt het soms alsof je de enige bent die regelmatig in de stress schiet? Dat is niet zo. Maar liefst 60 procent van de Nederlandse studenten heeft wekelijks stress vanwege hun studie. Dat bleek vorig jaar uit een online onderzoek van het jongerenpanel van *EenVandaag* en jongerenkrant *7Days*.

Geldt dat percentage ook voor Avansstudenten? Er is geen onderzoek naar gedaan, maar volgens studentendecaan Marian Quaak liggen de cijfers mogelijk dicht bij elkaar. 'In je studiefase ben je erg gevoelig voor stress. Problemen komen in de leeftijdscategorie 17 tot 23 jaar namelijk het meest tot uiting. Dan begint een belangrijke fase in je leven.'

Stress is het hebben van spanning. Een beetje is helemaal niet erg. Het is zelfs goed voor je, want daardoor presteer je beter. Te veel stress is ongezond. Niet alleen je studie kan de boosdoener zijn, het kan ook veroorzaakt worden door problemen in je privéleven, zoals familieomstandigheden. Je krijgt het gevoel het allemaal niet meer aan te kunnen en dat kan je hinderen in je studie. Studenten kunnen met hun

probleem terecht bij het studentendecanaat. Quaak: 'Stress is altijd één factor van een complex geheel. Daarom is het belangrijk om te achterhalen waar de stress vandaan komt en wat je eraan kunt doen. Daar helpt de studentendecaan je mee.'

### Gek

'Ik vind dat wij te veel zelf moeten uitzoeken', zegt Ilona Althuisen, Pabo-student in Breda. Onduidelijkheid over wat je precies moet leren voor dat ene moeilijke tentamen.

Het veroorzaakt veel spanning bij studenten. Ook Ilona heeft er last van. 'Er is geen structuur en dat komt deels door de laksheid van sommige docenten. Natuurlijk moet je zelfstandig zijn. We zitten immers op het hbo. Nu zijn we echter te veel op onszelf aangewezen.' Hoe Ilona daarmee omgaat?

'Lijstjes maken. Zo krijg je overzicht. Als je iets weg-

streept, kun je weer even rustig ademen. Dat geeft zo'n fijn gevoel.'

Volgens Kelly Verschuren, vierdejaarsstudent Sociaal Pedagogische Hulpverlening in Breda, wordt stress ook veroorzaakt door je omgeving. 'Iedereen maakt elkaar gek door te vragen of je genoeg geleerd hebt en of je denkt het gehaald te hebben. Door het steeds over de tentamens te hebben, maak je elkaar nerveus.'

### Zwakke plek

Hoe iemand op te veel druk reageert, verschilt per persoon. Tweedejaarsstudent Bedrijfskunde Jerry de Zeeuw krijgt snel hoofdpijn, wordt chagrijnig en sluit zich af van anderen. Zijn klasgenoot Joery de Wit gaat juist aan zichzelf twijfelen. Zou hij wel genoeg geleerd hebben om dat ene tentamen te halen? Zenuwachtig over dezelfde tentamens, maar toch verschillende reacties. Studentendecaan Marian Quaak legt uit hoe dat kan. 'Stress geeft een akelig gevoel en vaak fysieke klachten. Die zijn bij iedereen anders, omdat stress op de zwakke plekken van je lichaam slaat. Als je bijvoorbeeld snel last hebt van je darmen, krijg je buikpijn.'

Volgens Quaak uit studiestress zich op verschillende manieren. 'Je hebt studenten die daardoor studeren tot ze een ons wegen. Ze vertrouwen niet op hun eigen kunnen en gaan eindeloos door met leren. Daarnaast heb je studenten die het studeren juist alsmaar uitstellen, omdat ze bang zijn te falen. Zeker vakken waar ze tegenop zien, schuiven ze steeds vooruit.'





## Bestrijden

'Het is belangrijk dat studenten die te veel druk ervaren het probleem aanpakken. Leer ermee omgaan, want helemaal stressvrij zul je nooit zijn. Kom daarom op tijd naar het studentendecanaat zodat wij je kunnen helpen', is het advies. De decanen houden individuele gesprekken met studenten en organiseren faalangst- en assertiviteitstrainingen en workshops plannen en organiseren. Naast het studentendecanaat biedt Avans nog andere manieren om stress te bestrijden. In de workshop rustmanagement van Avans Flow leer je om tijdens drukke (tentamen)periodes rust in je hoofd te creëren. Amy van Kasteren, derdejaarsstudent Sociaal Pedagogische Hulpverlening in Den Bosch, doet daaraan mee. 'Ik wil leren om af en toe mijn hoofd leeg te maken. Soms heb ik negatieve gedachten, maar ik wil positief denken. Hopelijk geven ze tips om minder met die gedachten bezig te zijn zodat ik niet zoveel stress ervaar.' Wil jij net als Amy ook rust tijdens de tentamens? Kijk op [flow.avans.nl](http://flow.avans.nl) wanneer de workshops weer van start gaan. ●



