

Onafhankelijk magazine van Avans Hogeschool

p u n t



punt.

of had

jij nog wat?

Jaargang 30
Punt 1

Breda
Den Bosch

Introspecial
punt.avans.nl

Tilburg
Roosendaal

Inhoud

Introspecial

.....	10	Avansmemes Herkenbaar leed met een knipoog
.....	4	Binnenkijken Avansstudenten op kamers
.....	16	Net begonnen Eerstejaars aan het woord
.....	10	Uitgaan in de Avanssteden Tips van de experts
.....	18	Installeren en klaar Apps die studeren makkelijker maken
.....	20	Over de grens Stage of studie in het buitenland
.....	12	Zelf koken Recepten voor ontbijt, lunch en diner

Colofon

Punt is een uitgave van Avans Hogeschool en wordt gratis aan studenten en medewerkers ter beschikking gesteld. De redactie werkt volgens beginselen van onafhankelijke journalistiek, zoals vastgesteld 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.

E-mail punt@avans.nl

Hoofdredacteur Susanne de Kroon, 088-5256128,
jcm.dekroon@avans.nl

Eindredacteur Suzanne Wolters, 088-5258882,
sm.wolters@avans.nl

Redactie Breda Larissa Gomes Meyer, 088- 5258247,
l.gomesmeyer@avans.nl

Redactie Den Bosch Sydney Douwes, 088-5255815, se.douwes@avans.nl
Levie Vriend, 088-5253227, lvriend@avans.nl
Onderwijsboulevard 215 Den Bosch, kamer OE002

Raad van Advies Hans de Brouwer, Mark Hasperhoven, Hans Pekaar
Postadres Postbus 90116, 4800 RA Breda

Landelijke nieuwsdienst HOP

Ontwerp en vormgeving Yashar van den Brandt, Nijmegen
www.yasharvandenbrandt.com, contact@yasharvandenbrandt.com

Fotografie Ilse Wolf

Cover Ilse Wolf

Aan dit nummer werkte verder mee Sanne van Lierop, @avansmemes

Druk Canon

Voel je thuis bij Avans

Op de bank, aan tafel, in bed: de afgelopen maanden heb je ‘gezellig’ thuis kunnen studeren. Maar nu mogen we weer naar college! Voor eerstejaars compleet nieuw, voor ouderejaars weer even wennen. Hoe zorg je ervoor dat je je snel (weer) thuis voelt bij Avans? Punt vraagt het aan de kersverse collegevoorzitter Philippe Raets. Sinds september loopt hij rond op de hogeschool en hij voelt zich al aardig welkom.

Tekst Susanne de Kroon



Zelf studeerde Philippe Raets, voorzitter van het College van Bestuur van Avans, onderwijskunde in Leuven en volgde hij in Utrecht klinische pedagogiek. Om zich in die studentensteden thuis te voelen, zocht hij graag de gezelligheid op. “Ik was niet degene die op de tafels stond te dansen, maar ik hield er wel van om met mijn vrienden bij elkaar te zijn”, aldus Raets. Vooral in de studentenstad Utrecht heeft hij zichzelf ontwikkeld. “Ik werkte er, gaf er les en was zelf student. Daar werd ik mondiger en assertiever.”

En die eigenschappen gebruikt hij nog steeds. Ook in zijn nieuwe functie bij Avans Hogeschool. “Mensen, mensen, mensen, dat is waar het om draait. Het is belangrijk om met ze in contact te komen. Onderdeel worden van een gemeenschap is belangrijk. Dan krijg je een thuisgevoel.” Dat voelt Raets bij Avans sterk. “In die eerste weken dat ik hier rondloop bezoek ik veel locaties en hoor de mooiste verhalen. Als mensen me groeten voel ik me thuis.”



Nieuwe stad? 4 tips om je snel op je plek te voelen

- Leer je studentenstad kennen: pak de fiets en verken de stad. Sla straatjes in en raak de weg kwijt. Het is niet erg als je verdwaalt.

- Het is fijn om routines op te bouwen. Zoek een leuk koffietentje uit en ga er elke zaterdag een bakje halen. Zo leer je na verloop van tijd steeds meer mensen kennen. “In Rotterdam, waar ik woon, bezoek ik elke zaterdag een van mijn

favoriete koffiezaken: Kopi Soesoe of Hopper.”

- Neem een baantje in de buurt of zorg dat je ergens lid van bent. Als je altijd hebt gevolleybald, is het goed om dat ook te doen in de stad waar je studeert.

- Zorg voor goede wifi. Ook connected zijn geeft je een gevoel van thuis. Je wilt niets meer missen.

Binnenkijken bij Avans- studenten op kamers

Of je nu in een dispuutshuis woont in Tilburg, met je Oostenrijkse studiegenoot op een huis in Rosmalen past, of van je kamer in Breda een kleurrijke plek hebt gemaakt die helemaal bij je past: op kamers wonen heeft veel voordelen vinden deze Avansstudenten.



‘De inrichting van mijn kamer verandert wekelijks’

Door een spontane oproep vond Luca Fay van de Laar, student Art & Research in Breda, de perfecte kamer in Breda. De lockdown maakte wennen aan haar nieuwe stad wat lastiger, maar inmiddels zit ze helemaal op haar plek.

Het idee om op kamers te gaan ontstond eigenlijk vrij spontaan bij Luca, vertelt ze. “Ik was er eerst helemaal niet mee bezig, tot ik spontaan een berichtje in de groepsapp van school zette met de vraag of iemand een kamer in Breda wist. Een week later tekende ik het huurcontract en verhuisde ik van Eindhoven naar Breda”, vertelt de kunststudent, die met drie huisgenootjes in de buurt van St. Joost School of Art & Design woont. “Alles aan deze kamer is perfect. Het is dichtbij school, het heeft grote ramen en dus veel licht, een regendouche, een schone keuken én leuke huisgenoten. Beter kan niet.”

