

onafhankelijk studentenblad

veto

jaargang 49 nummer 0
augustus-september 2022
tweewekelijks blad
erkeningsnummer p706128
afgiftekantoor Leuven



PB-PP1B-02817
BELGIË(N)-BELGIQUE

Welkom in Leuven



Aula 1 km

Kot 2 km



Zelf niet de macht in handen over je punten 4

De mijlpaalregels uitgelegd

Zes digitale tips voor je studententijd 5

Quivr, Blackboard en gratis wifi in elke studentenstad

De beste eetplekjes in Leuven 6-7

Op deze plaatsen haal je het beste en/of goedkoopste studentenvoer



Het ABC van het studentenleven 8-9

Een korte gids over allerlei termen uit het studentenmilieu

Al fietsend door je studentenleven 10

Zo parkeer, repareer en demarkeer je in de juiste versnelling in Leuven



De prof heeft niet altijd gelijk 11

Opinie over het belang van je punten gaan inkijken

Wie zijn de personen achter de aula? 12-13

Ontdek de mensen die hun naam gaven aan de Leuvense aula's

Zo heb je een stem als student 14-15

Het kluwen aan studentenraden, -koepels en -kringen ontwaard

Cultuurhuizen in Leuven 16-17

De bekendste plaatsen om cultuur op te snuiven in onze studentenstad

Wanneer je drie maanden stopt met sociale media 18-19

Het persoonlijke verhaal en de mening van experts over een sociale media detox



Beeldpagina 20-21

Werk van Nathan Verbelen

Angst voor de Tuut 22

Interview met de oprichter van de Tuut Van Tegenwoordig, over de strijd tegen Tinnitus

Universiteiten zijn nog steeds mannelijke bastions 24

Een analyse van het structurele seksisme aan de Vlaamse universiteiten

Strip 25

De lezing van Tammekat

Cannabis: Illegaal, maar overal 26-27

Interview met gebruikers over het effect van de softdrug

'Cannabis is nooit een goed idee als je een mentale dip hebt' 28

Een expert over de gevolgen van het gebruiken van cannabis



Een jointje roken met je vader 29

Een pleidooi voor de decriminalisering van marihuana

Fleur je kot op 30-31

Uitknipbare plantjes voor de mensen zonder groene vingers

Grote ongelijkheid bij sparende studenten 33-35

Wat hebben studenten gemiddeld op hun bankrekening staan?



You got into Harvard? What, Like it's hard? 29-30

Het nieuwe Vlaamse beurzenprogramma dat studeren aan Harvard mogelijk maakt

KU Leugen 36-37

Ontdek het academiejaar, begin bij een volle mailbox

Sjarels crypto 38-39

Cryptisch puzzelen



Het leven in een sneeuwbol

De Naamsestraat, de Tiensestraat, de Diesestraat, de Mechelsestraat, de Tervuursestraat en de Brusselsestraat: de eerste week van het academiejaar lijkt heel België in Leuven te liggen. De tweede week ontdek je dat je vrienden op wandelafstand van je kot wonen. De derde week ontdek je dat alles in Leuven zich op wandelafstand bevindt.

Op welke campus je ook studeert: de kans is groot dat je in een kleine, aparte wereld terecht komt. Met een eigen dagritme, eigen sportvoorzieningen, tientallen verenigingen, studentenrestaurants en fakbars verblijven studenten tijdelijk in de sneeuwbol van de studententijd. De term 'academische wereld' is niet toevallig gekozen: het universitaire leven en het leven aan hogescholen speelt zich af in een wereld in de wereld.

In die kleine wereld zorgt *Veto* voor de kleine (maar grootse) journalistiek. Ons studentenblad houdt de vinger aan de pols, informeert en schudt de sneeuwbol door elkaar als dat nodig is. Dat kunnen we enkel dankzij al het talent dat onze redactie binnenwandelt. Al wie graag schrijft, tekent, interviewt, onderzoekt, recenseert, fotografeert, filmt, naleest of mopjes maakt, is van harte welkom om ons team te vervoegen. Elk sprankje creativiteit is een meerwaarde voor ons studentenblad. Je engagement is vrijblijvend: ook wie graag de sfeer opsnuift op de redactie, mag eens langskomen. Misschien plof je drie jaar later nog in dezelfde zetels neer.

De tijd vliegt. Voor je het weet, sta je in de grote mensenwereld. Voorlopig hoeft dat niet en kan je volop van het studentenleven genieten. Geniet van de goedkope treintickets, de studentenevenementen en vooral alle kansen die je worden geboden. *Veto* zet je met dit nummer alvast op weg. Maar ons studentenblad kan misschien nog meer voor je betekenen: overweeg zeker om eens langs te komen..

Dan rest mij enkel nog je een mooi verblijf in de sneeuwbol te wensen. *Veto* zal aan je zijde staan om het af en toe te laten sneeuwen – digitaal of op papier.☺

Joanna Wils is de hoofdredacteur. Het editoriaal wordt gedragen door de voltallige redactie.



Veto is het Leuvense studentenblad.



Veto is voor en door studenten.



Tweewekelijks verschijnt de papieren *Veto*.



Op *veto.be* verschijnt 24/7 het belangrijkste studentennieuws.



De *Veto's* vind je verspreid over de campussen in Leuven.



Als je *Veto* graag in de bus krijgt, kan je een abonnement nemen.



Blijf op de hoogte: volg *Veto* op Facebook, Twitter en Instagram.



Ook via Quivr kan je het studentennieuws op de voet volgen.



Iedereen is welkom op onze kennismakingsavonden en open redactievergaderingen.

Zelf niet de macht in handen over je punten

Beste eerstejaars, jullie moeten binnen twee jaar geslaagd zijn op al je eerstejaarsvakken. Maar af en toe is een 7/20 toch genoeg.

tekst: [Elien Stouten](#)
beeld: [Anne-Leen Declercq](#)

Vorig academiejaar voerde de KU Leuven het mijlpaalsysteem in. Concreet moeten starters in twee jaar tijd slagen op hun eerstejaarsvakken. De reden? De KU Leuven wil eerstejaars zo snel mogelijk over het eerste jaar heen slepen. Wanneer het je niet lukt om binnen de twee jaar voor al je eerstejaarsvakken te 'slagen', moet je stoppen met de opleiding.

In een uitzonderlijk geval wordt ook een 7/20 gede-libereerd

Gelukig is 'slagen' aan de KU Leuven soms een ruim begrip. In het eerste jaar delibereert de universiteit jouw 8/20's en 9/20's.

Geen gratis punten

Er zijn wel een aantal voorwaarden. Ten eerste moet je puntengemiddelde minstens 50% zijn. Ten tweede mogen de vakken die gede-libereerd worden samen maximum 12 studiepunten wegen. En ten derde moet het delibereeren ervoor zorgen dat je in een keer de hele korf eerstejaarsvakken (de 'mijlpaal') behaalt. Als niet aan alle voorwaarden voldaan wordt, wordt niets getolereerd.

Zodra je de mijlpaal hebt behaald, begint het goede leven. Dan kan je in de rest van je bachelor nog 12 studiepunten tolereren als je een 8/20 of 9/20 hebt gehaald. Dat kon vroeger al vanaf het eerste jaar, maar precies dat is afgeschaft. Eerstejaars worden voortaan gede-libereerd; ouderejaars (met mijlpaal op zak) mogen nog steeds zelf tolereren.

7/20

De KU Leuven geeft je nog één extra duwtje in de rug. In een uitzonderlijk geval wordt ook een 7/20 gede-libereerd. Maar dan moet het wel gaan over één vak dat jou scheidt van het aangename leven van de mijlpaalbezitters. En opnieuw: je gemiddelde moet boven de 50% zitten.

Over studiepunten gesproken: een studiepoint geeft een idee van de hoeveelheid tijd en moeite die je in een vak steekt. Eén studiepoint staat gelijk aan 25 à 30 uren studeren. Elke fase of elk jaar binnen een opleiding bestaat in totaal uit zo'n 60 studiepunten.

De 18 studiepuntenregel

Zoals gezegd: als je na twee jaar studeren niet op alle eerstejaarsvakken geslaagd of gede-libereerd bent, wordt je gedurende één academiejaar de toegang ontzegd tot de opleiding. Je kan wel een andere opleiding aan de KU Leuven of dezelfde opleiding aan een andere onderwijsinstelling volgen.

De mijlpaal moet 'de eeuwige student' vermijden: elke student moet binnen een redelijke termijn zijn of haar diploma behalen

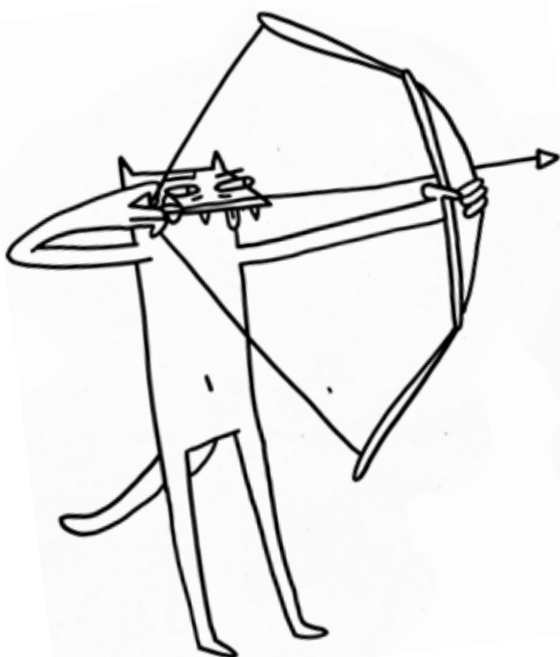
Bovenop deze mijlpaalregeling komt de '18 studiepuntenregel': als je op het einde van je eerste-bachelorjaar voor minder dan 18 studiepunten van de 60 bent geslaagd, moet je óók stoppen met de opleiding. Zonder tweede kans. (Voor zij met oudere broers en zussen, dat is de nieuwe naam voor de beruchte '30% CSE'.) Deze regel bestaat om te voorkomen dat studenten tevergeefs in een richting blijven die niet bij hen past.

Vaarwel aan 'de eeuwige student'

De mijlpaal moet 'de eeuwige student' vermijden; elke student moet namelijk binnen een redelijke termijn zijn of haar diploma behalen. Daarmee lost de KU Leuven een aloude problematiek op: studenten die drie jaar lang een eerstejaarsvak meeslepen. Als zij daar dan een derde keer voor falen, moeten ze stoppen en zijn ze die drie jaar kwijt.

Voor wie minder dan zestig studiepunten per jaar of per fase opneemt, zoals studenten met een functiebeperking, werkstudenten of topsporters, bestaan er uitzonderingen op de mijlpaalregeling.

Naast deze eerste mijlpaal volgen later in de opleiding de tweede en de derde mijlpaal: het behalen van je bachelor-, en respectievelijk masterdiploma. Daar zijn nog geen strenge regels aan verbonden.☺



Zes digitale tips voor je studententijd

Het wordt soms vloeken op KU Leuven's digitale infrastructuur, dat geven we je op een boekje. Maar er is ook heel veel mogelijk: hier een paar tips en tools om je op weg te helpen.

tekst: [Tijs Keukeleire](#)
beeld: [Jan Costers](#)

1. Gebruik Quivr

Om te beginnen: KU Leuven heeft geen eigen app. Behalve als je de 'kuleuven.app'-website meelt, maar dat is gewoon een portaal met linkjes naar andere toepassingen. Dus sprongen studenten zelf in het gat. De app Quivr vult de belangrijkste noden, zoals je uurrooster, de maaltijden in de Alma en de bezettingsgraad in de bibliotheken.

Maar Quivr gaat verder. Je kan ook de roosters van je vrienden zien en de laatste *Veto*-artikels verschijnen er zelfs. Lesdocumenten, mails of examenresultaten vind je er wel niet terug.