## Tips

*Sta je niet wekelijks stijf van de spanning, maar wil je toch relaxter de tentamenperiode door? Hier een lijstje simpele manieren om dat voor elkaar te krijgen.*

- **Afwas:** Uit onderzoek van de Florida State University blijkt dat stress afneemt als je erg geconcentreerd afwast. Handig! Je wordt minder nerveus en je hebt meteen je vuile vaat weggewerkt.
- **Een borreltje mag:** Volgens een professor psychologie aan de University of Pittsburgh zorgt een kleine borrel voor het verlagen van je stressniveau. Sla niet meteen meerdere flessen wijn achterover, want dan kun je die goede nachtrust voor je tentamen wel vergeten.
- **Knuffelen doet wonderen:** Of je nu je beste vriend(in) of een vreemde knuffelt, je wordt er sowieso minder nerveus van. De Carnegie Mellon University in het Amerikaanse Pennsylvania kwam erachter dat ons lichaam door knuffelen het hormoon oxytocine aanmaakt. Dat werkt tegen stress en angst.
- **Grijp naar de chocolade:** Volgens auteur Anna Masee van 'The De-Stress Diet' nemen de zenuwen af door het eten van pure chocolade. In deze lekkernij zit namelijk het gelukhormoon bèta-endorfine. Een stuk van 40 gram is genoeg, maar het is wel een goede reden om meteen een voorraadje in te slaan.
- **Mag ik een kauwgompje?:** Japanse onderzoekers hebben bewezen dat kauwgom kauwen goed werkt tegen de (studie)druk. Het verlaagt de hoeveelheid cortisol (het stresshormoon) in je speeksel. Na 15 minuten kauwen is de spanning het meest verminderd. Te veel kauwgom kauwen is niet goed, want daar krijg je hoofdpijn van. Ook niet fijn tijdens een tentamen.
- **Even lachen:** Of de glimlach nu oprecht is of zo nep als maar zijn kan, door lachen ben je minder gestrest. Dat komt volgens de University of Kansas doordat lachen voor een lagere hartslag zorgt. Grappige filmpjes kijken op YouTube helpt dus zeker bij het voorbereiden op een tentamen.

# 'MIJN BUUR- VROUW HEEFT NOG WELEENS LAST VAN MIJN MUZIEK'

Felix van Sebillé is vierdejaarsstudent Werktuigbouwkunde in Den Bosch. Hij woont met drie huisgenoten in de studentenflat aan de Onderwijsboulevard. Daar betaalt hij 290 euro voor een kamer van 15m<sup>2</sup>.

'Mijn bed heb ik zelf gebouwd. De planken voor de bodem komen van de voormalige poort bij mijn ouderlijk huis. De matras is gemaakt van een bepaald soort schuim dat ruimtevaartorganisatie NASA heeft ontwikkeld en was de grootste matras die ik kon vinden. Hij is 2.20 bij 1.80 meter en je kunt er met z'n drieën op slapen. Mijn kleding zit in de bakken onder het bed. Ooit had ik een kledingkast maar die heb ik weggedaan om plaats te maken voor mijn gitaren.

Ik speel nu vijf jaar basgitaar en de rode Fender is mijn favoriet. Toen mijn allereerste bas gestolen werd, heb ik besloten te investeren in een goed instrument. Die bespeel ik ook als ik optreed met mijn band. Het keyboard staat er meer voor anderen, die het beter bespelen. Zo kunnen we een beetje jammen. Mijn onderbuurvrouw heeft nog weleens last van mijn muziek maar ik speel nooit na elf uur 's avonds. Al komt het wel af en toe voor dat ik vijf uur achter elkaar muziek maak. Als ik echt niks beters te doen heb.

Het gasmasker heb ik voor een tientje gekocht op Sziget. Ik heb ooit het doucheputje in dit huis schoongemaakt en toen ging ik bijna over mijn nek dus dat doe ik nu met masker op. Ook moet ik binnenkort twee jaar oude eieren gaan opruimen bij mijn moeder. Ik heb ze ooit gekocht maar niet opgemaakt en zij lust ze niet. Oude eieren kunnen ontploffen dus ook dan komt mijn gasmasker van pas.' ●







KAMER

FOTO: BEE/DE VELD/WILFRIED DE HOLTES

Te gebruiken als tafeltje of als krukje. De multifunctionele kubus van student Job Dievelaar vormt de start van zijn bedrijf: KUBE. Tijdens de Dutch Design Week ontving hij goede reacties. ‘Liefhebbers waarderen het vooral dat je je eigen kruk kunt samenstellen.’