Puur Luca

Een dag nadat de derdejaarsstudent Art & Research op kamers ging, ging Nederland voor het eerst in lockdown. Dat maakte het verhuizen en wennen aan een nieuwe stad best ingewikkeld. Inmiddels is daar geen sprake meer van en voelt haar kamer van zeventien vierkante meter, die vol staat en hangt met planten, olieverfschilderijen, doeken, knuffels, beschilderde kasten, een knusse bank, foto's en zelfs een verkeersbord, echt als thuis. “Maar de opstelling verandert bijna wekelijks. Ik trek mijn kamer leeg als mijn hoofd vol zit”, zegt Luca. “Ik vind het fijn om alles te verplaatsen en een nieuw plekje te geven. Als het maar ‘puur Luca’ is en anderen zich er op hun gemak voelen. Dat vind ik belangrijk.”

Vallen en opstaan

Luca raadt het iedere student aan om op kamers te gaan. Al is het maar omdat het praktisch is om in de stad te wonen waar je studeert. Maar ook omdat het goed is voor je sociale leven en je er op persoonlijk gebied veel van leert. “Als jij niet kookt, schoonmaakt of de was doet, is er niemand die het voor je doet”, zegt Luca. Ze merkte dat op jezelf wonen met vallen en opstaan gaat. “Lang niet alles gaat in een keer goed. Fouten maken mag en hoort erbij. Daar leer je van.”

3

Tips van Luca voor als je op kamers gaat wonen

.....
“Wees niet te zuinig, dat is niet leuk. Koop wat je nodig hebt.”

“Bel niet elke dag je ouders en ga niet elk weekend naar huis als je net op kamers zit. Op die manier voelt het alsof je op je kamer ‘logeert’ en duurt het langer voordat het als thuis voelt.”

“Koken is een fijne verbindende activiteit. Doe dit met huisgenoten, vrienden of mensen die je beter wilt leren kennen! Samen eten is ook veel gezelliger dan alleen.”

‘Welke student heeft nou een grote tuin?’

Voor Nederlandse studenten is het lastig om woonruimte te vinden, maar voor internationals is dat vaak nóg moeilijker. Vraag dat maar aan de Oostenrijkse Avansstudenten Martin Zimmermann en Paul Sailer, die sinds een paar weken in Nederland wonen. Dankzij een creatieve oproep huren ze nu in Rosmalen het huis van een Britse vrouw.

Oostenrijkers Martin en Paul zijn in een paar weken al aardig ingeburgerd in Nederland. Zo staan er in de tuin twee fietsen, waarmee ze dagelijks van Rosmalen naar het Stationsplein in Den Bosch fietsen. “In Oostenrijk waarschuwen ze ons voor het slechte Nederlandse weer, maar dat valt tot nu toe erg mee. We hebben maar amper regen gehad. De tocht naar de hogeschool leggen we inmiddels in twintig minuten af in plaats van dertig. We gaan steeds sneller”, vertellen de twee Erasmusstudenten International Entrepreneurship lachend.

Dat lachen deden ze een paar weken geleden minder, toen ze wanhopig zochten naar woonruimte in Den Bosch. Al in Wenen contacteerden ze plaatselijke makelaars en schreven ze zich in bij wooncoöperaties, maar zonder resultaat. En hun reis naar Nederland wachtte. “Het was verschrikkelijk moeilijk”, vertelt Paul. “Uiteindelijk kwamen we uit bij een camping in Rosmalen, want we moesten toch ergens wonen. Twee weken sliepen we daar, terwijl we zochten naar iets beters. Gelukkig was het mooi weer, anders was het helemaal vreselijk geweest.”

Kattenliefhebbers

Martin en Paul besloten het over een andere boeg te gooien en maakten flyers waarop ze met hun mascotte Bart Simpson een oproep plaatsten voor woonruimte. Die hingen ze op ze in supermarkten, bij Avans en ze plaatsten hem in Facebookgroepen. Met succes: een Britse vrouw die tijdelijk in Engeland

woont, bood de studenten haar woning te huur aan. Die kans lieten ze niet liggen. “Het is gezellig, ruim genoeg om vrienden uit te nodigen en we hebben een grote tuin. Welke student heeft dat nou?” De eigenares van de woning stelde wel een voorwaarde aan het verhuren van kamers: de studenten moeten haar twee katten verzorgen. “Toen hebben we maar gedaan alsof we allebei grote kattenliefhebbers zijn”, vertellen ze. “Het zijn gelukkig hele leuke, lieve dieren. We zorgen er graag voor.”

Aardiger dan Oostenrijkers

Nederland bevalt de twee studenten tot nu toe erg goed. “Het is hier fantastisch. Iedereen spreekt goed Engels en mensen zijn aardig, veel aardiger dan in Oostenrijk”, zegt Martin tevreden. “En de supermarkten zijn hier op zondag open, dat heb ik nog nooit eerder gezien. Maar ook het studeren zelf is leuk en anders dan thuis. Er is meer interactie.”

Nu Martin en Paul voor de komende vijf maanden gesetteld zijn, delen ze graag hun tips met andere kamerzoekende studenten. “Plaats oproepen in Facebookgroepen, dat werkt uiteindelijk beter dan je inschrijven bij betaalde organisaties”, zegt Paul. “Pas wel goed op voor oplichters. Die zijn er een hoop. Check altijd de profielen en ga na of de personen echt bestaan. En wees creatief met je flyer: zo is het ons ook gelukt. Wij wonen hier perfect!”

Punt ging op bezoek bij Martin en Paul. Scan de QR-code voor de video.









‘Met een fust bier de bus in’

Roel Bouten, Daan Zegers en Stijn Op ‘t Hoog (op de foto) zijn drie van de vijf bewoners van het huis van heren-dispuut Tie of Friendship (TOF) in Tilburg. Met een bar die van bier voorzien wordt door Bavaria, een zelf gemetselde barbecue in de tuin en huisfeesten, is het regelmatig gezellig druk in huis.