2. Gebruik de Blackboard-app

Met Quivr alleen kom je er nog niet. Je zal al snel kennis maken met Toledo, de Smartschool van de KU Leuven. Hierop komen de lesinhoud, communicatie en taken terecht. Toledo heeft geen app, maar de onderliggende software die de KU Leuven huurt voor Toledo heeft er wel een. Die is bovendien gratis.

3. Mapjes op Toledo

Over Toledo gesproken, je gaat al snel merken dat sommige proffen niet zo goed zijn in hun cursussen ordenen. Of soms net te goed! Door alles in aparte mapjes te steken, wordt er een angstaanjagend labyrint gecreëerd, waarin jij verwacht wordt je materiaal te vinden.

Druk dan in de blauwe zijbalk snel op het kleine mapicoontje bovenaan. Plots wordt je cursus overzichtelijker en vind je altijd perfect wat je zoekt.

4. Mails via je gsm

We hebben het nu gehad over uurroosters en cursussen. Maar wat dan met e-mail? Daar heb je in principe enkel toegang toe via owa.kuleuven.be (zie het mailicoontje op de Toledostartpagina). En de mobiele website van OWA, euhm, trekt op niet zo veel.

De KU Leuven schenkt studenten gratis wifi over de landsgrenzen heen

Een kleine tijdsinvestering die wij warm aanbevelen: link je mail aan je gsm, zodat je pushmeldingen krijgt. Dit zal zeker en vast van pas komen — bijvoorbeeld wanneer je prof 's ochtends een kwartier voor de les een mail stuurt dat hij ziek is. Dan kan jij je rustig omdraaien in bed, terwijl al die losers in de regen op de fiets springen omdat zij de e-mail niet hebben gelezen.

5. Uurrooster op je gsm

Quivr allemaal goed en wel, maar wat als je liefst je uurrooster in je digitale agenda hebt? Ook dat gaat, maar is wat lastiger. Stap 1: laat je uurrooster synchroniseren met je webagenda (zie kuleuven.be/insync voor de uitleg). Stap 2: druk in je online agenda op 'Delen' (naast 'Afdrukken') en deel je agenda eenvoudigweg met jezelf, of je ouders of je lief.

6. Gebruik Telenet WiFree

En dan, een van de meest onbekende voordelen van KU Leuven-student zijn: gratis Telenet WiFree. Wat? Jawel, KU Leuven schenkt je niet enkel wifi op de campus, maar ook in heel België. Inloggen met je r-nummer en wachtwoord volstaat. Er is wel een limiet van 5 GB per maand. Helemaal onderaan in het KU Loket vind je onder 'Opvolging Gebruik' hoeveel MB je nog over hebt.

De KU Leuven schenkt studenten zelfs gratis wifi over de landsgrenzen heen. Naast de wifi in de KU Leuven-gebouwen, Campusroam, bestaat er ook Eduroam. Dat is een wereldwijd netwerk van instellingen die hun gebruikers toelaten om op elkaars wifi te surfen. *Veto* interviewde de oprichter van Eduroam (zie veto.be/eduroam). Op citytrip in Berlijn en wifi nodig? Stap gewoon even een universiteit binnen en meld je aan!☺





De beste eetplekjes in Leuven

Student zijn doe je niet op een lege maag. Van een snelle hap tijdens het uitgaan tot een etentje met vrienden: Leuven is tal van leuke eetplekjes rijk.

tekst: [Kasper Nollet](#) en [Pascal Beyer](#)
beeld: [Celine Vandeweghe](#) en [Anne-Leen Declercq](#)

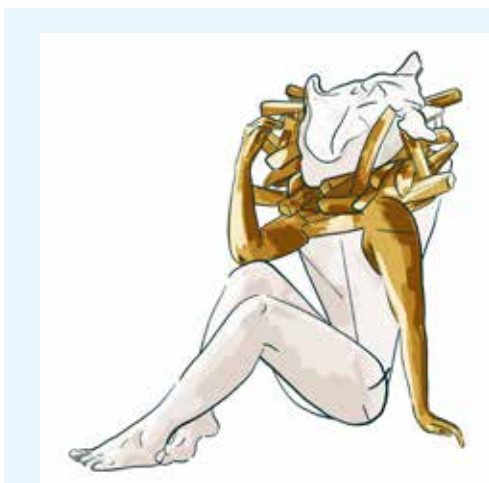
Klassiek studentenvoer

Laten we beginnen bij de klassiekers. De **Alma** is het officiële studentenrestaurant van de KU Leuven. Je kunt er 's middags en 's avonds goedkoop warme maaltijden eten. Klassiekers zijn de vol-au-vent en de spaghetti bolognaise, maar je vindt er ook goedkope broodjes. De sfeer is er altijd gezellig.

Nog zo'n juweeltje: **Loempialand**. Voor niet veel meer dan 6 euro kan je er zelf je menu samenstellen. Keuze genoeg, en je eet altijd het buikje rond. Handige tip: met de klantenkaart kan je stempels verzamelen voor een gratis menu.

Wil je dan ook eens echt uit eten gaan, maar aan een lage prijs? Dan is **De Werf** op het Hogeschoolplein de beste optie. Gezellig, lekker en relatief goedkoop. Let wel: je kan er enkel met cash of PayConiq betalen, niet met bankkaart.

- › Alma: €
- › Loempialand: €
- › De Werf: €€



Frietjes en kebabs

Wat frietjes of kebabs betreft, heb je in Leuven best veel keuze. Bekend is **Frituur Belgium** in de Kortestraat, die handig gelegen is voor tijdens het uitgaan: vlak naast de Oude Markt. De frietjes zijn er goed en niet al te duur.

Voor de beste prijs/kwaliteit kebabs in Leuven, kan je bij **Tasty Food** in de Vesaliusstraat terecht. Ideaal om te snacken op een budget.

Even legendarisch als iconisch is natuurlijk 'de muur' (**City Snack**) op de Grote Markt. Je vindt er allerhande frituursnacks om bij te tanken tijdens een dolle uitgaansnacht.

- › Frituur Belgium: €€
- › Tasty Food Vesalius: €
- › De muur: €

En daarmee pasta

Boccone biedt huisgemaakte pasta aan, met een groot assortiment aan sauzen en kazen aan zeer schappelijke prijzen. De Boccone-bekers zijn niet weg te denken uit het Leuvense straatbeeld. Ook de pizza' en panini's zijn absolute aanraders.

Bij **Pasta Ruffo** kan je als student zeer degelijk lunchen of dineren zonder je spaarpot te moeten openbreken. Sfeerrijk en overheerlijk.

Altijd al eens pasta met kreeft willen eten terwijl je je Italiaans oefent? Dan moet je bij **PepeNero** zijn. De ideale plaats voor een gezellig dinertje.

- › Boccone: €
- › Pasta Ruffo: €€
- › PepeNero: €€€



Pizza

Bij **Dal Pesce Innamorato** ga je als student al vanaf zes euro naar huis met een pizza. Goedkoper, sneller en vooral lekkerder dan Pizza Hut of Domino's.

Wil je je echt in Italië wanen? Dan moet je bij **Mamma Mia** zijn. Een gezellige pizzeria waar je na een paar uurtjes naar buiten kan rollen.

Voor een verrijkende culinaire ervaring kan je in Leuven bij **Guzzi** terecht. Seizoensgebonden pizza's met een moderne toets om u tegen te zeggen.

- › Dal pesce innamorata: €
- › Mamma Mia: €€
- › Guzzi: €€€



Broodjes

Een lekker broodje voor tussen de lessen door kan ook niet ontbreken. De goedkoopste broodjes vind je in de **Ekobar**, de broodjeszaak die wordt uitgebaat door Ekonomika, de studentenkring voor economiestudenten. Zo goed als alle broodjes zijn er onder de 2 euro.

Iets duurder, maar ook iets beter is de **Pain Louvain** in de Tiensestraat. Je hebt er best wat keuze, en de bediening gebeurt vlot en vriendelijk. Een gelijkaardig, maar iets gevarieerder aanbod vind je in **Piccolo** in de Bondgenotenlaan.

- › De Ekobar: €
- › Pain Louvain: €€
- › Piccolo: €€



Dessertjes

Wafels en ijsjes, maar dan overheerlijk, daar is **'t Galetje** gekend voor. De gigantische rijen in de zomer bewijzen dat. Tip: sprinkels zijn gratis.

Quetzal is waar je moet zijn voor een met chocoladesaus overgoten brownie, een smeltende moelleux of een chocolademilkshake. Voor chocolade dus.

Je verjaardag in stijl vieren? Haal dan je taart bij **les Tartes de Françaises!** Origineel, huisgemaakt en enorm gegeerd. Zo geliefd dat je ze best op voorhand bestelt.

- › 't Galetje: €
- › Quetzal: €€
- › Tarte Française: €€€



Voor de veggies

Voor de veggies heeft onze studentenstad zeker ook wat te bieden. Lekker en vegan uit eten kan je bijvoorbeeld doen in **Tabi Loo**, waar ze lekkere burgers en bowls hebben aan een redelijke prijs.

Wil je wat chiquer gaan, dan is **Noordoever** zeker een aanrader, al ligt het wel nogal ver van het centrum. Je schuift er aan bij een groot vegan buffet en stelt er naar eigen keuze je menu samen. Let wel: hoe zwaarder je bord, hoe hoger de prijs.

Voor een lekker vegan ontbijt of een lekkere lunch, is de **Lifebar** de plek om te zijn. Geniet er van een overheerlijke smoothie, een uitgebreid ontbijtmenu of een saladekom.

- › Tabi Loo: €
- › Noordoever: €€€
- › Lifebar: €€



Koffie

De naam **Barbóék** spreekt boekdelen: een boekenwinkel met een gezellige coffeeshop eraan gebreed. De perfecte plek voor een knus afspraakje. Sinds juli vind je hen ook terug in Museum M.

Eet je bij je koffie graag ook een groot stuk taart terwijl je wegkijnt in een gigantische sofa? Dan is **Swarthond** de plek voor jou. De ideale plaats om op een regenachtige winterdag te schuilen.

Onan is met uitstekende plek voor elke koffiesnob. De verschillende soorten bonen staan er tot aan het plafond opgestapeld. Het is tevens een gezellige plek om bij te kletsen.

- › Barbóék €€€
- › Swarthond: €€€
- › Onan: €



Al fietsend door je studentenleven

Fietsen in de binnenstad van Leuven heeft grote voordelen voor (startende) studenten. Al zijn studenten vaak niet de meest voorbeeldige weggebruikers. Een snelle samenvatting lijkt daarom op zijn plaats.

tekst: [Andreas Vandingenen](#)
beeld: [Tine Deleu](#)

Voor sommigen is een fiets niet weg te denken uit het studentenleven, anderen komen er niet bij in de buurt. Zowel pendel- als kotstudenten gebruiken regelmatig een tweewieler om de afstand van en naar de lessen te overbruggen. Er komt echter meer bij fietsgebruik kijken dan je denkt.

Fietsen doe je zo

Fietsen in de binnenstad van Leuven is niet altijd even gemakkelijk. Onoplettende studenten worden vaak tegengehouden in straten waar ze niet mogen fietsen. De drukbezochte Muntstraat, Boekhandelstraat en 's Meiersstraat zijn enkele belangrijke voorbeelden. Ook in het Sint-Donatuspark (ook bekend als het stadspark) mag je niet fietsen.

Enrichtingsstraten gelden niet alleen voor autobestuurders. De Charles Deberiotstraat, Vaartstraat, Blijde Inkomststraat, Sint-Antoniusberg en een stuk van de Tiensestraat zijn straten waar je als fietser niet in twee richtingen mag rijden. Bij een overtreding betaal je minimaal 58 euro.

Tijdens je studentenleven zal je fiets waarschijnlijk fysiek meer afzien dan jij

Voor fietsers geldt dezelfde wegcode als voor andere weggebruikers. Hou daarom altijd rekening met de aangegeven verkeersregels. Zo negeren studenten vaak de voorrangsregels in de Maria-Theresiastraat. Die ligt tussen groep T en de faculteit Letteren.