# DE EENVOUD VAN EEN KUBUS

TEKST **SJUUL NELISSEN**  
FOTOGRAFIE **GEERTJE PEELS**

**T**ijdens de Dutch Design Week (DDW) in Eindhoven verkocht Job Dievelaar, eerstejaarsstudent Advanced Business Creation (ABC) in Den Bosch, de multifunctionele KUBE vanuit een oude kapperszaak. KUBE is een bijzettafel, kruk en nachtkastje in één. Job zat niet op de officiële DDW-route, maar toch wist hij veel designliefhebbers naar de kapperszaak te trekken en diverse KUBE's te verkopen. ‘Ik kreeg goede respons. Liefhebbers waarderen het vooral dat je het product zelf kunt samenstellen. Het hout en het stalen onderstel kun je zelf kiezen. Het product is uniek, heeft een design en is van hoge kwaliteit. Een echte *eyecatcher* in het interieur.’

## Circulaire economie

Job is trots op het duurzame karakter van het product. ‘Staal en hout gaan lang mee, maar de kubus past ook in een circulaire economie. Oude materialen krijgen een nieuw leven. De houten bovenzijde is gemaakt van oude tafels en oud schoolmeubilair en als de KUBE ooit niet meer interessant is, kan het staal van het onderstel worden omgesmolten tot

nieuwe producten. Waarom nieuwe spullen maken als het ook van oude restmaterialen kan?’

## Tijdloze vorm

Het idee ontstond toen hij tijdens zijn examenjaar bij St. Lucas met medestudenten een product moest ontwerpen. ‘Een kubus heeft iedereen wel in huis. Het is een tijdloze vorm. Vijftig jaar geleden was het een populaire vorm en over vijftig jaar is het dat nog.’ Een aantal medestudenten haakte af of wilde het product uiteindelijk niet in productie brengen. Job zag een doorstart wel zitten. ‘Ik maakte de prototypes en zocht de samenwerking met een meubelmaker en iemand die het staal maakt. Daarnaast heb ik verkooppunten gezocht. Een winkel in Geldrop was de eerste die ze verkocht en inmiddels is de KUBE ook online te koop.’

## Afstuderen binnen eigen bedrijf

Van zijn partners krijgt de student het metaal en het hout afgewerkt aangeleverd. Op woensdag zet hij de KUBE zelf in elkaar. Dan is hij





meestal vrij van lessen. 'Ik probeer zo'n acht uur per week bezig te zijn met het in elkaar zetten van de KUBE. Daarnaast probeer ik nieuwe producten te bedenken. Mijn grote droom is om over een paar jaar te kunnen afstuderen binnen mijn eigen bedrijf. Dat is mogelijk bij ABC, maar mijn bedrijf moet daarvoor nog wel flinke stappen maken.'

Ondernemen naast zijn opleiding is van grote toegevoegde waarde. 'Vanuit de opleiding vinden ze het ook gaaf als je onderneemt. Ze stimuleren je om eruit te halen wat erin zit. Met bepaalde vakken heb je wel een voorsprong op studenten die niet ondernemen. Omdat ik bijvoorbeeld al met grote bedrijven heb samengewerkt, kijk ik anders naar projecten.'

Een prijskaartje hangt er wel aan de multifunctionele kubus: 199,95 euro. 'Dat komt onder andere door de hoge productiekosten. Er zit veel handwerk in.' ●

Meer info: [kubeproduct.nl](http://kubeproduct.nl)

# NET AFGESTUDEERD



Amy de Waal

**Leeftijd:** 23 jaar

**Afgestudeerd:** april 2015

**Opleiding:** Bedrijfskunde MER in Breda

**Werkt bij:** Damen Shipyards B.V.

**Functie:** junior online marketeer/support event management

**Verdiert:** startersloon

## Hoe ben je aan je baan gekomen?

'Tijdens mijn studie had ik een bijbaan als onlinemarketingspecialist bij een onlinemarketingbureau. Mijn afstudeerbegeleider bij Damen was daar erg in geïnteresseerd en vroeg mij na wat gesprekken of ik bij Damen aan de slag wilde gaan om zijn onlineteam te versterken.'

## Wat voor bedrijf is Damen Shipyards?

'Damen Shipyards bouwt en repareert wereldwijd schepen. De afgelopen jaren is het bedrijf enorm hard gegroeid. Er zijn veel scheepswerven overgenomen en de kantoren schieten als paddenstoelen uit de grond. Ondanks dat is het Damen toch gelukt om een echt familiebedrijf te blijven. Dat merk je goed op de werkvloer en het zorgt voor een fijne werkomgeving.'

## Wat houdt je werk in?

'Op dit moment houd ik mij voornamelijk bezig met het verbeteren van de websites om het gebruikersgemak en de positie in de zoekresultaten van zoekmachines te verhogen. Daarnaast ondersteun ik de event managers met het organiseren van diverse internationale exposities en conferenties.'