Muren die volgeplakt zijn met foto's van leden en oud-leden, een zelfgemaakte tafel met het logo van Tie of Friendship en vlaggen: het is wel duidelijk dat hier de heren van TOF wonen. Het is het enige huis van het dispuut en draagt de naam AVZH. "Waar dat voor staat, is eigenlijk elke keer anders", vertelt Daan, student Ruimtelijke Ontwikkeling. "Het is maar net hoe het uitkomt. De ene keer is het Atletiek Vereniging Zuid-Holland, de andere keer Alle Vloeren Zijn Horizontaal. Alles kan." Roel vult aan: "Die naam is in 1997 bedacht, zo lang is dit al een dispuutshuis. Hij is blijven hangen, maar we weten niet of er echt een betekenis is."

In de buurt, net buiten het centrum van Tilburg, staan veel studentenhuizen, maar er wonen ook gezinnen. "We hebben goed contact met de burens", vertelt Daan. "We zitten graag buiten voor een barbecue, maar als ze ons vragen om naar binnen te gaan, dan doen we dat ook. We willen geen boze burens." Centraal punt in huis is bar De Koperen Ploert, met - heel handig - een Bavaria-tap. Roel begint te lachen. "Er moest een keer een fust gehaald worden, maar

niemand kon dat doen. Ik ben toen door Daan afgezet bij de vereniging om er een op te halen en ging vanaf daar met het fust de bus in. Op het station moest ik overstappen, maar werd aangehouden door de politie. Toen werd het even spannend, want ik was nog zeventien. Gelukkig konden ze er wel om lachen."

Nu ze op donderdagavond weer naar de vereniging kunnen gaan, zullen er minder feestjes thuis zijn. In coronatijd gebeurde dat wel regelmatig, geven de studenten toe. "In het begin niet hoor, maar daarna wel", zegt Roel. "We wilden toch graag samenkomen met de andere leden van het dispuut", voegt Daan toe. Die zijn in principe altijd welkom om bier te komen drinken. "Maar als er tentamens zijn, dan wordt daar wel rekening mee gehouden", zegt Stijn.

Handig vinden de huisgenoten het dat ze allemaal bij Avans in Tilburg studeren. Niet alle vijf aan dezelfde opleiding, maar veel is herkenbaar en je kunt elkaar wel helpen. Ook in coronatijd was het fijn dat ze in hetzelfde schuitje zaten. "Stijn en ik liepen stage, maar deden dat vanuit huis. Tussendoor gingen we dan even lopen. Als iedereen tegelijk online lessen moest volgen, hadden we weleens problemen met de wifi."

Typisch Avans

Beeld @avansmemes

Instagrampagina Avansmemes is de verzamelplek voor collectief leed rondom studeren bij Avans. Met een knipoog uiteraard. Over tentamenweken, online lessen en lastminute in elkaar geflanste projecten.

Eerste dag terug op school na de lockdown



Wanneer de docent powerpoint opent en je ziet dia 1 van 243



HOE IK DACHT DAT HET
INTRO FESTIVAL WAS



WHAT I GOT...