Herstellen doe je zo

Tijdens je studentenleven zal je fiets waarschijnlijk fysiek meer afzien dan jij. Je splinter-nieuwe exemplaar meenemen naar de universiteitsstad is daarom geen goed idee.

Let erop dat ook oude fietsen in orde moeten zijn. Overweeg daarom om een gekeurde fiets te huren.

Voorname 's nachts wordt er streng gecontroleerd op het gebruik van beschadigde fietsen. Fietsen zonder voor- of achterlicht levert je onmiddellijk een verkeersboete op. De zaklamp op je smartphone als alternatief gebruiken kan je zelfs een zwaardere boete opleveren.

Er zijn verschillende mogelijkheden om je fiets te laten herstellen. Op werkdagen kan je terecht bij het DIY Fietsatelier van de KU Leuven. Onder gratis begeleiding kan je daar je fiets zelf herstellen. Je betaalt enkel voor eventuele vervangstukken. Daarnaast kan je voor kleine herstellingen ook terecht bij een VELO-punt.

Parkeren doe je zo

Je fiets parkeren kan op verschillende plaatsen in de binnenstad. Voor een langdurige parkeertijd kan je gratis terecht aan het station Leuven of aan de Vaartkom. Ook vind je in de stad verschillende fietsparkeervakken en fietsrekken terug.

Verwijder je dat label niet, dan kan je na drie weken je fiets tegen betaling afhalen op de fietscentrale

Het is belangrijk dat je altijd rekening houdt met de verkeersaanduidingen. Indien je fiets foutief geparkeerd staat, mag de politie die onmiddellijk verwijderen. In de meeste gevallen hangen ze echter een rood label aan je fiets. Zo snel mogelijk verplaatsen is dus de boodschap!



Ook wanneer je fiets langdurig op dezelfde plaats staat, kan hij worden weggenomen. De stadswacht hangt dan een blauw label aan je fiets. Verwijder je dat label niet, dan kan je na drie weken je fiets tegen betaling afhalen op de fietscentrale.⊗



De prof heeft niet altijd gelijk

Als je naar een feedbackmoment gaat van een examen, kom je er vaak beter uit dan toen je binnenkwam. Een les die nog vele studenten te leren hebben.

tekst: [Benno Debals](#)
beeld: [Miette](#)

Halverwege september kreeg ik, net als velen onder ons, mijn resultaten uit de herexamenperiode te zien. Veelal wat ik verwachtte; ik was tevreden. Maar toen zag ik daar voor dat ene vak die duivelse 8 staan. Een schamele 8 op 20 voor een taak waarvan ik dacht: dit is het summum en beter kan ik niet. In allerijl haalde ik mijn Toledo boven en mailde ik de prof met de vraag voor een inkijsmoment. Wat bleek: ik had 16, maar ze had 'simpelweg' mijn score uit de eerste zit gekopieerd naar de kolom van de tweede zit.

Al drie jaar studeer ik aan de KU Leuven, en al driemaal is mij dit gelapt. Eenmaal was ik zagezegd niet aanwezig geweest op een examen, een andere keer had ik de score van een medestudent gekregen, en de derde maal lees je hierboven. Alle drie de keren heb ik er zelf om moeten vragen, want zonder mijn vertrouwen in feedback stond ik hier nog altijd met mijn 8 in handen. Een mens zou zich al beginnen af te vragen hoeveel vaker dit gebeurt, en of zelfs mijn geslaagde scores eigenlijk foutief zijn. We zullen het nooit weten.

Ik heb het mezelf nu al lang aangeleerd: als ik buis voor een examen, ga ik naar het inkijsmoment. Ondertussen heeft mijn gebrekkig vertrouwen in het administratief vermogen van de KU Leuven me een reden te meer gegeven om examens in te kijken, maar bovenal is er die ene goede vriend die me altijd heeft overtuigd om te gaan: feedback. Feedback is een ongelooflijk handige tool waar slechts weinig studenten hun hand naar uitsteken, ondanks de geboden kansen.

Feedback is een ongelooflijk handige tool waar slechts weinig studenten hun hand naar uitsteken

Hoewel ik mijn verhaal hier begonnen ben met het klagen over verkeerde cijfers, mag dat allermindst de drijfveer zijn om examens te gaan inkijsen. Ik heb bij die inkijsmomenten een niet te onderschatten brok aan informatie over die vakken gekregen, die ik door mijn cursussen te lezen nooit te weten zou zijn gekomen. Bij het nazien van je examen krijg je te horen waar je fout was, hoe je fout was, en hoe het beter kan in de toekomst.

Op redeneerfouten en praktische kennis kun je vaak pas gewezen worden wanneer je fout bent, en dan moet je — oh cliché — gewoonweg leren omgaan met die fouten en er beter uit durven komen. Ik had zonder mijn feedback voor filosofie nooit die 7 naar een 13 kunnen omzetten en tot op heden versta ik nog altijd veel beter hoe stroomlussen interageren, en dat allemaal door dat ene kleine vraagje dat ik fout had.

Missen is menselijk, en dat werkt in beide richtingen. Wij studenten schrijven geregeld misse antwoorden op en worden erop afgerekend. Een enkele prof kan soms wel eens een verkeerde score invoeren. Daarom is het belangrijk dat je je examen inkijs: ofwel kun je er zelf uit leren, ofwel kan de prof eruit leren om de ingegeven scores te dubbelchecken. Hoe dan ook, iedereen wint. En zo zien we het graag.

De Splinter bevat een mening van de auteur. Ze bevat niet de mening van de redactie.



Wie zijn de mensen achter de aula's?

Het verleden in Leuven bruist van roemrijke figuren. Als aandenken heeft de KU Leuven aan enkelen van de notabele dames of heren een aula opgedragen.

Aula Pieter De Somer, Charles Deberiotstraat 24

De eerste aula op onze lijst is vernoemd naar de eerste rector van de zelfstandige Nederlandstalige KU Leuven: Pieter De Somer (1917-1985). Als jongeman trok hij naar Leuven om geneeskunde te studeren in 1935. Uiteindelijk behaalde De Somer zijn diploma na zeven jaar zwoegen. In de loop van zijn carrière kwam hij bovendien terecht in de onderzoeksweld en verdiepte hij zich in de microbiologie en immunologie.

In 1968 braken er in Leuven studentenprotesten uit, geleid door de Vlaamse studenten. Ze ijverden voor een splitsing van de katholieke universiteit, die destijds tweetalig was. Die opdeling kwam er effectief, waardoor de Franstalige afdeling zich in Louvain-la-Neuve vestigde.

Hoewel Leuven zich in het oog van de storm bevond, slaagde rector De Somer in zijn ambitie om de universiteit een invloedrijk imago aan te meten. Hij drukte zijn stempel op de universiteit door maar liefst driemaal tot rector verkozen te worden. Die functie bekleedde hij tot zijn dood in 1985. Een blijk van zijn idealen is campus Gasthuisberg, dat onder zijn vleugels tot het grootste ziekenhuis van België zou uitgroeien.



Pieter De Somer

Auditorium Zeger Van Hee, Tiensestraat 4

Professor Zeger Van Hee (1909–1971) was decaan en hoogleraar aan de rechtenfaculteit. Hij speelde een belangrijke rol in de vernederlandsing van de lessen aan de KU Leuven, een trend dat begon vanaf de jaren 20 en 30 van de vorige eeuw. Eveneens was hij een voortrekker van de opsplitsing van de Leuvense universiteit in de jaren 60. Tot slot kennen we hem ook als de medeoprichter van Tijdschrift voor Notarissen.

Een weetje: zijn manier van lesgeven was enigszins bijzonder, want hij gebruikte geen nota's of cursussen. Een pure uitdaging voor de strevers onder ons.

Zeger Van Hee



Aula Vesalius, Andreas Vesaliusstraat 11

Andries van Wesele, alias Andreas Vesalius (1514–1564) was de grondlegger van de hedendaagse anatomie. Ook hij zat niet stil in Leuven: Vesalius volgde maar liefst vier studierichtingen. Hij begon met recht, waarna filosofie, Grieks en Latijn volgden.

Zijn onderricht vond hij in het Paedagogium Castri en het befaamde Collegium Trilingue. Vervolgens startte Vesalius de studie geneeskunde aan de Parijse Sorbonne. Destijds was de leer gebaseerd op de inzichten van de Griekse arts Galenus, die tot zijn visies kwam door het ontleden van dieren.

Andreas Vesalius verzette zich gaandeweg tegen die leer, omdat de werkelijkheid niet overeenstemde met wat Galenus beschreven had. Later trok hij naar Padua, waar hij anatomisch onderzoek verrichtte. Zijn bevindingen publiceerde hij uiteindelijk in zijn boek getiteld *De humani corporis fabrica libri septem*. Hiermee kwam ook de allereerste complete verhandeling over de anatomie op de markt.

Vesalius kreeg echter te maken met veel tegenstand van de aanhangers van Galenus en hield zijn academische carrière even voor bekeken. Kort na de publicatie van zijn boek in 1543 nam keizer Karel V hem in dienst als lijfarts. Ook zou Vesalius onder de heerschappij van Karels zoon, Filip II, in dienst staan van de vorst.



Andreas Vesalius

Auditorium Emma Vorlat, Edward Van Evenstraat 4

Emma Vorlat (1929–2017) studeerde Germaanse talen en promoveerde tot doctor in de Engelse taalkunde. Ze was een gedreven vrouwenrechtenactiviste. Vorlat zette haar vleugels onder de denktank Vrouw en Universiteit.

Ze was leidster van de interfacultaire raad Vrouw-Man-Universiteit en – niet minder opmerkelijk – de eerste vrouwelijke vicerector aan onze universiteit. Tot slot was Vorlat ook voorzitter van de Onderwijsraad en een bestuurslid van de KU Leuven.

Aula Max Weber, Parkstraat 51

De naam Max Weber (1864–1920), zal ongetwijfeld bij enkelen een belletje doen rinkelen. Weber is immers de grondlegger van de sociologie, maar

was daarnaast ook begeistert in politiek, recht, economie en geschiedenis. Aanvankelijk studeerde hij recht in Heidelberg, maar schakelde na zijn legerdienst over naar de universiteit van Berlijn.

Gedurende zijn academische loopbaan zat Weber niet stil: hij doceerde zowel in Freiburg, Heidelberg, Wenen als München. Naast hoogleraar economie was Weber ook werkzaam als advocaat.

Weber was ervan overtuigd dat de industrialisatie de positie van geloof en religie in onze maatschappij ondermijnt. Hij pende zijn gedachten neer en in 1905 verscheen zijn bekendste werk: *Die protestantische Ethik und der Geist des Kapitalismus*. Hierin stelde hij dat het protestantisme zijn aanhangers aanspoorde om hard te werken en weinig uit te geven, wat leidde tot een accumulatie van kapitaal.

Max Weber



Aula Jean Monnet, Parkstraat 51

Op zestienjarige leeftijd raakte de Fransman Jean Monnet (1888–1979) betrokken bij zijn familiezaak: de verkoop van cognac. Al van jongs af aan leerde Monnet de wereld van ondernemers kennen. Zijn talent voor organisatie zou zich gauw openbaren tijdens de Eerste Wereldoorlog, waar Monnet een rol speelde in de aanvoer van goederen en maritiem transport.