## Sluit het goed aan bij je opleiding?

'Nee, mijn opleiding sluit totaal niet aan bij de functie waarin ik nu werkzaam ben. Eerlijk gezegd vind ik dat ook helemaal niet erg aangezien ik achteraf eigenlijk ook liever een andere opleiding had gevolgd.'

## Mis je het studentenleven?

'Natuurlijk mis ik dat zorgeloze leventje soms wel maar het werkende leven heeft zeker ook zo zijn voordelen. Het is maar wat je er zelf van maakt.'



## COLUMNMICHAEL

### Avans de pot op

Ik leefde in een mannenhuishouden: alles in mijn villa was louter functioneel. De kaarsjes in de vensterbank stonden er al jaren en smolten hooguit van de zon, de lampen moesten vooral veel en fel licht geven en tegen decoratie in de woonkamer kon mijn schoenmaat 44 hooguit aanlopen. Efficiënt, functioneel en goedkoop dus. Een beetje zoals het Avans-huishouden.

Tot Rutte ons een paar jaar geleden opriep om meer geld uit te geven. Ik gaf daar maar wat graag gehoor aan en het gat in mijn hand en begroting is sindsdien significant groter geworden. Ik was dan ook lichtelijk verbaasd te lezen dat Avans vorig jaar wél 'wat' (lees: 27 miljoen euro) over had en heeft opgepot, en bovendien nóg meer geld gaat krijgen door het afschaffen van de basisbeurs.

Basisbeursgeld dat studenten volgens mij harder kunnen gebruiken dan Avans blijkbaar kan. Al is het maar voor feestjes en boeken die in het plastic blijven zitten. Geld dat ook ik harder kan gebruiken, want de stevigheid van mijn begrotingstekort neemt inmiddels obese proporties aan door enkele onvoorziene uitgaven. Denk aan een veranderende thuissituatie waardoor dat mannenhuishouden toch aan het transformeren is naar een meer gefeminiseerd en geromantiseerd huishouden. Ik kan dus wel een extraatje gebruiken. Ik stel voor, een ton of 3 om te beginnen?

En de rest van de opgepotte 26,7 miljoen? Volgens mij valt er ook binnen de gebouwen nog wel wat te investeren. Een paar tips gebaseerd op berichten uit het kwaliteitsmedium dat u nu voor uw neus heeft: een cateringsubsidie, een leuker cadeau dan een waterzak (of was het toch een infuuszak of stoma?) als Avans wéér de beste is, prullenbakken in de kantines, leukere secundaire arbeidsvoorwaarden bij gebrek aan een loonsverhoging, internet dat wél altijd werkt, of meer parkeerplaatsen, stopcontacten en werkplekken.

Nog een gek, wild idee: investeren in het onderwijs? Afgelopen jaren is blijkbaar minder uitgegeven dan beschikbaar was. Ik wil best een dagje meedenken met het College van Bestuur. Want kom op Avans, de pot (moet) op!

*Michael Doove is docent taal- en communicatieve vaardigheden aan de Juridische Hogeschool*

## STUDENTENTIJD VAN



### TANJA BEUGELSDIJK

#### 'In het onderwijs heb ik gevonden wat ik zocht'

**Tanja Beugelsdijk is docent marketing en communicatie op Avans in Den Bosch en runt daarnaast een eigen communicatiebureau. Hoewel het onderwijs haar op de middelbare school al trok, geeft ze pas drie jaar les. 'Mijn vader zei: "Ga eerst de wereld verkennen, het onderwijs kan altijd nog".'**

'Negentien was ik toen ik als tweedejaarsstudent Commerciële Economie naar Eindhoven verhuisde om op kamers te gaan wonen. Samen met twee vriendinnen huurde ik een appartement met een enorm balkon. Hoewel 'Huize Balkonika' niet in het centrum lag, hadden we het verre fietsen er graag voor over. Met z'n drieën kookten we graag. Het was een sport om met een beperkt budget toch lekker te eten, en dat lukte prima. Medestudenten pikten dan ook graag een vorkje mee.

Als brave student haalde ik al mijn vakken in één keer, maar een grijze muis was ik niet. Zo hield ik eens een presentatie over de voortplanting van slakken omdat ik alle saaie, economische onderwerpen beu was. Mijn cijfer? Een 9! Na mijn stage ben ik pas echt uit mijn schulp gekropen. Ik mocht destijds een concurrentieonderzoek doen voor een technisch bedrijf en reisde daarvoor met een heel luxe trein naar Bern om daar interviews af te nemen. Ik genoot veel vrijheid en vertrouwen.