Duurste streamingsdiensten
van Nederland per jaar

NETFLIX

95,88

VIDEOLAND
BY RTL

107,88

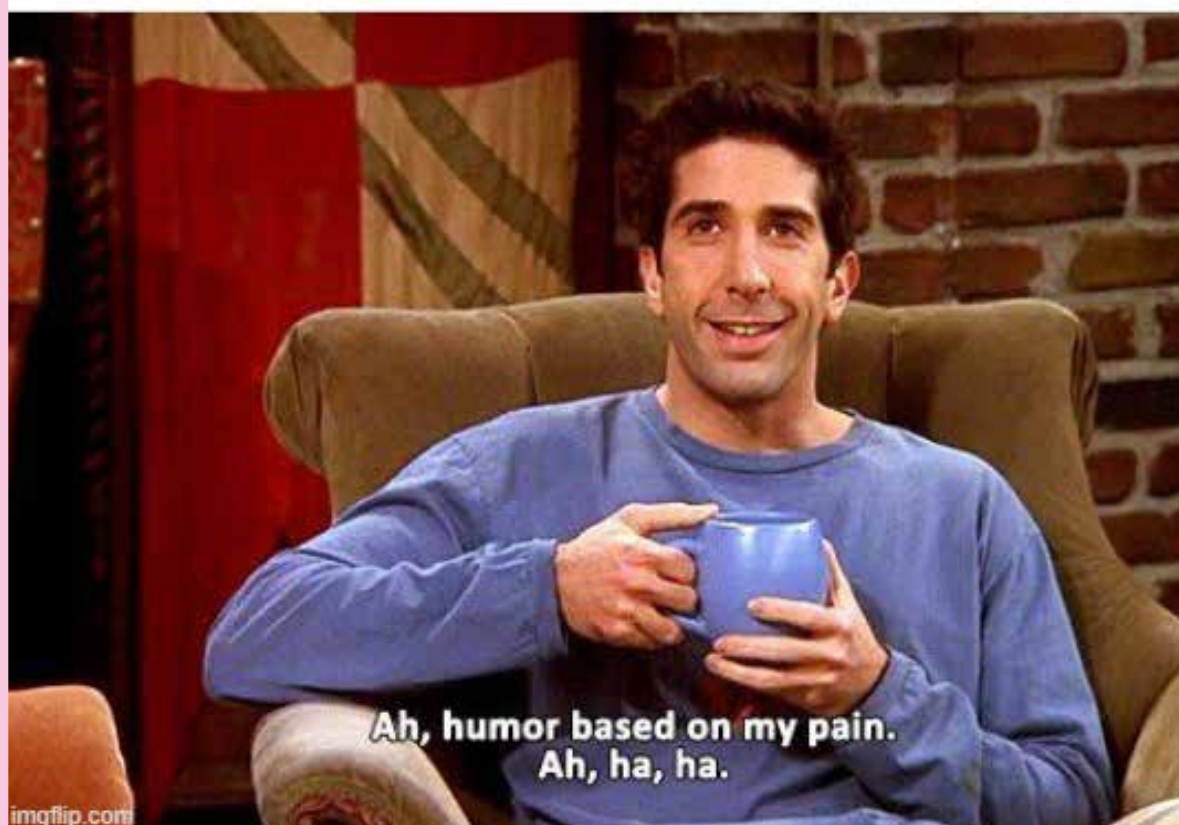
Disney+

83,88

avans
hogeschool

2083,-

Wanneer je ziet dat er een
nieuwe meme van AvansMemes is gepost



Studentenrecepten

Woon je net op jezelf, komt die prangende vraag weer om de hoek kijken: wat eet ik vandaag? Om je op weg te helpen bedacht Sanne van Lierop, net afgestudeerd bij Business Innovation in Den Bosch en nu werkzaam als receptontwikkelaar en foodfotograaf, drie lekkere recepten met volop variatietips.

Ontbijt Kokos blauwe bes havermout

Ingrediënten voor 2 personen

80 gram havermout
2 tl kokosrasp
2 tl maple syrup
(agave siroop of honing kan ook)
1 el chiazaad
160 gram (plantaardige) yoghurt
(griekse yoghurt kan ook)
100 gram blauwe bessen
120 ml amandelmelk of normale melk

Bereiding

Warme bereiding in de ochtend
Doe alle ingrediënten behalve de blauwe bes samen in een pannetje, breng aan de kook en roer tot de havermout de gewenste dikte heeft.
Top de havermout vervolgens af met de blauwe bessen en eventueel andere toppings.

Koude bereiding | overnight

Meng in een bakje of potje alle ingrediënten behalve de blauwe bessen en zet het voor een nachtje in de koelkast.
Top de volgende ochtend af met de blauwe bessen en eventueel andere toppings.

Variatietip

Vervang de blauwe bessen eens door frambozen, aardbeien of bramen.

Bewaartip

Bereid twee porties in een keer en zet het in een afgesloten bakje in de koelkast zodat je voor twee ochtenden ontbijt hebt dat je makkelijk mee kunt nemen naar school.



Lunch

Gezonde wraps met avocado & ei, super makkelijk!

Ingrediënten voor 2 personen

4 eieren
4 kleine volkoren wraps
1 avocado
150 gram tomaatjes
30 gram feta
Sap van ½ limoen
2 handen rucola
Zout & peper naar smaak

Bereiding

Spray bakspray of wat olie in een pan en scramble hier de eitjes in. Voeg vervolgens de tomaatjes in stukjes gesneden toe. Breng op smaak met peper, zout en wat limoensap. Verdeel het eimengsel over de wraps en maak af met wat rucola, avocado en feta.

Variatietip

Voeg eens gerookte kip toe als je niet vega bent.

Tip

Heb je groenten die op moeten? Roerbak die even mee met de eieren zodat je niks verspilt (scheelt ook weer geld ;))

Bewaartip:

Bereid het eimengsel eventueel de avond van tevoren zodat je het 's ochtends makkelijk mee kunt nemen en er je wraps mee kunt vullen.

Extra lekker tip

Maak de wraps af met een lekkere chilisaus!

Meer recepten van Sanne zien?
Kijk op foodbysann.com of volg
foodbysann op Instagram

Avondeten

Vegetarische pasta met tomatensaus en basilicum

Ingrediënten voor 2 personen

150 gram ongekookte pasta
½ rode ui
1 teentje knoflook
300 gram cherrytomaatjes
200 gram courgette
150 gram tomatensaus naar keuze
(kant-en-klare vers saus Napolitana van Albert Heijn is erg lekker!)

80 gram mozzarella
Verse rucola, basilicum en parmezaan naar smaak
Zout & peper naar smaak
1 el olijfolie

Bereiding

Kook de pasta gaar en snijd ondertussen de ui, knoflook en courgette in stukjes en de tomaatjes doormidden. Verhit de olijfolie in een pan en fruit hierin de ui en knoflook voor 2 minuten. Doe hier vervolgens de tomaatjes en courgette met een snuf zout en peper bij, bak voor 5 minuten. Voeg hier vervolgens de tomatensaus aan toe. Als de pasta gaar is voeg je de pasta en de mozzarella in stukjes ook toe aan de saus. Laat de mozzarella er door heen smelten en haal goed door elkaar. Serveer de pasta met de rucola, basilicum en parmezaanse kaas naar smaak.

Variatietip

Voeg voor de variatie eens gehakt toe. Je kunt gewoon gehakt, kipgehakt of vega gehakt gebruiken. Hou je meer van vis? Dan zijn scampi's of garnalen heel erg lekker in deze pasta. Wil je de pasta mee naar school nemen? Voeg wat extra rucola toe om er een pastasalade van te maken, zo is die ook koud heel lekker om te eten.

Goed om te weten

Avans helpt je op allerlei manieren bij je studie. Maar we kunnen ons voorstellen dat het je af en toe duizelt door al die namen en termen. Daarom licht *Punt* een aantal belangrijke zaken uit.

Studentendecanen

Heb je persoonlijke of financiële problemen? Een chronische ziekte of functiebeperking die je belemmert bij het studeren? Of doe je naast je opleiding aan topsport? Dan kun je terecht bij de studentendecanen. Zij helpen je bij het zo goed mogelijk vervolgen van je studie. Heb je bijvoorbeeld dyslexie? Dan zijn er speciale faciliteiten en voorzieningen waar je gebruik van kunt maken.

Een afspraak met een studentendecaan maak je via de Studenten Informatie Balie: 088-5257550.