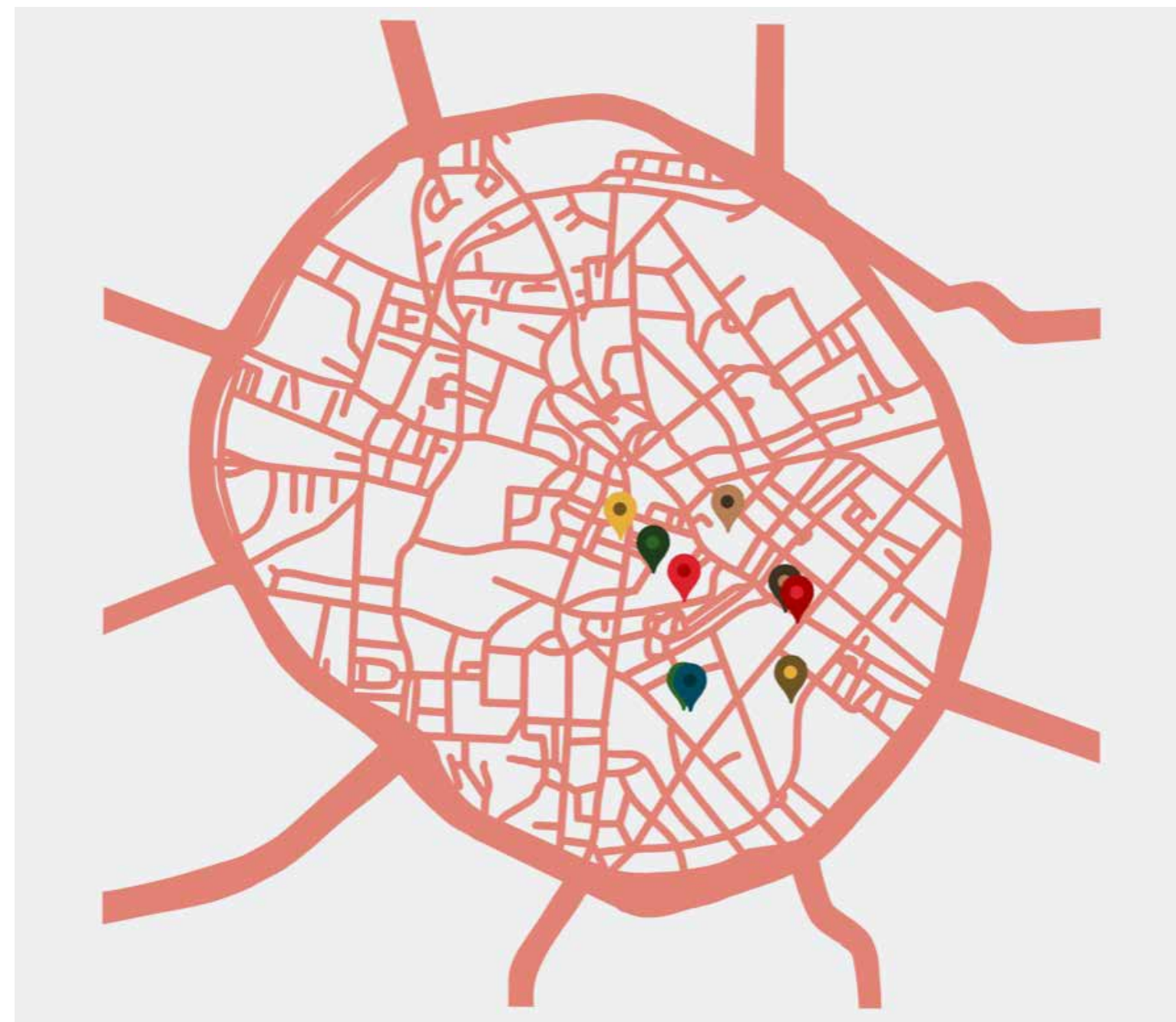
Door zijn optreden vergaarde hij later de post van secretaris-generaal van de Volkenbond, de gefaalde voorloper van de VN. Vervolgens werd Monnet financieel adviseur en bankier. Zijn grootste verdienste haalde hij echter als voortrekker van de Europese Gemeenschappen, waaruit later de Europese Unie geboren zou worden. Daardoor wordt Monnet wel eens de 'vader van de Europese Unie' genoemd.

Jean Monnet



Aula Gaston Eyskens, Dekenstraat 2

Gaston Eyskens (1905–1988) verzilverde zijn naam als toppoliticus en als drievoudig premier van België. Enkele ijkpunten onder zijn beleid waren het verdwijnen van de Belgische unitaire staat en de onafhankelijkheid van Congo. Tevens is hij de vader van latere (kortstondige) premier Mark Eyskens.



In zijn jeugdige jaren studeerde Gaston Eyskens handelswetenschappen en politieke en sociale wetenschappen aan, onder meer, de KU Leuven. Bovendien verwierf hij in zijn latere leven een leerstoel, waardoor hij ook professor en later decaan werd. Net zoals een paar collega's was ook Eyskens een voorstander van het vernederlandsen van de colleges.

Aula Michotte, Tiensestraat 102

Albert Michotte (1881–1965), was een Belgische psycholoog. Als filosofiestudent vond hij zijn onderricht aan de KU Leuven. Hij leverde baanbrekend werk in de experimentele psychologie, een tak van de psychologie die de nadruk legt op de invloed van de hersenen op het gedrag.

Michotte richtte verschillende laboratoria op waarin ook psychologisch onderzoek werd verricht. Uiteindelijk ging hij zelf aan de slag als professor aan de faculteit Letteren en Wijsbegeerte.

Albert Michotte



Aula J. Van Der Eecken, Naamstestraat 69

Jacques Van Der Eecken (1941–1995) was een econoom en decaan van de faculteit Economische en Toegepaste Wetenschappen. Gedurende zijn loopbaan verwierf hij de hoofdpost van het onderzoeks- en ontwikkelingsdepartement van de KU Leuven, een positie die hem de mogelijkheid bood om bruggen te slaan tussen de universiteit en de zakenwereld. Daarmee profileerde Van Der Eecken zich als een van de eerste professor-managers van de KU Leuven.

Aula Bouckaert, Dekenstraat 6

Jozeef-Paul Bouckaert (1896–1976) was hoofd van het fysiologisch instituut, dat uitgroeide tot een actief onderzoekscentrum in Leuven. Onder meer Nobelprijswinnaar Christian de Duve zou daar gevormd worden.

De ligging van de aula is trouwens opmerkelijk: tegenwoordig bevindt die zich in een taleninstituut, maar vroeger was het een wetenschappelijk gebouw waar dieren in formol bewaard werden.

Maria Theresiacollege, Sint-Michielsstraat 6

Maria Theresia van Oostenrijk (1717–1780) was een van de weinige vorstinnen die zoveel invloed had in de geschiedenis. Haar aanwezigheid liet ze niet onopgemerkt.

Gedurende veertig jaar was zij aartschertogin van Oostenrijk en koningin van Hongarije en van de Bohemen. Haar leiderschap is des te meer bijzonder omdat haar tijdgenoten nooit voor ogen hadden dat de jonge Maria Theresia van Oostenrijk de troon zou bestijgen, wat wettelijk wel mogelijk was door de Pragmatieke Sanctie van 1713.

Maria Theresia van Oostenrijk gold als een intellectuele heerseres. Dat blijkt uit verschillende maatregelen die ze in haar rijk trof, zoals secularisatie van het onderwijs of de intrede in 1778 van het instituut voor Theologie in Leuven, dat haar naam draagt. Zo streefde ze ernaar dat ook haar kinderen, waaronder Marie-Antoinette, hun talenten en sterke kanten in de schijnwerpers zouden zetten.☺

Keizerin Maria Theresia



Zo heb je een stem als student

Aan de KU Leuven besturen de studenten mee. Op deze manieren verdedigen studentenvertegenwoordigers jouw belangen op alle beleidsniveaus.

tekst: Kasper Nolle
beeld: Sharon Poppe

Decennia aan studentenengagement levert vandaag de dag volwaardig medebestuur op aan onze universiteit. Op elk relevant beleidsniveau zit er wel een student of twee. Van op je eigen faculteit, tot aan de deur van het rectoraat. Centraal daarin staan de Studentenraad, de facultaire overlegorganen, de campusraden, en de opleidingsvertegenwoordigers uit de studentenkringen.

Studentenkringen

Studentenkringen – officieel faculteitskringen genoemd – vormen de eerste linie in je vertegenwoordiging. Zo goed als alle studierichtingen hebben er een.

Naast vertegenwoordiging zorgen kringen vooral voor vertier en plezier

Elke kring heeft een onderwijsteam met vertegenwoordigers die voor jou zetelen binnen de **POC (Permanente Onderwijscommissie)** van je opleiding. Een POC komt een aantal keer per jaar samen, en behandelt alles wat te maken heeft met de inhoud en de kwaliteit van de studierichting.

Voor alle kwesties die met je opleiding te maken hebben, zijn die opleidingsvertegenwoordigers dus je aanspreekpunt. Wordt er een bepaald vak slecht gegeven volgens jou? Bezoek dan een van hun open onderwijsvergaderingen.

Naast vertegenwoordiging via de opleidingsvertegenwoordigers zorgt een kring vooral voor veel vertier en plezier. Het zogenaamde praesidium staat in voor de dagelijkse werking van een kring. Van feestjes tot de verkoop van goedkope handboeken, van culturele activiteiten en sportinitiatieven tot buitenlandse reizen: kringen zijn een onmisbaar onderdeel van het studentenleven.

Facultaire overlegorganen

Opleidingsvertegenwoordigers van kringen vertegenwoordigen je ook aan de faculteit waarin je opleiding werd ondergebracht. Dat gebeurt via de **Facultaire Overlegorganen (FO's)** die opgebouwd zijn uit alle vertegenwoordigers in de faculteit.

De FO's verdedigen jouw belangen in allerlei dossiers die voor de faculteit belangrijk zijn. De voorzitter van het Facultair Overlegorgaan zetelt in het **faculteitsbestuur**, zo vormt die student voor alle studenten van je faculteit een rechtstreekse spreekbuis.

Daarnaast zetelen alle zestien FO's in de Algemene Vergadering van de Studentenraad, het hoogste vertegenwoordigingsorgaan voor studenten aan de KU Leuven.

Stura

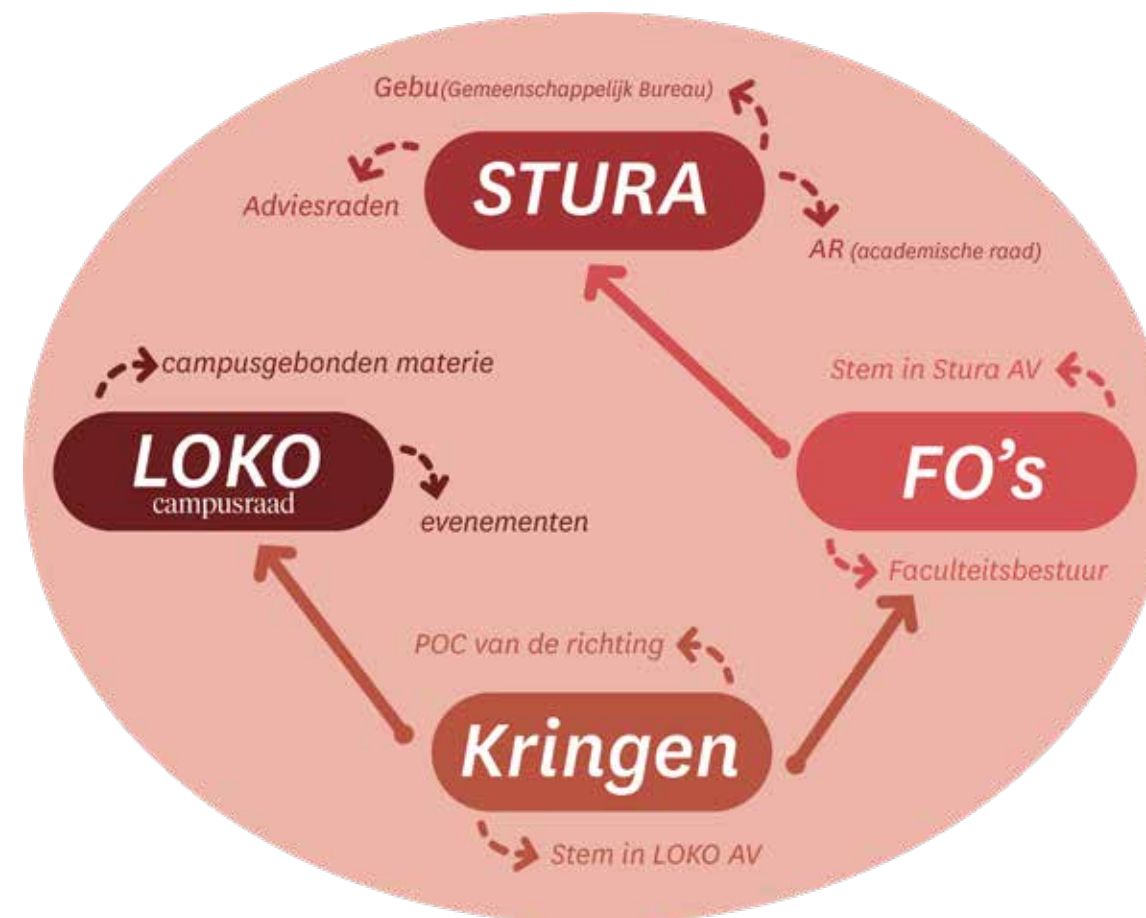
De Studentenraad KU Leuven (Stura) is het hoogste vertegenwoordigingsorgaan voor studenten aan de KU Leuven. Stura vertegenwoordigt ze namelijk allemaal (bijna vijftigduizend!), ook diegene die op een van de campussen buiten Leuven studeren.