Na het hbo ben ik Beleids- en Organisationswetenschappen gaan studeren aan de universiteit. Na jaren werken in de sales maakte ik bewust de switch naar het marketingcommunicatie vak. Eind 2007 heb ik mijn eigen communicatiebureau opgestart. Drie jaar geleden rolde ik via een door mijzelf ontwikkelde cursus cultureel ondernemen het onderwijs in. Daar heb ik gevonden wat ik zocht. Ik deel mijn werkervaring, leer van mijn studenten en blijf op de hoogte van de nieuwste ontwikkelingen in mijn vakgebied. Eindeloos boeiend vind ik dat.'



## 'Op donderdagavond werk ik als verzorgster bij de voetbalclub'

.....  
BIJBAAN  
.....

**MARLOT AERTS, VIERDEJAARSTUDENT FYSIOTHERAPIE IN BRED, ZOCHT EN VOND EEN BIJBAAN DIE AANSLUIT BIJ HAAR STUDIE. ALS MEDISCH FITNESS BEGELEIDER WERKT ZE BIJ EEN GEZONDHEIDSCENTRUM IN CHAAM.**

'Het sociale aspect vind ik het leukste van mijn bijbaan. Iedereen die binnenkomt in de oefenzaal spreek ik aan. Even een praatje maken. Vooral ouderen waarderen dat. Daar ben ik echt in gegroeid. Het gaat me nu goed af. Dat ik Fysiotherapie studeer is een pluspunt. Ik kan goed advies geven, iemand bijvoorbeeld vertellen dat hij een oefening beter op een andere manier kan doen.

Sinds januari is de fitnesszaal bij de fysiotherapiepraktijk open voor iedereen, dus patiënten en particulieren. Daarvoor konden alleen patiënten op vaste uren komen sporten. Ik ben aanwezig in de zaal, om vragen te beantwoorden of om patiënten te begeleiden bij hun oefenprogramma. Dat kan ik voor ze opstellen, of de fysiotherapeut geeft een lijst met oefeningen mee. Ik mag veel zelf bedenken. Het is leuk dat mij dat wordt toevertrouwd. Ze mogen ook wel wat van me verwachten, ik zit tenslotte in mijn laatste jaar. Vanuit de praktijk werk ik elke donderdagavond en zondag tijdens wedstrijden als verzorgster bij de lokale voetbalclub. De spelers van de selectie kunnen bij mij terecht als ze klachten hebben. Ik onderzoek en behandel ze dan. Is het een langdurige blessure, dan komen de voetballers naar de praktijk. Sporters behandelen vind ik erg interessant. Knieën, enkels, nieuwe heupen; dat ligt me wel. In het gezondheidscentrum help ik allerlei mensen met heel verschillende klachten. Ik help iemand van bijna negentig met oefeningen, veel patiënten met rugklachten, maar ook wel eens iemand met een halfzijdige verlamming die moet revalideren na een herseninfarct.'





**CORNÉ VAN DER SCHOOR**  
tweedejaars Grafisch  
Ontwerp Den Bosch

'Ik heb mijn tas al vijf jaar. Hij is echt een onderdeel van me, want ik neem hem overal mee naartoe. Het voelt heel raar als ik hem niet om heb. Het boekje en de pen heb ik altijd bij me om te kunnen tekenen, anders word ik gek. De frisbee is nog over van de zomer, ik vergeet hem steeds uit mijn tas te halen, net als de boor en de schroeven. Die heb ik gebruikt tijdens een verbouwing.'

# WAT HEB JIJ NOU

De een sjuwt zijn hele hebben en houden mee naar school, de ander zo min mogelijk. Wat nemen Avansstudenten mee?

TEKST EN FOTOGRAFIE **LOTTE GERRITSE EN SANNE LA GROUW**



**MEIKE LEMMERS**  
tweedejaars Communication  
& Multimedia Design Den  
Bosch

'Als ik mijn paraplu vergeet, baal ik heel erg. Wanneer het regent, word ik zeiknat op weg naar het station. Mijn oplader moet ook altijd mee, want mijn telefoon is snel leeg. Vandaag heb ik een plantje in mijn tas dat ik voor school heb ontwikkeld. Je kunt het op een terrasje op tafel zetten en je smartphone erin leggen. Hoe langer je je telefoon niet aanraakt, hoe feller het lampje gaat branden. Hij heet dan ook The Social Plant.'





**MIRTHE WOUTERS**  
vierdejaars Pabo Breda

'Zonder mijn bril en brillenkoker kan ik eigenlijk niet. Die zitten standaard in mijn tas. Als ik een stuk moet reizen met het ov gaat ook mijn iPod mee. Dan luister ik vooral Top 40-muziek. Mijn Dopper is ideaal voor water. Ik probeer twee liter per dag te drinken. Meestal smeer ik ook mijn eigen boterhammen. Vandaag heb ik cervelaat en rookworst mee.'