Avans Extra

Studenten die zich ook naast hun opleiding willen ontwikkelen, kunnen terecht op extra.avans.nl. Je vindt er een divers aanbod van gratis trainingen, workshops, lezingen en events. Ook de activiteiten van GreenOffice staan daartussen, zoals een duurzame 'thuis-challenge'. De trainingen en workshops van Avans Extra leren je bijvoorbeeld zelfverzekerd presenteren, omgaan met je perfectionisme of hoe je efficiënter studeert met dyslexie. Je kunt er ook terecht als je twijfelt aan je studiekeuze, voor hulp bij het omgaan met verlies of als je met andere studentondernemers in contact wilt komen.

Kijk voor het aanbod op extra.avans.nl.

Avans One

Avans One is dé app van Avans. Je vindt er niet alleen je lesrooster, maar ook je toetsen, deadlines en andere afspraken. Die kun je zelf inplannen in je Outlook-agenda van Avans, zodat je alles in één overzicht hebt. Ook je studieresultaten en -voortgang check je in de app. Je leest er het laatste nieuws en hebt je digitale collegekaart altijd bij de hand.

Download de app in de App Store of in Google Play. Kijk voor meer info op avansone.nl.

ServicePunt

Van vragen over de betaling van het collegegeld of studeren in het buitenland tot informatie over Avans One en het in- of uitschrijven voor een opleiding: belangrijke informatie vind je in ServicePunt: servicepunt.avans.nl. Even inloggen en op de juiste tegel klikken. Kom je er niet uit? Ga dan langs bij de Studenten Informatie Balie of bel 088-5257550.

Uitleenmuur

Op de vier grotere Avanslocaties (Hogeschoollaan en Lovensdijkstraat in Breda, Onderwijsboulevard in Den Bosch en Prof. Cobbenhagenlaan in Tilburg) vind je uitleenmuren. Met daarin foto- en videocamera's, statieven, microfoons, telefoon- en laptopopladers. Maar je leent er ook bijvoorbeeld een paraplu. Je reserveert de materialen via ServicePunt (servicepunt.avans.nl). Met de QR-code in de reservering die je gemaild krijgt, haal je de spullen op.

Online spreekuur

Heb je ondersteuning nodig bij het studeren, twijfel je over je studiekeuze of heb je een andere vraag over je persoonlijke of professionele ontwikkeling? Dan kun je terecht op het online spreekuur van Avans.

Avansstudenten kunnen zelf een afspraak inplannen voor een gesprek van 15 minuten met een decaan of studie-(keuze)adviseur. Die kan ze helpen of doorverwijzen als dat nodig is.

Voordeel van het online spreekuur is dat studenten snel terecht kunnen en geholpen worden.

Kijk voor meer info op studentinfo.avans.nl.

Stilteruimte

Wie zich even wil terugtrekken, kan terecht in een stilteruimte. Die vind je aan de Hogeschoollaan in Breda (HGS08) en aan de Onderwijsboulevard in Den Bosch (ODS17).

International Office

Wil je tijdens je opleiding bij Avans voor studie of stage naar het buitenland? Dan kan International Office je helpen. Op hun site vind je wat er in de huidige situatie wel en niet mogelijk is en een handig stappenplan met daarin wat je wanneer moet regelen of aanvragen, bijvoorbeeld een Erasmus+ beurs.

Kijk voor meer info op goingabroad.avans.nl. Blader door naar pagina 20 voor de ervaringen van studenten die voor studie en stage naar het buitenland gingen.

Nieuw op de hogeschool

Ernest Adjei, Industrial Engineering & Management in Breda

Ernest Adjei is als eerstejaars niet alleen nieuw op Avans, maar ook in Nederland. De uitwisselingsstudent uit Spanje woont hier pas een paar weken en studeert Industrial Engineering & Management aan de Lovensdijkstraat in Breda. “Even wennen, maar tot nu toe bevalt het goed. In Spanje hadden we vaak les met 50 man tegelijk. Hier zijn de klassen een stuk kleiner. Dat vind ik fijn, en het zorgt ervoor dat ik veel actiever ben in de les. Het stellen van vragen aan docenten, die allemaal heel goed te benaderen zijn, doe ik nu sneller”, vertelt hij.

Tijd om de stad Breda te ontdekken heeft Ernest nog niet gehad en datzelfde geldt voor het gebouw waarin hij lessen volgt. De Avansstudent heeft zich nog niet durven wagen aan typisch Nederlands eten. “Ik heb nog geen Nederlandse vrienden gemaakt met wie ik dat kan doen, maar dat komt later wel.”

Voorlopig richt de goedlachse Ernest zich op zijn colleges bij Avans, iets wat in sommige gevallen moeite genoeg kost. Vakken als wiskunde gaan hem goed af, maar sommige chemievakken vindt hij lastiger. “Ik hoop dus ook dat ik straks stage kan lopen in een bedrijf met de focus op het ontwikkelen van motoren. Als er chemie bij komt kijken krijgen we ongelukken, haha!”



Larissa Griffioen, Forensisch Laboratorium Onderzoek in Breda

“Het gaat best wel goed, maar het is meer werk dan ik had verwacht. Op de middelbare school kreeg je veel aangereikt, hier moet je het vooral zelf doen”, antwoordt Larissa Griffioen, eerstejaarsstudent Forensisch Laboratorium Onderzoek in Breda op de vraag hoe haar eerste weken bij Avans zijn. “Dat is wennen, maar ik vind het leuk. Nu zit ik geen hele dagen meer op school, maar kan ik zelf bepalen wanneer ik wat doe.”

Om geen achterstanden te ontwikkelen in haar studie, heeft Larissa een voor haar werkend plan bedacht. Doordeweeks werkt ze veel aan school en komt ze als het kan zelfs eerder naar Avans om al wat te doen. ‘s Avonds werkt ze ook door, zodat ze in de weekenden vrij is. “Dat werkt tot nu toe goed.

Ik maak ook direct na elk college een samenvatting. Dan zit het nog vers in mijn hoofd en blijft het hangen. Dat is een tip die ik andere studenten wil meegeven!”