De Academische Raad is in principe het hoogste orgaan, maar de macht ligt pas echt bij het Gemeenschappelijk Bureau

Haar standpunten neemt ze in via de **Algemene Vergadering (AV)**, waarin alle zestien FO's tweewekelijks samenkomen. In nagenoeg alle belangrijke adviesraden en beslissingsorganen van de universiteit heeft Stura een zitje. De belangrijkste zijn de Academische Raad en het Gemeenschappelijk Bureau.

De **Academische Raad (AR)** is in principe het belangrijkste orgaan van de KU Leuven. Ze verzamelt input vanuit allerlei adviesraden en behandelt alle belangrijke dossiers aan de universiteit. Verschillende geledingen zijn er vertegenwoordigd: de decanen, vertegenwoordigers van alle personeelscategorieën, de beleidsploeg, de academische beheerders en vier studentenvertegenwoordigers van Stura.

Maar de grote macht ligt pas echt bij het **Gemeenschappelijk Bureau (GeBu)**. Die neemt beslissingen die vervolgens – eerder formeel – worden goedgekeurd door de Academische Raad. Wie in dit orgaan vertegenwoordigd is, is dus veel bepalender voor het reilen en zeilen aan de universiteit. Samen met de rector, de vicerectoren, de algemeen beheerder en rectoraal adviseurs, zetelt de voorzitter van de Studentenraad er in naam van de student.



Campusraden

Campusraden staan in voor de campusgebonden vertegenwoordiging van studenten. Denk aan dingen zoals voeding, huisvesting en studentenvoorzieningen. De grootste campusraad is die van Leuven, de Leuvense Overkoepelend Kringenorganisatie (LOKO).

Dit academiejaar zal de 50ste editie van de 24 urenloop plaatsvinden

In tegenstelling tot de Studentenraad, beperkt een campusraad zich dus tot de studenten op een bepaalde campus. Andere voorbeelden van campusraden zijn het praesidium van de Kulak, Absoc en Celesa op de Antwerpse campussen of Kring Brugge op campus Brugge.

De campusraden komen maandelijks samen in het **campusoverleg** van Stura. Hier wordt voornamelijk het universiteitsbrede beleid van studentenvoorzieningen besproken. Denk hiervoor bijvoorbeeld aan gezondheidsbeleid, mentaal welzijnsbeleid, mobiliteit, enzovoort.

Daarnaast ondersteunt LOKO ook alle studentenkringen en vrije verenigingen in Leuven. Haar standpunten neemt ze in via de **Algemene Vergadering (AV)**, waarin vertegenwoordigers uit elke Leuvense kring zitten. Hoe groter het aantal studenten in de opleiding van een kring, hoe meer stemmen die kring heeft in de AV.

Ten slotte staat LOKO bekend om de vele evenementen die ze organiseert. Denk bijvoorbeeld aan de Beiaardcantus of de 24 urenloop. Dat laatste is een 24 uur lang durende estafetloop, waarbij studenten het in naam van hun kring tegen elkaar

opnemen om de meeste rondjes te lopen.

Dit academiejaar zal de 50ste editie van het evenement plaatsvinden. Als het van LOKO afhangt, mogen we ons aan een grootse editie verwachten.



Cultuurhuizen in Leuven

tekst: Lore Meesters

OPEK

In OPEK komen verschillende artistieke organisaties samen. Het is de thuisbasis van stadstheatergezelschappen Het nieuwstedelijk en fABULEUS, maar ook van andere creatieve organisaties zoals Bazart en WISPER. Zelf kan je er terecht voor voorstellingen en debatten of om te tekenen, zingen, acteren, fotograferen en nog veel meer. En wanneer dat allemaal te veel van het goede is, kan je ook gewoon iets gaan eten of drinken in het café. In ieder geval is de Vaartkom een gezellige omgeving, waar je je avond gegarandeerd fijn doorbrengt.

30CC/Stadsschouwburg

In het centrum van de stad vind je het pronkstuk van de Leuvense culturele gebouwen terug. De Stadsschouwburg moet je in je studententijd minstens één keer gezien hebben, al is het alleen maar om de indrukwekkende zaal te bewonderen. Het aanbod varieert van theater tot muziek en dans. 30CC — de naam van het Leuvense cultuurcentrum, van postcode 3000 — organiseert ook voorstellingen op andere locaties in de stad, waaronder de Minnepoort en het Wagehuys. Helaas vallen de ticketprijzen niet altijd binnen het doorsnee studentenbudget.

Museum M

Hoewel menig student niet meteen staat te springen voor een museumbezoek, doet Museum M haar best om de plek levendig te houden. Zo zorgen de verschillende tentoonstellingen voor een gezonde mengeling van oudere collecties en moderne kunst. Met een cultuurkaart is een bezoek gratis, als student betaal je €5. Eén keer per jaar opent het museum ook 's avonds haar deuren voor de M-useumnacht.

STUK

Kunstencentrum STUK is een dynamische culturele plek, waar ook minder bekende kunstenaars en minder conventionele kunst tot hun recht komen. STUK verrast steeds weer met tentoonstellingen over actuele thema's en treffende dansvoorstellingen. Een deel van het aanbod, waaronder Jazz op zondag en STUK START, is overigens gratis. Je kan ook gratis voorstellingen bemachtigen door er vrijwilligerswerk te doen. Verder is STUKcafé een geliefde ontmoetingsplek met studentvriendelijke prijzen.

Stelplaats

De stelplaatsen van De Lijn aan het station zijn tot een hybride ruimte voor jongeren getransformeerd. Stelplaats is voorzien van een bar, een restaurant en een nachtclub en maakt zo deel uit van het Leuvense nachtleven. Daarnaast biedt de plaats ook onderdak aan creatieve en muzikale zielen die nood hebben aan een ruimte om hun ding te doen. Ook hier vinden elk jaar nog heel wat andere evenementen plaats die de moeite waard zijn.

Hal 5

Sinds enkele jaren leeft de achterbuurt van het station opnieuw op dankzij Hal 5. In de oorspronkelijk leegstaande spoorweghal kun je nu terecht voor een hapje en een drankje. Het is ook het thuis van heel wat lokale en sociale initiatieven, waaronder een kruidenier, een bakkerij en een bloemist. Verder worden er regelmatig diverse activiteiten georganiseerd. Hou dus zeker hun agenda in de gaten.

Het Depot

Het Depot heeft een uitgebreid concertaanbod, waar zowel bekende als minder bekende artiesten deel van uitmaken. Met de cultuurkaart krijg je enkele euro's korting, maar tickets kunnen behoorlijk prijzig blijven. Enthousiastelingen kunnen altijd vrijwilliger worden en zo een gratis ticket verdienen. Anders is er altijd nog Depot Café, een concept waarbij ontluikend talent gratis optreedt in de foyer van het Depot. Zo kan je nieuwe artiesten ontdekken en ondertussen genieten van een drankje.

Cinema ZED

Voor de film liefhebbers, maar ook voor iedereen die op het aanbod van de Kinepolis uitgekeken is, is Cinema ZED de ideale locatie. ZED pakt uit met minder voor de hand liggende films, die allesbehalve minder interessant zijn. Een standaardticket kost €9,5, maar met een cultuurkaart betaal je €7. Met zo'n kaart kun je bovendien gratis naar een Sneak Preview, waarbij je als eerste een te verschijnen film kunt gaan ontdekken. Vraag je er een gratis studentenkaart aan, kan je er één keer per maand een vriend trakteren op een gezellige filmavond.

Wanneer je sociale media drie maanden op pauze zet

Anna Claes ging drie maanden lang door het leven zonder sociale media. Gevolg: een detox met afkickverschijnselen. Experts gaan aan de slag met haar ervaringen.

Op 3 december 2021 scrolt Anna Claes, masterstudente antropologie, voor een laatste keer door haar sociale media. Om middernacht meldt ze zich af van elk account dat geactiveerd is op haar smartphone, zoals de spelregels stellen.

Veto daagde Anna uit om offline te gaan tot 28 februari 2022. Geen Facebook en Messenger, Instagram of Snapchat, en zelfs geen YouTube of Reddit. Enkel Whatsapp mocht ze behouden om haar stageplek te contacteren. Ze deelt in dit artikel haar frustraties van toen, die ze bewaarde aan de hand van geluidsopnames.

Afkicken

Tijdens de eerste weken beseft Anna hoe vaak ze actief was op sociale media. 'Ik merk dat ik meerdere keren per dag onbewust naar Facebook of Instagram surf', klinkt het in haar audioverslag. 'Het is pas wanneer ik het inlogschermbild zie dat ik beseft dat dat niet meer mag. Platformen zijn een deel van mijn dagelijks leven geworden. Daar ben ik me nu heel bewust van.'

Koen Ponnet, professor mediapsychologie aan de UGent, heeft daar een logische verklaring voor: klassieke conditionering. 'Zegt de hond van Pavlov je iets? Het gaat om een experiment waarbij honden voedsel aangeboden krijgen, gepaard met een voorafgaand belletje. Door die combinatie

van stimuli kwijlen de honden nog voor het voedsel voor hun neus staat, omdat ze het belletje horen rinkelen.'

'Bij een smartphone is het een beetje hetzelfde verhaal', zegt Ponnet. 'Wanneer je een notificatie binnenkrijgt, word je geconditioneerd en ga je op sociale media scrollen.' Het gaat om een sociale beloning, omdat iemand aan je denkt of jouw posts leuk vindt.

'Er is niets zo goed als je soms eens vervelen in het leven'

Koen Ponnet, professor mediapsychologie UGent

Zelfs na een maand voelt Anna de teleurstelling als ze haar computer opent: 'Ik ben nieuwsgierig naar wat ik allemaal mis. YouTube is zo verleidelijk, omdat ik daar eigenlijk geen account voor nodig heb. Apps zitten zo hard in je leven verwerkt dat je ze niet meer kan wegdenken.'

Ontspanning en verveling

Anna merkte na een tijdje dat ze meer gedaan krijgt op een dag: 'Het helpt bijzonder bij het studeren, want ik heb toch niets anders te doen.' Pon-

net legt uit dat dat niet ongewoon is: 'Het gaat om twee visuele stimuli en die zijn onmogelijk met elkaar te combineren.'

Zo kan je ook niet naar twee gesprekken tegelijkertijd luisteren, maar kan je wel naar de radio luisteren terwijl je rijdt. Bovendien betaal je een omschakelingskost als je de stimuli niet kan combineren. Dat wil zeggen dat je tijd verliest als je tussen twee gedragspatronen wisselt. Met andere woorden: multitasking is een mythe.