# IN JE TAS?



**WOUTER VAN DER AARSEN**  
vijfdejaars Commerciële  
Economie Breda

'Ik heb meerdere opladers in mijn tas zitten, waaronder een klein zonnepaneel. Ze werken wel hoor, het duurt alleen twee dagen voordat je telefoon helemaal is opgeladen. Sinds ik geen ov-kaart meer heb, ga ik met de auto naar school, vandaar de autosleutels. Aan het begin van het schooljaar probeerde ik een agenda voor 2015 te kopen, maar die waren overal uitverkocht. Als je goed kijkt, zie je dat ik van 2016 2015 heb gemaakt.'



## Schaatszussen komen terug op de marathon

De winter is onderweg dus de schaatsen mogen uit het vet. Schaatszusjes Elsemieke en Clarissa van Maaren willen zich deze winter bewijzen op de marathon.

In de fresiakwekerij van hun vader poseren zusjes Elsemieke (rechts) en Clarissa van Maaren met hun schaatsen. Beiden studeren bij Avans. Elsemieke doet International Business & Languages in Den Bosch en Clarissa Fysiotherapie in Breda.

Dit jaar debuteren de zussen bij de marathonprofs. Voor Elsemieke van Maaren (18) is dit het seizoen om te zien waar ze staat. Vorig seizoen viel door een zwaar ongeluk, problemen met de trainer en de ziekte van Pfeiffer in het water. 'Sinds juli ben ik weer flink aan het trainen. Mijn zelfvertrouwen was weg, dus dat ben ik weer aan het opbouwen. Ik wil iedereen laten zien dat ik weer fit ben.'

Ook haar drie jaar oudere zus Clarissa had te kampen met blessureleed. Door een beknelling van haar liesslagader stroomde het bloed niet goed door naar haar been. 'Daardoor raakte ik binnen no-time volledig verzuurd en was schaatsen bijna onmogelijk.' Lange afstanden kon ze daardoor niet meer aan. Dit jaar schaatst ze voor het eerst marathons. 'Ik schaatste al op lange afstanden en kreeg nu de kans om voor een ma-

rathonschaatsploeg te rijden. Ik wilde toch eens proberen hoe de marathons mij afgaan.' Bijna ieder weekend schaatsen ze nu een marathon. Trainen doen ze allebei iedere dag een paar uur. Als het weer het toelaat, schaatsen ze straks ook op natuurijs. 'Ik vind natuurijs eigenlijk heel stom', vertelt Elsemieke. 'Het is zo onvoorspelbaar met die scheuren. Die zie je makkelijk over het hoofd en dan val ik weer.' De zussen rijden niet voor dezelfde ploeg. Geen probleem, want niet alles moet per se samen. Elsemieke: 'Ik schaats tijdens een training graag achter een paar sterke mannen aan die beter zijn dan ik. Clarissa traint heel anders. Ze is heel berekenend.'

Toch weten de zussen elkaar te vinden op het ijs. Clarissa: 'Je kent elkaar goed. Ondanks dat we in een andere ploeg zitten, zoeken we elkaar in het peloton wel eens op. Als we elkaar kunnen helpen tijdens de wedstrijd zullen we het niet laten. We blijven toch zussen hè.'





# Brazilië

## GASTVRIJE BRAZILIANEN

Mert Can is derdejaarsstudent Chemische Technologie in Breda. Hij reisde af naar Brazilië, waar hij stage loopt aan de PUC Minas, een universiteit in de stad Belo Horizonte. Mert onderzoekt de ontwikkeling van ethanol reformer voor de productie van waterstof die als brandstof voor auto's dient.



### Hoe zijn de mensen in Brazilië?

'Toen ik aankwam in Brazilië werd ik opgehaald door mijn *buddy*, aan wie ik via school ben gekoppeld. Ze heeft me de eerste dag rondgeleid door de wijk en het centrum van Belo Horizonte en me laten zien waar ik een Braziliaans telefoonabonnement kon aanschaffen. Ook hielp ze bij het zoeken naar een kamer. Brazilianen zijn super gastvrij. Ik ben met mijn huisgenoot naar zijn familie geweest in een andere stad en we zijn daar het hele weekend gebleven. De familie nam me mee naar een feest en iedere dag werd er uitgebreid gekookt. Brazilianen zijn ook behulpzaam. Ik was met een groep internationale studenten in Rio de Janeiro en raakte iedereen kwijt tijdens het uitgaan. Na een lange zoektocht besloot ik dat ik terug moest naar het hostel. Ik heb de weg gevraagd aan twee Brazilianen en zij namen me met de taxi mee naar mijn hostel! Zo aardig. Het gaat in Brazilië ook wat minder formeel dan in Nederland. Dat merk je vooral bij de eerste ontmoeting, waarbij het normaal is dat een man een vrouw een kus geeft.'