Haar klas vindt de van oorsprong Utrechtse student, die op kamers woont in Breda, tot nu toe het leukste aan Avans. Vooral omdat haar klasgenoten elkaar het gevoel geven dat iedereen er mag zijn, hoe je ook bent. “Dat vind ik heel fijn”, zegt Larissa, die zich het meest verheugt op haar stage in het derde jaar. “Hopelijk bij de afdeling sporenonderzoek van de politie. Ik kijk veel CSI, daar gebeurt dat ook. Het is mijn droom om zulk werk te gaan doen!”



Ook dit jaar zijn er weer duizenden studenten begonnen aan een opleiding bij Avans. Hoe vinden ze hun studie tot nu toe? Hoe is het om weer in

de schoolbanken te zitten na ruim anderhalf jaar coronaperikelen? En waar kijken ze het meest naar uit?



Asmae Hasnaoui, Human Resource Management in Breda

“Mijn eerste weken op Avans zijn heel leuk, maar wel vermoeiend”, zegt Asmae Hasnaoui, eerstejaarsstudent Human Resource Management in Breda. “Door corona was ik het helemaal niet meer gewend om elke dag fysiek naar school te gaan. Daar moet je echt weer even inkomen.”

De colleges op de hogeschool bevalen haar goed, al is hier studeren wel even iets anders dan op de middelbare school. “Je hebt veel meer vrijheid en moet alles goed inplannen om geen achterstanden op te lopen. Door mijn zus, die hier ook studeert, wist ik dat wel een beetje, maar als je het zelf meemaakt is het toch anders. En ik heb best last van uitstelgedrag...”, vertelt ze lachend.

Het leukste aan studeren vindt ze tot nu toe haar studiegenoten, waarmee Asmae het goed kan vinden. Maar ook de projecten zelf vallen in de smaak, zeker nu ze tien weken lang aan een project werkt dat in het teken staat van de Efteling. “Dat vind ik het leukste pretpark. Aan het eind van het project horen we welk groepje hun eindresultaten mag presenteren aan de directie van het park. Spannend!”

Anthony Wiericx, Bouwkunde in Tilburg

“Er komt best veel op me af deze eerste paar weken bij Avans. Soms verlang ik terug naar de middelbare school”, geeft eerstejaarsstudent Bouwkunde Anthony Wiericx eerlijk toe. “Hier moet je veel dingen zelf uitzoeken. Dat is anders dan ik gewend ben.”

Tot nu toe overheerst geluk voor de student een tevreden gevoel en heeft hij veel zin om te studeren. Dat zit ‘m in het feit dat Anthony hier éindelijk veel met zijn handen mag werken, in plaats van de hele dag naar in zijn ogen saaie theorie hoeft te luisteren. “We hebben al maquettes gemaakt en met een 3D-printer gewerkt. Zo’n apparaat hadden we op de middelbare school niet”, vertelt de student.



Anthony denkt dat hij zijn huidige woonplaats volgend jaar waarschijnlijk verruult voor Tilburg. En daar kijkt hij nu al naar uit. “Nu duurt het veertig minuten voor ik op school ben, dat vind ik best lang. Als ik volgend jaar hier woon, kan ik veel makkelijker ‘s avonds naar een feestje gaan. En dan stap ik de volgende ochtend gewoon op de fiets.”



Op de cover

Maud Stevens, Casper Kruithof en Jordy Gaartman, Ondernemerschap en Retail Management in Breda, schitteren op de cover van deze Punt

“Wij zijn deze eerste weken een beetje de drie amigo’s”, vertellen Maud, Casper en Jordy lachend bij Avans aan de Hogeschoollaan in Breda. De drie eerstejaarsstudenten Ondernemerschap & Retail Management vermaken zich de eerste weken meer dan prima met elkaar. “Al kunnen we het met iedereen in onze klas goed vinden. Dat is ook gelijk het leuke, we kunnen allemaal goed door een deur.”

De drie verheugen zich dit jaar het meest op hun incubator. Daarin moeten ze hun eigen bedrijf opzetten. “Wat we gaan doen weten we nog niet, maar daar kijken we echt naar uit!”

Yara Nelissen, Verpleegkunde in Den Bosch

Waar Yara het allermeeste zin in heeft dit collegejaar? Haar stage, zonder enige twijfel. "Ik kan echt niet wachten om in de praktijk aan de slag te gaan, hoe leuk ik de theorie bij Avans tot nu toe ook vind", vertelt ze. "Mijn uiteindelijke doel is om op de ambulance te werken, maar mijn eerste stage mag best ergens in een verpleeghuis plaatsvinden. Eerst maar eens leren hoe ik mensen goed moet wassen!"

Vorig jaar studeerde Yara ook al Verpleegkunde, maar dan op de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen. Dat beviel niet echt. "Dat is hier wel anders. Ik merk nu al dat er veel begeleiding is en dat de docenten en ook mijn studiegenoten heel leuk zijn. Het bevalt echt heel goed", zegt Yara, die aangeeft dat corona vorig jaar een grote spelbreker was. De meeste van haar colleges vonden immers online plaats. "Nu ben ik elke dag op school, waardoor ik veel meer van de lessen meekrijg. Online stelde ik niet zo snel vragen, nu wel. En het is ook een stuk gezelliger, je leert je klasgenoten veel beter kennen!"



Sven Akkermans, Ad Human Resource Management in Roosendaal

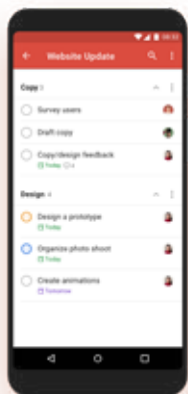
"Ik ben nog maar net begonnen bij Avans, maar ik kan nu al zeggen dat ik hier écht op mijn plek zit", vertelt Sven Akkermans, Ad-student in Roosendaal. "Andere scholen en opleidingen waren het niet voor mij, maar dat is hier wel anders. Het bevalt me heel goed."