'Een van de redenen waarom ik de uitdaging aanging, is de gedachte dat het mij mentale rust zou brengen', vertelt Anna. 'De laatste maanden voor het experiment zat ik heel veel op sociale media, ook wanneer ik studeerde. Ik wou met andere dingen bezig zijn in mijn leven.'

'Ik heb het gevoel dat ik dichter bij mijn vrienden sta'

Anna Claes, masterstudente antropologie

Verveling die vroeger toesloeg, wordt in de huidige samenleving opgevuld door schermtijd. In de wachtzaal bijvoorbeeld, haalt iedereen zijn smartphone boven. 'Dat is jammer', opteert Ponnet. 'Het zijn net die momenten waarop je creativiteit naar boven komt. Er is niets zo goed als je soms eens vervelen in het leven.'

Fomo

'Mensen rondom mij vergeten steeds dat ik geen sociale media meer heb. De samenleving veronderstelt dat je tenminste op een van de platformen zit. Je bent heel hard afhankelijk van anderen om je op de hoogte te houden', luidt een frustratie die Anna na enkele weken voelt.

Kathleen Beullens, professor communicatiewetenschappen aan de KU Leuven, ziet ook positieve kanten aan het gebruik van sociale media. 'In de samenleving worden smartphones gezien als iets negatiefs, maar je kan ook veel voldoening uit socialemediagebruik halen. Stel dat je bijvoorbeeld een post ziet van je vrienden op café, dan kan je beslissen om ook nog iets te gaan drinken.'

'Volledig offline gaan is geen magisch middelje om gelukkig te zijn'

Anna Claes, masterstudente antropologie

Op die manier doet fomo (*fear of missing out*) zich voor. Ponnet legt uit dat het deel uitmaakt van de klassieke conditionering: 'Mediagebruikers worden geconfronteerd met sociale vergelijking, al dan niet positief. Dat zorgt ervoor dat jouw gedrag voortdurend bekrachtigd wordt.'

Toch heeft Anna het gevoel dat ze nu dichter bij haar vrienden staat: 'Ik zoek andere manieren om met mensen in contact te blijven. Dat verloopt vooral via sms, maar dat blijft vaak heel praktisch. Wanneer ik bel, heb ik makkelijker een goed gesprek.'

Inzicht

'Na het experiment ben ik al vrij snel terug in mijn oude patronen hervallen', getuigt Anna. 'In het begin was het spannend en nieuw, maar je went al snel aan al die prikkels. Mijn concentratie is beter geworden, maar volledig offline gaan is geen magisch middelje om gelukkiger te zijn', beseft ze.



Michaël Opgenhaffen, professor digitale media aan de KU Leuven, meent dat het niet meer realistisch is om je volledig weg te trekken uit sociale media: 'Je beschermt jezelf tegen de nadelen, maar sluit je ook af voor de voordelen.' Beullens gaat akkoord en stelt dat mensen ook steun ervaren op social platformen. Volgens haar hangt het problematisch mediagedrag af van het soort gebruik, de gebruiker zelf en de context.

'Het is geen zwart-witverhaal', meent ze. 'Het gaat niet om de technologie an sich, maar wat je ermee doet en hoe je je erbij voelt.' Volgens de professor vraagt dat zelfinzicht. Denk eens na voor jezelf: is het voldoende om je meldingen uit te schakelen als je studeert? Of leg je je smartphone beter volledig uit het zicht?

Een detox zoals die van Anna is een goede manier om stil te staan bij je leven. Maar dat kan je ook op een minder extreme manier doen. Daar gaat Opgenhaffen mee akkoord: 'Het is goed om af en toe te reflecteren wat je de voorbije weken hebt gepost, gereageerd, wat je toen voelde etc. Zo word je zelf bewuster van je tijdsinvestering en het misschien wat negatieve gedrag op die platformen.'

'Als je functioneert binnen de samenleving is er geen sprake van een verslaving'

Kathleen Beullens, professor communicatiewetenschappen KU Leuven

Beullens vergelijkt het met op dieet gaan en raad aan om gedurende enkele dagen een dagboek bij te houden. Op basis daarvan kan je een plan maken voor jezelf. Via de instellingen kan je kijken in welke apps jij het meeste tijd hebt gespendeerd. 'Als je vaak op je smartphone zit, is er geen sprake van een verslaving zolang je functioneert binnen de samenleving.'⁹





Angst voor de Tuut

Bert Lecomte heeft vzw De Tuut van Tegenwoordig opgericht nadat hij zelf te maken kreeg met oorsuizen. De eerste maanden met de tuut waren verschrikkelijk voor hem. Hij doet zijn verhaal.

tekst: [Manon Cools](#)
beeld: [Celine Vandeweghe](#)

In zijn eerste jaar aan de Kulak (KU Leuven campus Kortrijk) ging Bert naar het kerstbal in december. De volgende ochtend stond hij op met oorsuizen, die nooit meer zijn weggegaan. 'Dat heeft een zware mentale impact op mij gehad', vertelt hij. 'En eigenlijk een impact op heel mijn leven.'

Een luisterend oor

Op het internet vond hij weinig voorlichting over de suizen, en als hij er al vond, was die zeer negatief. Dat was frustrerend volgens hem: 'Het gaf me alleen maar een slechter gevoel. Daarom richtte ik zelf iets op.' Bert wil hulp verlenen aan en luisteren naar personen die hetzelfde hebben meegemaakt.

'Je staat ermee op en gaat ermee slapen'

Daarnaast hoopt hij te voorkomen dat anderen schade zouden oplopen. In de aanloop van het festivalseizoen 2022 organiseerde vzw Tuut de 'Week van de Oordop'. 'We willen dat jongeren zich amuseren en dat ze hun hele leven lang kunnen genieten, maar dat gaat enkel als ze hun oren beschermen.'

Kan ik ermee leven?

'Het was al langer aan het sluimeren', geeft Bert toe. Als hij een avond uitging, had hij wel vaker een zachte tuut in de oren, maar de volgende ochtend was het altijd weer verdwenen. 'Ik stond er niet bij stil dat het kwaad kon. Zo is dat bij de meeste jongeren.'

Bert vertelt hoe hij zich in het begin zorgen maakte of hij met het geluid in zijn oren zou kunnen leven. 'Je staat ermee op en je gaat ermee slapen, je kan het niet negeren en het heeft geen aan- en uitknop.' Dat maakte hem radeloos en vooral ook sociaal: hij was bang om uit te gaan en meer schade op te lopen.

'In de winkel en op straat: elk geluid was een potentieel gevaar'

'Kan ik nog studeren?' en 'Kan ik later gaan werken?' waren vragen die door zijn hoofd spookten. Door zulke angsten op te kroppen, waren de eerste maanden een hel voor hem. 'Niemand begreep waar ik doorging, omdat niemand zich het kon voorstellen.'



Het was zwaar voor de vzw-oprichter om de tinnitus te accepteren wanneer de dokter de diagnose stelde. 'Ergens blij je wel hopen dat het zal weggaan.'

Licht aan het einde van de gehoorgang

De tuut is er nog steeds en dat gaat altijd zo zijn. Maar na een tijdje verschuift het naar de achtergrond. Ook Bert geraakte eraan gewoon. 'Vaak hoor ik het pas terug als ik 's avonds alleen in mijn bed lig en geen omgevingslawaai meer hoor.'

Volgens Bert heb je pas controle over de suizen als je er vrede mee hebt genomen. 'Nu heeft het geen invloed meer op mijn leven, maar dat was vroeger anders.' Hij vertelt hoe hij zijn oordoppen voortdurend droeg uit angst om zijn gehoorschade erger te maken. 'In de winkel en op straat: elk geluid was een potentieel gevaar.'

Toch blijft het belangrijk dat hij consequent zijn oordoppen draagt, omdat geluiden soms ook pijn kunnen doen. Wanneer Bert uitgaat, heeft hij ze sowieso in, maar ook in bepaalde lawaaiere ruimtes zoals op café.☺

Hier ontbreekt jouw artikel.

Wil je deel uitmaken van het leukste studentenblad van Vlaanderen?

Kan je (nog niet) goed schrijven, tekenen, fotograferen, nalezen, interviewen, mopjes maken, vertalen, filmen, sfeer maken? Kom naar een van onze redactievergaderingen op donderdagavond om 20u in de 's-Meiersstraat 5 of stuur een berichtje naar veto@veto.be.

Universiteiten zijn nog steeds mannelijke bastions

Is het toeval dat 88% van de decanen aan de KU Leuven witte mannen zijn? Onderzoek van de VUB wijst uit van niet. Het onthult structureel seksisme en racisme aan Vlaamse universiteiten.

tekst: Anouk Verhaege en Amber Sels
beeld: Freya Caris

Doctoranda Dounia Bourabain werpt licht op het fenomeen van de leaky pipeline, waarbij het aandeel vrouwen op de academische ladder daalt bij elke hogere trede. Ze onderzocht de ervaringen van vrouwelijke (post-)doctoraatsstudenten met verschillende etnische achtergronden. Vijftig interviews illustreerden hoe vier mechanismen de diversiteit van faculteiten consequent verlammen.

Rookgordijn van gelijkheid

Het eerste mechanisme is de hyperfocus op diversiteit in Vlaamse universiteiten die een paradoxaal klimaat creëert. Hoewel op papier veel aandacht besteed wordt aan een inclusief beleid, schiet de praktijk dikwijls tekort. Zo zijn vrouwen minderhedenquota belangrijk, maar onvoldoende.

'Ik heb twee keer echt gevoeld dat ik een vrouw was in de academische wereld en dat is tijdens mijn zwangerschappen'

Marjan De Coster, diversiteitsdeskundige KU Leuven

Dat komt volgens Marjan De Coster, diversiteitsdeskundige aan de KU Leuven, doordat men de algehele masculiene werkcultuur uit het oog verliest. Bourabain gebruikt de analogie van een rookgordijn dat meer subtiele en onzichtbare vormen van discriminatie maskeert.

Mannelijke norm

In de academische cultuur wordt de prototypische universitaire student nog steeds belichaamd door de witte man. Vrouwen vinden moeilijker toegang tot dat exclusieve clubje. Leidinggevende mannen zoeken namelijk vooral naar hun evenbeeld in kandidaten voor sollicitaties en promoties.

Daarnaast moeten vrouwelijke academica's zich aanpassen aan een mannelijke standaard. 'In het academische systeem is publiceren ontzettend belangrijk', verklaart De Coster. 'Als vrouw kun je

uitvallen door een zwangerschap. Die tijd verlies je om te publiceren, terwijl een man gewoon verder werkt en zo vaak een sterker CV heeft.'

Etnische vrouwen worden dubbel gediscrimineerd op basis van zowel gender als afkomst

De Coster kan hier persoonlijk over meespreken: 'Ik heb twee keer echt gevoeld dat ik een vrouw was in de academische wereld en dat is tijdens mijn zwangerschappen. Je kan niet verder werken aan papers en je mist deadlines die mannen wel halen. Zeker met een tijdelijk contract weet je dat dat nefast is.' In het huidige systeem lijkt moederschap incompatibel met een ambitieuze en productieve academische carrière.

Onderwaardering

Meer impliciete mechanismen van discriminatie zorgen ervoor dat academica's zich soms onzichtbaar en minder serieus genomen voelen ten opzichte van hun mannelijke collega's. Hun ideeën worden bijvoorbeeld minder in overweging genomen tijdens vergaderingen.

Daarnaast wordt hun succes vaak toegeschreven aan geluk of de hulp van anderen in plaats van aan hun eigen capaciteiten. Bourabain en De Coster wijzen er bovendien op dat etnische vrouwen dubbel gediscrimineerd worden op basis van zowel gender als afkomst.