### Waar woon je?

'Ik heb een kamer gehuurd vlakbij de PUC Minas. In de wijk waar ik woon heb je een plein

waar de studenten elkaar 's avonds ontmoeten. Om het plein zijn cafeetjes en restaurants waar we regelmatig eten en drinken. Verder heb ik drie huisgenoten waarvan twee Brazilianen en een Argentijn. Met hen oefen ik geregeld mijn Portugees.'

### Moest je veel regelen voor je stage in Brazilië?

'Ik moest de juiste documenten verzamelen voor mijn visumaanvraag en op zoek naar een verblijfplaats in Brazilië. Trek daar maar een aantal maanden voor uit als je naar het buitenland wilt. Ik raad het wel iedereen aan om tijdens je studie naar het buitenland te gaan. Je leert zoveel. Je ontmoet nieuwe mensen uit verschillende culturen en maakt veel vrienden. Daarnaast kun je vaak afreizen naar prachtige plaatsen. Een nieuwe taal leren is ook altijd handig voor je carrière!'

### Zie je ook nog wat van het land?

'Ik maak hier regelmatig tripjes. Het Ipanemastrand in Rio vond ik heel mooi. Het is een groot strand, met uitzicht op de bergen. Het was helaas iets te koud om het water in te gaan. Er zijn ook hele mooie natuurgebieden rondom Rio en Belo Horizonte. Ik ben van plan om nogmaals naar Rio te gaan om Nieuwjaar daar te vieren. Verder wil ik Sao Paulo bezoeken. Naast deze twee grote steden zijn er nog andere plaatsen zoals Salvador en Fortaleza die ik wil zien. Doordat ik eerder ben begonnen aan mijn stage heb ik in januari tijd om te reizen. Het is hier geweldig. De mensen zijn vriendelijk en gastvrij. De zon schijnt regelmatig. Je kunt hier goed eten. Ik heb het prima naar mijn zin.'





19 DECEMBER - KERSTSPECIAL

## 80'S VERANTWOORD

Zin in een kerstfeestje? Bij 80's Verantwoord & 80's Alternative gaan deze avond de voetjes van de vloer op de beste kersthitjes uit de jaren tachtig. Met de speciale 'verzoekencomputer' kun jij al je lievelingsliedjes aanvragen. Even uitrusten van al dat dansen? Dan kun je ook Pacman en Asteroids spelen. Op naar de jaren 80!

W2 Den Bosch, 22.00 uur, 8 euro



16 DECEMBER - FILM

## STAR WARS

In a galaxy far far away... Op woensdag 16 december verschijnt het langverwachte nieuwe deel uit de geliefde filmreeks *Star Wars: The*

*Force Awakens*. Dertig jaar na de gebeurtenissen van de eerste films keren o.a. Han Solo en Luke Skywalker terug en maak je kennis met een aantal nieuwe personages. Goed nieuws dus voor de echte Star Wars liefhebbers, die al ruim 10 jaar smachten naar een vervolg.



19 DECEMBER - THEATER

## EVA DE ROOVERE

Ze werd in Nederland bekend toen ze samen met Diggy Dex de hit 'Fantastig Toch' scoorde. Zeven jaar eerder debuteerde Eva de Roovere al met haar solo-album *De Jager* met klassiekers als: 'Niemand zoals wij' en 'Anoniem'. De Vlaamse maakt ongedwongen Nederlandstalige luisterpop, en wil met haar theatershow *Viert* een nieuwe weg inslaan, op zoek naar het avontuur. Fijn om naar te luisteren!

Chassé Theater Breda, 20.30 uur, vanaf 11,20 euro

17 DECEMBER - MUZIEK

DOTAN



Dotan, je kunt niet meer om de Amsterdamse singer-songwriter heen na zijn überpopulaire hit 'Home'. Hij speelde al op Pinkpop en Rock Werchter en sluit 2015 af in een uitverkochte Ziggo Dome. Voordat het zover is, komt de zanger eerst nog naar Tilburg om de vernieuwde 013 plat te spelen. Zijn prachtige liedjes houden het midden tussen aanstekelijke indiepop en gevoelige singer-songwriter muziek.

013 Tilburg, 20.00 uur, 32,50 euro

28 NOVEMBER - DANCE

DUIKBOOT



Festiveizoenen over? Voor Duikboot niet. Zij verplaatsen hun succesvolle festival in november gewoon naar binnen. Bezoekers van Duikboot Indoor kunnen net als tijdens de zomereditie los gaan op techno en house. De line-up bestaat onder andere uit: Dekmantel Soundsystem, Wouter S., De Badmeesters en Ejeca. De feestjes van Duikboot zijn populair, dus wacht niet te lang met een kaartje kopen.