Voordat Sven naar Avans kwam, volgde hij opleidingen in ICT en in detailhandel en hij rondde een administratieve opleiding af. Nu volgt hij de tweejarige opleiding Human Resource Management. "Daar komt alles samen. Vooral de afwisseling tussen theorie en praktijk vind ik heel fijn. Heb je een opdracht waarvoor je iemand bij een bedrijf moet interviewen? Ga maar op pad. Je wordt gelijk in het diepe gegooid, maar wel met de nodige aandacht en begeleiding van gepassioneerde docenten. Dat heb ik nog nergens anders gezien", vertelt hij glunderend.

Een nieuwe studie betekent dit collegejaar ook fysiek colleges volgen met studiegenoten, in plaats van alleen maar via Teams. "Heel fijn is dat. Teams werkte toch niet altijd naar behoren. Op locatie kun je sparren, maar elkaar vooral recht in de ogen aankijken. In persoon kom je tot veel betere resultaten dan vanachter je computer."

Deze 7 apps heb jij nodig om je studententijd door te komen

Zie jij door alle bomen het bos af en toe niet meer? Dan kun je wel wat hulp gebruiken bij het op orde brengen van je hoofd, want met een fris, geordend hoofd studeer je beter. Deze studentenapps helpen je daarbij.



1. Todoist



Maak een to-do-lijst

Dat project nog inleveren, die ene docent terugmailen, je deel van het groepswerk afmaken... Duizend dingen te doen, maar niet weten waar je moet beginnen? Orden je to do's in de app Todoist zodat je duidelijk hebt wat je nog moet doen. In het overzicht van vandaag zie je wat je die dag te doen hebt. De drie belangrijkste taken markeer je met prioriteit 1. Die verschijnen dan in het rood bovenaan. De app tipt om met die taken te beginnen, omdat je dan nog fris en energiek bent.



Geen afleiding van je telefoon

Snel afgeleid? Download voor iOS Be Focused. Die app zorgt ervoor dat je 25 minuten geconcentreerd werkt of studeert en daarna 5 minuten pauze houdt. Focus werkt volgens dezelfde methode en is geschikt voor Android. Iets meer uitdaging nodig? Laat dan je eigen boom groeien in de app Forest door geconcentreerd te werken. Iedere keer dat je je telefoon aanraakt, sterft je boom een stukje af.



Ontspan!

Is je boom (zie tip 2) al drie meter hoog? Hoog tijd voor een zenmomentje. De meditatieapp Calm leert je in een 7-dagen challenge alles over meditatie en mindfulness. Belangrijk om ook eens met een leeg hoofd aan je tentamen te beginnen.



'Die dikke' helpt je wel ;-)

Je hoeft niet naar de boekenwinkel voor een fysiek exemplaar, want de Dikke Van Dale heeft een online variant, handig! Download de Van Dale App in de App Store of Google Play en je hebt de betekenissen van alle woorden die je maar kunt bedenken bij de hand.



6. Quizlet



3. Calm



Scan-apps

Al je geld erdoorheen gejaagd tijdens het inrichten van je kamer en heb je geen geld meer over voor een printer of scanner? Geen probleem! Op school kun je zowel printen als scannen. Vergeten te doen? Scan dan je documenten in met een scan app.



Quizen maar!

Je woont niet meer thuis, dus moeders kan je niet meer overhoren. Ook al je huisgenoten zijn de deur uit, dus wie overheert jou over je tentamenstof? Quizlet is het antwoord. Voer daar je tentamenstof in en de app maakt er vragen over.



Bronnen makkelijk verwerken

Oeps! Die deadline van vanavond komt ineens wel heel dichtbij. Waar je verstand op nul gaat en je zo een verslag uit je mouw schudt, is een bronvermelding in APA-stijl verwerken taaie kost. De makers van Easybib maken het je makkelijk. Snel en op de juiste manier verwerkt de app je bronnen.

Over de grens voor studie of stage

Je kunt natuurlijk vier jaar lang je colleges volgen bij Avans en in de buurt van je woonplaats stage lopen. Maar heb je weleens gedacht aan een tijdje studeren of een stage in het buitenland? Studenten Lonneke en Floor vertellen over hun ervaringen én geven tips voor een onvergetelijke tijd.

Floor liep stage op Curaçao: ‘Verdiep je in de cultuur’

Student International Business, Floor van den Bergh, verruilde haar Brabantse omgeving vorig collegejaar voor een stage op het zonnige Curaçao. Dat was voor haar een van de mooiste periodes uit haar leven.

“Het was echt fantastisch en ik zou liever vandaag dan morgen teruggaan”, blikt ze terug. “Een lange periode was ik weg van mijn familie en leefde ik in een ander land met een hele andere cultuur. Ik vond het geweldig.”

Voordat de vierdejaarsstudent International Business in Den Bosch naar het eiland vertrok, bereidde ze zich in Nederland goed voor. Via Avans, waar ze met vragen terecht kon, maar ook met een extern stagebureau. “Zij hielpen bij het regelen van mijn woning, verzekering en vergunningen. Ik raad het iedereen aan om gebruik te maken van alle hulpmogelijkheden die er zijn”, vertelt Floor, die weinig anders zou doen als ze nog een keer zou gaan. Haar periode verliep op rolletjes, wat volgens haar ook kwam doordat ze bij een Nederlandstalige werkplek stage liep.

Open boek

“Ik kwam in een grote groep andere studenten terecht. Ik ben een open boek en deel nogal snel veel met vrienden. Die mensen wisten toen vaak nog niet eens wat mijn naam was. Misschien dat ik de volgende keer iets minder snel alles deel en beter nadenk over wat ik allemaal zeg.”

Volgens Floor is het dus goed om de praktische zaken in Nederland al goed te regelen. “Maar het is ook slim om je vooraf te verdiepen in de cultuur en gebruiken van een land. Geven ze ergens fooi, bijvoorbeeld? De bevolking van een land waardeert het vaak echt dat je je best hebt gedaan, dus doe dat vooral!”