Paternalisme

De ondergewaardeerde academica staat in contrast met mannelijke leidinggevendenden die zich superieur profileren. Dat uit zich in mansplaining en micromanagement. Mansplaining vindt plaats als mannen op een neerbuigende manier een vrouw iets uitleggen waarvan zij zelf veel kennis heeft.

Enkel structurele veranderingen kunnen discriminatie definitief uit het academische systeem weren

Vrouwen met een andere etnische achtergrond ervaren daarbovenop een extra laag paternalisme. Ze worden nauwgezet gecontroleerd in termen van fysieke verschijning, gedrag en werk. Ze moeten hun aanwezigheid bijvoorbeeld vaker aanmelden en hun werk wordt strikter nagelezen.

Enkel structurele veranderingen kunnen discriminatie definitief uit het academische systeem weren. Maar om het beleid te veranderen, moet je tot de topposities geraken. De Coster noemt dat de perversiteit van het systeem: 'Om daar te geraken moet je het spel lang meespelen en conformeren aan de masculiene norm.' Het zal dan ook aan de universiteiten zijn om het systeem te veranderen.⁹



Cannabis: illegaal, maar overal

Cannabisgebruik bij studenten is geweten, maar niet geaccepteerd. Vaak wordt het geassocieerd met verslaving. Twee gebruikers en een dealer vertellen over hun gestigmatiseerde positie.

tekst: [Jonas Gilliams](#)
beeld: [Celine Vandeweghe](#)

Cannabis is in België nog steeds een illegale drug. Gebruikers worden mede daardoor snel weggezet als verslaafde of gevaarlijke junks die hun leven niet op orde hebben. Toch zijn er heel wat studenten die af en toe wiet roken.

De lockdownmaatregelen kunnen een invloed hebben gehad op het cannabisgebruik bij jongeren

Volgens een bevraging van het Vlaams expertisecentrum Alcohol en andere Drugs (VAD) gebruikte in 2021 27% van de Vlaamse studenten wel eens cannabis. *Veto* sprak met drie gebruikers, die van mening zijn dat het stigma niet helemaal klopt.

Gezelligheid

De effecten van een joint zijn vergelijkbaar met die van alcohol: je voelt je licht in je hoofd en euforisch. Victor*, een sporadische cannabisgebruiker, benadrukt dat er ook enkele verschillen bestaan: 'Wiet en alcohol maken je allebei losser, maar ik heb mezelf meer onder controle als ik cannabis rook.'

Cannabis wordt daarom vaak als een gezelligheidsdrug gezien. Dat beaamt Evert*, die soms met vrienden smooit: 'Je kan perfect samen een joint roken en dan gaan slapen. Alcohol is een feestdrug. Mensen gaan na een voordrink niet snel hun bed inkruipen, maar eerder hun feestje voortzetten op de Oude Markt.'

Victor herkent die situatie, want door de lockdown was er lange tijd geen sprake van uitgaan: 'Ik greep met mijn vrienden sneller naar een joint dan naar bakken alcohol. Cannabis is ideaal om gezellig een kaartje te leggen of een film te kijken.

Als ik drink, krijg ik veel sneller de neiging om te gaan feesten.'

De lockdownmaatregelen kunnen een invloed hebben gehad op het cannabisgebruik bij jongeren. Dat bevestigt ook Luca*, die op kleine schaal wiet verkoopt: 'Ik heb een lichte verkoopstijging gemerkt sinds de start van de pandemie.'

Hij geeft wel toe dat zijn verkoop altijd al sterk afhankelijk is geweest van periodes. 'Het is zoals de terrasjes op de Oude Markt. In de zomer komen mensen meer buiten, dan wordt er ook meer cannabis gerookt.'

Roze wolk

Het gebruik van cannabis heeft ook nadelen. Die lijken mee te vallen in vergelijking met die van andere drugs, zoals alcohol. 'Bij overmatig gebruik kan je je een beetje cloudy (*troebel in het hoofd, red.*) voelen, maar zware katers zijn uitgesloten', leggen Luca en Victor uit. Je kan dus wel eens van je roze wolk donderen, maar hoofdpijn zal je er niet aan overhouden.

'Alcohol, suiker, gamen ... alles waarvan je een high krijgt, kan verslavend zijn'

[Evert, gezelligheidsrooker](#)

Of wiet verslavender is dan andere drugs, staat bij de gebruikers ter discussie. 'Ik heb wel vrienden die verslaafd zijn, maar dat komt doordat zij in hun joints ook tabak rollen. Ik rook altijd puur. THC (*de psychoactieve stof in cannabis, red.*) is volgens mij niet zo verslavend als nicotine', verklaart Victor.

Volgens Evert hangt veel af van de gebruiker zelf. 'Alcohol, suiker, gamen ... alles waarvan je een high krijgt, is verslavend. Je kan jezelf ook doodsporten.' De substantie zelf is dus volgens de gebruikers niet het probleem, wel de manier hoe men ermee omgaat.

Drankcultuur vs. smoorverbod

Wat dan met het stigma? 'Ik vertel niet snel dat ik af en toe een joint rook', geeft Victor toe. Dat cannabis een slechte naam heeft, ligt niet alleen



aan het feit dat het om een illegale drug gaat. 'Mensen denken automatisch dat iedere cannabisgebruiker verslaafd is', zegt Luca. 'Er zijn weinig mensen die weten wat wiet is en welke effecten het heeft op lichaam en geest.'

'Een wettelijk kader zou de overheid de mogelijkheid bieden om kwaliteitscontroles uit te voeren'

[Victor, sporadische cannabisgebruiker](#)

Dat negatieve beeld staat haaks op de drankcultuur die België kenmerkt. 'Ik zou sneller verslaafd worden aan alcohol', beweert Victor. 'Die drug is gewoon veel meer sociaal geaccepteerd.' Dat het bij alcohol om een harddrug gaat en bij wiet om een softdrug, doet bij de gebruikers de wenkbrauwen fronsen.

Legalisering

Een legalisering van cannabis zou veel voordelen kunnen hebben. 'Niet alle wiet die je kan vinden, is te vertrouwen', waarschuwt Victor. Hij meent dat een wettelijk kader de overheid de mo-

gelijkheid zou bieden om kwaliteitscontroles uit te voeren. Bovendien zou de staatskas er een aanzienlijke inkomstenbron bij krijgen.

Een ander argument is dat cannabis ook gebruikt wordt als geneesmiddel, bijvoorbeeld bij slaapproblemen. 'Alcohol heeft volgens mij geen medicinale voordelen, behalve als ontsmettingsmiddel', aldus Evert.

'Ik ben in de eerste plaats een tuinier. Ik geniet ervan om voor mijn plantjes te zorgen'

[Luca, cannabisdealer op kleine schaal](#)

Ook Luca, die eigenlijk munt slaat uit de huidige situatie, is voor een legalisering te vinden. Op 17-jarige leeftijd startte hij zelf plantjes te kweken. Pas later begon hij zijn overschotten te verkopen. 'Ik ben in de eerste plaats een tuinier. Ik geniet ervan om voor mijn plantjes te zorgen.'

De opbrengsten, die volgens hem voldoende zijn om van te kunnen leven, zijn voor Luca bijzaak. 'De overheid zou een deel van de meeropbrengsten terug kunnen investeren in de gezondheidszorg.'

Mentaliteitswijziging

Evert is van mening dat er bij een eventuele legalisering of decriminalisering wel aandacht besteed zou moeten worden aan de negatieve effecten van de drug. 'Er bestaan tal van sensibiliseringscampagnes om drankmisbruik tegen te gaan, vooral bij jongeren', beargumenteert hij. 'Dat kan met cannabis net zo goed.'

Verder zou het opheffen van het verbod het gebruik van de drug meer bespreekbaar kunnen maken. 'De overheid zou daarmee een belangrijk signaal geven', vindt Evert. Toch lijkt die oplossing niet voldoende.

'Wiet wordt nog altijd beschouwd als "drug", alsof het om iets heel gevaarlijks en verslavends gaat', vertelt Luca. Een mentaliteitswijziging is volgens hem dan ook broodnodig.Ⓔ

*Victor, Evert en Luca zijn gefingeerde namen



'Cannabis is nooit een goed idee als je een mentale dip hebt'

Cannabis sativa, beter bekend als de hennepplant, is de populairste illegale drug. Het softdruglabel zorgt voor een ongevaarlijk imago, maar ook cannabisgebruik is niet zonder gevolgen.

tekst: [Manon Cools](#)
beeld: [Celine Vandeweghe](#)

In haar carrière als kind- en jeugdpsychiater heeft Inez Vandenbussche veel gevallen gezien waarbij experimenteergedrag met cannabis niet goed is afgelopen. Ze richtte in 2001 de K-dienst Pathways op, een jeugdpsychiatrische afdeling in Tienen voor jongeren tussen de twaalf en veertien jaar.

Vooraf jongeren vanaf veertien jaar worden opgenomen op de afdeling Pathways. 'Ze kunnen alleen nog denken aan wiet roken en hoe ze eraan kunnen geraken,' vertelt Vandenbussche. 'Die obsessie en het gebruik van steeds grotere hoeveelheden is een teken dat ze het gebruik niet meer onder controle hebben. Dat kan wijzen op een verslavingsproblematiek.'

Problemen, proberen en meer problemen

Zwaar cannabisgebruik en de continue zoektocht naar de drug verstoren het dagelijkse leven: slecht scoren op school, prikkelbaar zijn bij je vrienden, je hobby's opgeven enzovoort. Bovendien heeft de drug een invloed op de hersenen die bij frequent en langdurig gebruik onomkeerbaar kan zijn, net als bij alcohol.

Bij cannabis krijg je niet de klassieke ontwenningsverschijnselen

Volgens Vandenbussche zouden jongeren tussen twaalf en achttien jaar beter geen cannabis en alcohol op regelmatige basis gebruiken: 'Het heeft een invloed op je concentratie, geheugen en inschattingvermogen. Net die dingen heb je nodig om goed te functioneren op school.'

Die minder goede schoolresultaten zijn voor jongeren vaak het minste van hun zorgen: het zijn meestal degenen die al onderliggende problemen hebben of in een moeilijk thuissituatie zitten, waarbij cannabisgebruik kan escaleren.

Globaal gezien kan één jongere op de zes, na regelmatig roken, het niet meer onder controle houden. Vandenbussche: 'Een brede waaier aan risicofactoren op biologisch, psychologisch, jeugdpsychiatrisch en sociaal vlak maakt jongeren kwetsbaar. Daar valt die ene jongere onder. Zonder achterliggende problemen is de kans op verslaving geringer.'

Hersenontwikkeling

Bij cannabis krijg je niet de klassieke ontwenningsverschijnselen zoals bij andere drugs. 'De drug bindt zich aan de vetcellen in het lichaam, waardoor het actieve bestanddeel van de drug langzaam uit het lichaam verwijderd wordt', zegt Vandenbussche.

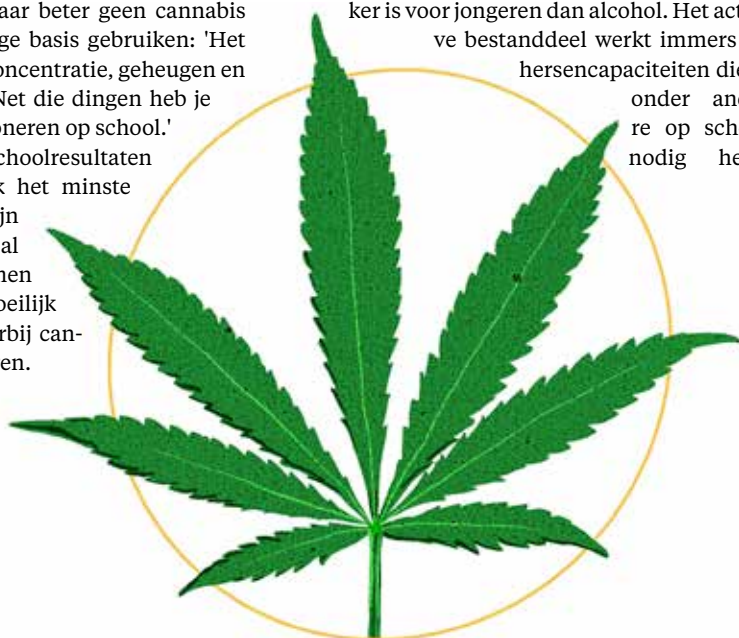
Hoe jonger je begint, hoe vatbaarder je bent voor een verslaving

Anders dan bij een drug zoals cocaïne, waarbij je snel na het gebruik ervan een urinetest moet afleveren om stoffen erin te ontdekken, kan dat bij cannabis veertien dagen of langer duren. 'Je hebt dus nooit acute ontwenningsverschijnselen.'