Strand Binnen Breda, 15.00 uur, vanaf 24,50 euro





**BOEK** FRANCESCA HAIG - VUURPREEK



Een postapocalyptische wereld waarin een sterke jonge meid het opneemt tegen een groep overheersers. *Vuurpreek* is niet het langverwachte nieuwe deel in de succesvolle *Hongerspelen*-trilogie, maar het eerste deel in een nieuwe reeks spannende boeken. Het speelt zich af in een wereld waar alleen maar tweelingen worden geboren. Elke tweeling bestaat uit een gezond mens (Alpha) en iemand met een mutatie (Omega). De tweelingen worden van elkaar gescheiden want Alpha's willen niet omgaan met Omega's en onderdrukken hen. Maar als je de ene helft van een tweeling doodt, zal ook de andere sterven. Dat brengt hoofdpersoon Cass in een lastig parket want haar broer staat bekend als een van de meest gehate leiders van de Alpha's. *Vuurpreek* stijgt boven soortgelijke boeken uit doordat de auteur zichzelf niet verliest in het schetsen van een andere wereld, maar dicht bij de karakters blijft. Neem daarbij een aantal verrassende plotwendingen en genoeg actie en je kunt spreken van een prima verhaal. [Arold Roestenburg]



**SERIE** JOANNA NEWSOM - DIVERS



De Amerikaanse singer-songwriter Joanna Newsom, een exponent van de zogenoemde freakfolksceen, staat bekend om haar feëriëke muziek, haar schrille stem en haar harp. Al jarenlang laat ze de standaard popmuziek links liggen en waagt ze zich aan bizarre arrangementen en onnavolgbare melodieën. Haar vierde album *Divers* is daar geen uitzondering op en heeft enkele luisterbeurten nodig voordat alle puzzelstukjes op z'n plek vallen. Enkele hoogtepunten zijn opener 'Anecdotes', afsluiter 'Time, As A Symptom' en 'Same Old Man', dat gaat over de stad New York. Het lied is gebaseerd op een oude folksong en combineert Joanna's harp met een banjo. Joanna Newsom maakt geen makkelijke muziek en *Divers* vereist de volle aandacht van de luisteraar. Maar het is de investering meer dan waard. Een meesterwerkje. [Sanne La Grouw]



**FILM** THE PROGRAM



Weet je nog dat we allemaal geloofden in de fantastische wielprestaties van Lance Armstrong? 'I've never tested positive for performance-enhancing drugs', was het veelgehoorde evangelie van de wielrenner. De speelfilm *The Program* beschrijft de reis van Armstrong (Ben Foster) van een kleine, eerlijke wielrenner tot de dopingzondaar die zeven keer de Tour de France won. De held die kanker overwon, de baas in het peloton, maar ook de man die iedereen die hem buiten het peloton om niet zinde het zwijgen oplegde. Alle versies van Armstrong komen voorbij. *The Program* brengt weinig nieuws voor de wielervriend, maar laat op buitengewone wijze de absurditeit van topsport zien. De bizarre strijd van Armstrong en zijn team om uit de handen van de dopingautoriteiten te blijven. Met acteurs die bijna niet meer van de echte versie te onderscheiden zijn. Een mooie film over de wielrenner die te groot was om te vallen. [Sjuul Nelissen]



**MARISKA VERBERNE**  
EERSTEJAARS MENS EN TECHNIEK TILBURG

**FAVORIEET**

**MAGIC MIKE**

'Via een vriendin zag ik Magic Mike voor het eerst. Zij is helemaal weg van de films en heeft het tweede deel vier keer in de bioscoop gezien. Ik ben twee keer met haar mee geweest. Ik vond het zo leuk dat ik het eerste deel daarna ook bekeken heb. Die is ook goed, maar *Magic Mike XXL* spreekt mij meer aan. De verhaallijn van die film is beter. Het zijn vermakelijke films om te kijken, want ze zijn erg grappig en er spelen veel knappe mannen in. Vooral hoofdrolspeler Channing Tatum ziet er goed uit en hij kan goed dansen. Het grappigste stukje van *Magic Mike XXL* is dat ze aan de drugs zitten en naar een tankstation gaan. Daar moeten ze een dikke vrouw laten lachen en dat doen ze door op een idioot manier voor haar te strippen. Die scène moet je gewoon zien!'



# top sporten kost geen bal meer!

1 JAAR:  
**99**  
euro!



**BRESS**

BREDASE STUDENTENSPORT

powered by:

**avans**  
hogeschool



**BRESS biedt:** 40 verschillende sporten! / een nieuwe, grote fitnessruimte! / top fitnessapparatuur: Connexus & Magnum Full Power Rack / een vernieuwde dansruimte! / 6 vernieuwde squashbanen! de enige NOC-NSF sporthal in West-Brabant! / geen video, maar échte sportinstructeurs!

**Sportkaarten zijn te koop bij BRESS en via [bress.nl](http://bress.nl):** jaar 99,- / halfjaar 79,- / kwartaal 59,-all in!