Tekst **Levie Vriend** en
Suzanne Wolters

Tips van Floor:

- Zoek goed uit of je de huur van je woning maandelijks moet betalen, of alles in een keer. Dat voorkomt een hoop stress.
- Boek niet alleen een vliegticket voor de heenreis, maar ook alvast voor de terugreis. Dat bespaart geld.
- Geniet van je tijd daar en doe ook vooral leuke dingen naast je studie of stage.

Lonneke studeerde in Valencia: 'Ik heb veel mensen leren kennen'



Lonneke Hulsen studeerde voor de zomer af bij Technische Bedrijfskunde in Tilburg. In het laatste jaar van haar opleiding ging ze voor haar vrije minor naar Valencia, waar ze verschillende vakken volgde aan business school EDEM. Ze was blij met haar keuze voor de Spaanse stad: "Op het gebied van zelfstandigheid en initiatief nemen heb ik veel geleerd."

Een tijd naar het buitenland voor studie of stage is een verrijking, hoor je vaak. Lonneke kan dat alleen maar beamen. "Het is heel waardevol om meer te leren over andere landen en culturen. En door buiten je vertrouwde vrienden- en familiekring te treden, leer je onwijs veel leuke nieuwe mensen kennen en doe je dingen die je anders misschien minder snel zou doen. Met veel mensen die ik in Valencia heb leren kennen, heb ik nu nog contact."

Alles nieuw

"Voor mij was het bovendien de eerste keer dat ik op mezelf woonde, wat een ervaring op zich is", vertelt Lonneke. Ook de stad, de school en de mensen waren nieuw. "Ik moest zelf mijn weg vinden, contacten leggen en veel uitzoeken. Op het gebied van zelfstandigheid en initiatief nemen heb ik veel geleerd."

Valencia was voor Lonneke een goede keuze. Het is een echte studentenstad waar veel te doen is, ontdekte ze. "We hebben mooie uitstapjes kunnen maken in de regio eromheen. Ik had graag nog wat langer willen blijven, om nog wat meer van Spanje te zien. Dat was alleen niet handig met corona en omdat ik moest gaan afstuderen."

Fijn gevoel

"Ik zou het studenten zeker aanraden om naar het buitenland te gaan. Er is altijd wel een school die vakken aanbiedt in jouw studierichting of een stagebedrijf dat aan je wensen voldoet. Het kost wat tijd om goed uit te zoeken waar je een fijn gevoel bij hebt, maar zodra je er bent is het alleen maar genieten!"



Ook voor studie of stage naar het buitenland?

Als medewerker van International Office geeft Corine Kerkhof op meerdere momenten in een collegejaar samen met haar collega's voorlichting en hulp aan Avansstudenten die voor hun studie of stage naar het buitenland willen. Dat doen ze in het eerste stadium via de Going Abroad Information Fair, die komend jaar op 3 februari 2022 is. Daarbij laten ze studenten zien wat de opties zijn om naar het buitenland te gaan. Daarnaast organiseren ze 'pre departure meetings', waarbij ze studenten voor vertrek inlichten over het aanvragen van de Erasmus+-beurs, verzekeringen en wat ze moeten doen in het geval van calamiteiten.

Natuurramp

International Office is er ook voor studenten die in het buitenland zijn en iets naars meemaken, zoals een aanslag of natuurramp. "Wanneer zoiets gebeurt, zoeken we uit of er Avansstudenten in het betreffende land zitten, vertelt Kerkhof. Als dat zo is, zoeken wij zo snel mogelijk contact omdat wij willen weten hoe het met hen gaat. Avans is verantwoordelijk voor haar studenten. Vaak verandert dan ook het reisadvies en moet een student bijvoorbeeld eerder terugkeren naar Nederland."

Verrijking

Inhoudelijk advies geven over specifieke stages en opdrachten doen Kerkhof en haar collega's niet. Daarvoor moeten studenten bij hun academie zijn. Maar ze raadt het nieuwe en huidige Avansstudenten wél aan om naar het buitenland te gaan, mochten ze die kans krijgen. "Het is een verrijking van je studententijd én van je leven", vertelt de Avansmedewerker. "Als je student bent, is het ook het perfecte moment om er een paar maanden tussenuit te gaan. Je hebt nog geen koophuis of vaste baan."

Kerkhof heeft een tip voor studenten die het wel zien zitten om Nederland een paar maanden te verlaten tijdens hun opleiding: kies niet alléén maar een land omdat je er goed kunt uitgaan. "Kies het omdat je wilt kennismaken met een andere cultuur, manier van werken of een interessant stagebedrijf. Dat hoeft niet meteen een ver land als Zuid-Korea te zijn, maar kan ook prima Duitsland of België zijn. Daar leer je net zo goed een hoop en ervaar je hoe het is om in een ander land te leven."

Tips van Lonneke:

- Begin op tijd met oriënteren op mogelijke landen en scholen die aansluiten. Het invullen van de juiste formulieren voor je beurs is best een gedoe. Hoe eerder je alles hebt geregeld, hoe sneller je kunt gaan zoeken naar een fijne accommodatie.
- Zoek vooraf uit wat fijne wijken zijn om te wonen. Vaak vind je in facebookgroepen veel aanbod van woonruimtes.
- De uitstapjes die georganiseerd werden speciaal voor Erasmus-studenten waren heel leuk. Je ging dan vaak naar een mooi stadje of natuurgebied en leerde meteen leuke mensen kennen.



The
winter
edition!



INTRO FESTIVAL

Den Bosch  Breda

02
DEC

SPORTIOM | DEN BOSCH
17.00 - 23.00

16
DEC

BREEPARK | BREDA
17.00 - 23.00

INTROFESTIVALDENBOSCH.NL



INTROFESTIVALBREDANL