Dat is ook het grote verschil met alcohol: je krijgt geen waarschuwing. 'Als je overmatig drinkt, krijg je de volgende dag al een duidelijk signaal dat het niet goed voor je is. Je krijgt een kater.' Die waarschuwing krijg je niet bij cannabis.

Vandenbussche meent dat cannabis schadelijker is voor jongeren dan alcohol. Het actieve bestanddeel werkt immers op

hersen capaciteiten die je onder andere op school nodig hebt.



'Bij volwassenen is dat helemaal anders', zegt ze. 'Dat komt omdat hersenen zich ontwikkelen tot op 25-jarige leeftijd.'

Hoe jonger je begint, hoe vatbaarder je bovendien bent voor een verslaving. Er zal minder gevaar achter schuilen als je op achttien jaar begint met wiet te roken. Maar Vandenbussche benadrukt dat cannabisgebruik nooit een goed idee is als je een mentale dip hebt.

Het roeseffect

Het lichte en euforische gevoel in je hoofd; dat is waar het cannabisgebruikers meestal om te doen is. Tetrahydrocannabinol (THC) zorgt ervoor dat er dopamine vrijkomt in bepaalde delen van de hersenen. Dat zorgt voor een soort van roeseffect.

'In de jaren '60 bevatten alle planten meer CBD'

[Inez Vandenbussche](#), kind- en jeugdpsychiater

Die cannabinoïde komt in hoge concentraties voor bij recreatieve cannabis. Daartegenover bevat medicinale cannabis voornamelijk cannabidiol (CBD), wat een pijnstillende en rustgevendende werking heeft.

Vandenbussche legt uit hoe cannabisplanten doorheen de jaren andere eigenschappen kregen: 'In de jaren '60 bevatten alle planten meer CBD. Om het psychoactieve bestanddeel THC te verhogen, werden er nieuwe kweektechnieken toegepast.'

Medicinale cannabis heeft het tegenovergestelde effect van de recreatieve, waardoor je loom en rustig wordt. Volgens de jeugdpsychiater is dat wat jongeren net niet zoeken: 'De meesten zijn geïnteresseerd in dat roeseffect. Je kan het vergelijken met de weinige jongeren die pintjes zonder alcohol drinken.'

Voor meer informatie over cannabis kan je terecht op de website van de VAD en op de website van het Trimbos-instituut. Je kan daar ook een zelftest doen om te weten te komen hoe riskant je gebruik wordt ingeschat door experts. Op de website van de druglijn kan je terecht met je vragen.

Een jointje roken met je vader

Hoewel marihuana al iets meer aanvaard wordt als recreatieve softdrug, blijft het voorlopig hangen in een sfeer van criminaliteit en illegaliteit. Het heersende discours hinkt achter op de realiteit.

tekst: [Jan Costers](#)
beeld: [Bavo Nys](#)

Als het in het publieke debat over drugs gaat, zijn er altijd mensen die hun onwrikbare standpunt tegen de legalisering van (soft)drugs willen verdedigen, zoals een zekere burgemeester van Antwerpen. Telkens weer wordt er gewezen op alle gevaren die drugs met zich meebrengen. Maar de argumenten die aangehaald worden zijn vaak makkelijk te weerleggen.

Sommige gevaren van het drugsmilieu – schimmige dealers, eventuele bendevoormingen en -oorlogen, drugs waarvan de exacte inhoud onbekend is – zijn echter niet inherent aan de specifieke drugs, maar net aan de illegaliteit ervan. De Amerikaanse drooglegging van de jaren 1920 bewijst dat niet de substantie, maar vooral de criminalisering ervan voor het gevaar zorgt.

Een legalisering zorgt ervoor dat gebruikers op een veilige manier en bij geverifieerde verkooppunten een gecontroleerde dosis van een bepaald middel kunnen aanschaffen. Veiligheid en zekerheid bij zowel de aankoop als de productie: twee vliegen in een klap.

Maar in het debat verwijzen tegenstanders vaak naar alle mogelijke schadelijke gevolgen die het druggebruik zelf met zich mee kan brengen. De abstracte of hypothetische stellingen verbleken in de praktijk echter al snel tot schijnargumenten.

Als we ons tot marihuana beperken, wordt er al snel gewezen naar de mogelijkheid van een negatieve reactie op de drug, in de vorm van angst- of paniekaanvallen, een psychose of paranoia. Die mogelijke schadelijke gevolgen zijn reëel, maar zijn vooral een argument vóór legalisering. Een centrum waar mensen op een gecontroleerde en veilige manier kunnen kennismaken met marihuana en de effecten die ze ervan ondervinden is alvast te verkiezen boven de groepsdruk van een paar tiener-vrienden die in het geniep hun eerste joint opsteken.

Bovendien zou je die redenering ook kunnen toepassen op alcoholgebruik. Wie die vergelijking niet wil zien, maakt zich schuldig aan hypocrisie. Hoewel alcohol als harddrug geïnclassificeerd kan worden, en veel schadelijker is dan een softdrug als marihuana, hebben we geen enkel probleem met de legaliteit

ervan. Meer nog: we bombarderen het tot een van onze symbolen van nationale trots. Als je bier met verstand kan drinken, waarom dan geen jointje roken? Het argument van de gevaren van een verslaving

bij drugs is immers ook universeel. Mensen raken verslaafd aan sigaretten, alcohol, suiker, sporten of hun sociale media. Om die allemaal te verbieden staat er niemand te springen.

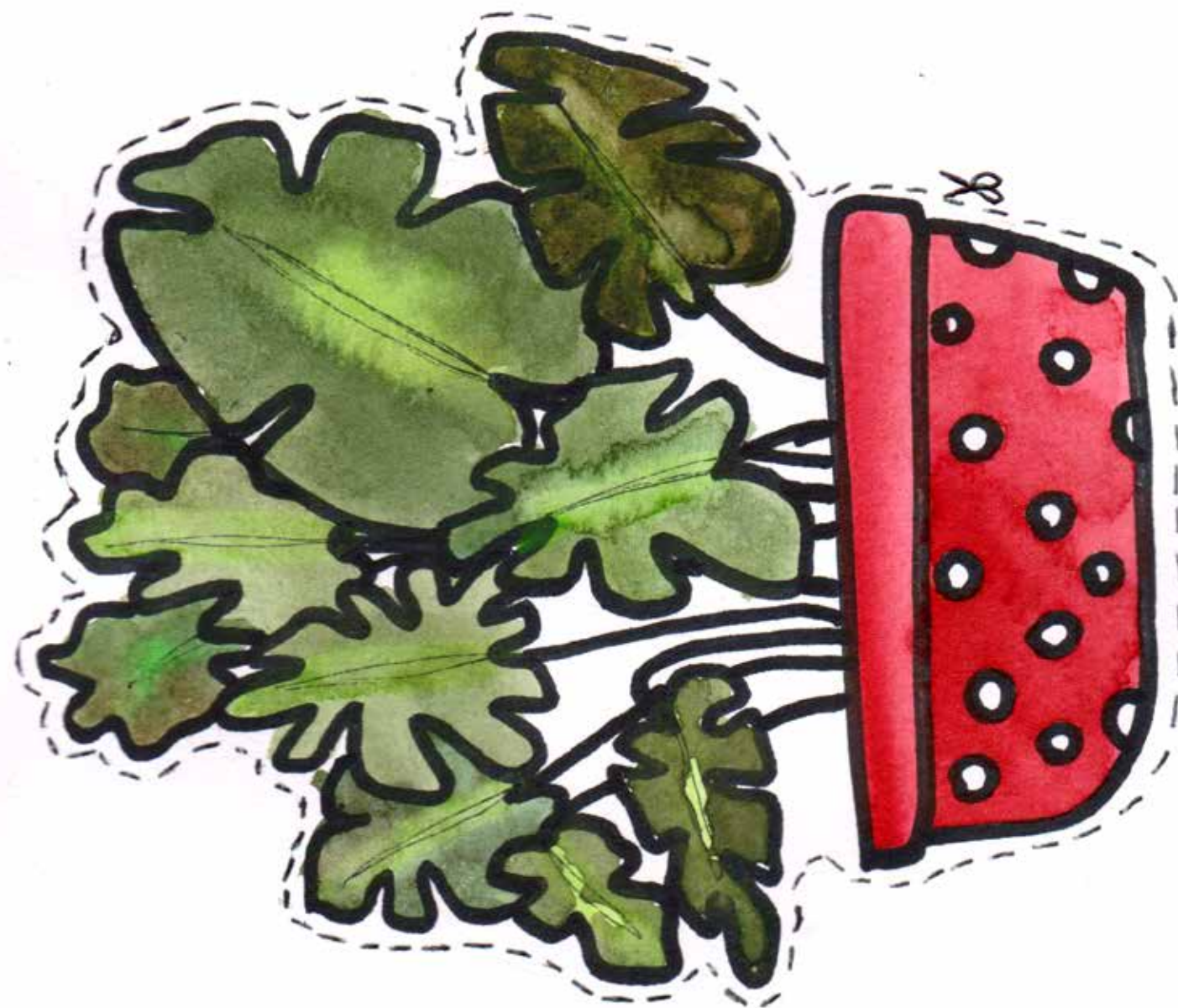
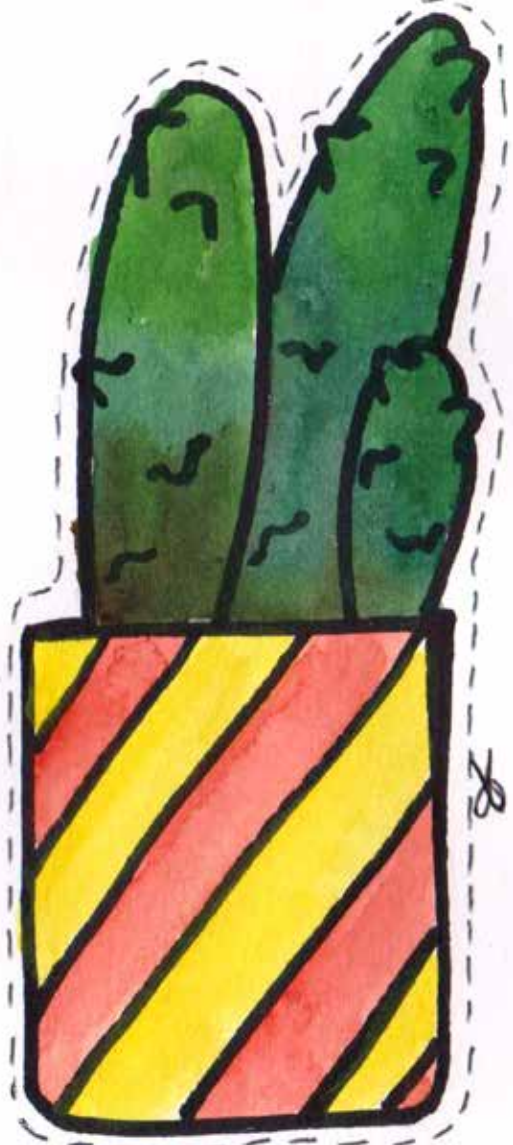
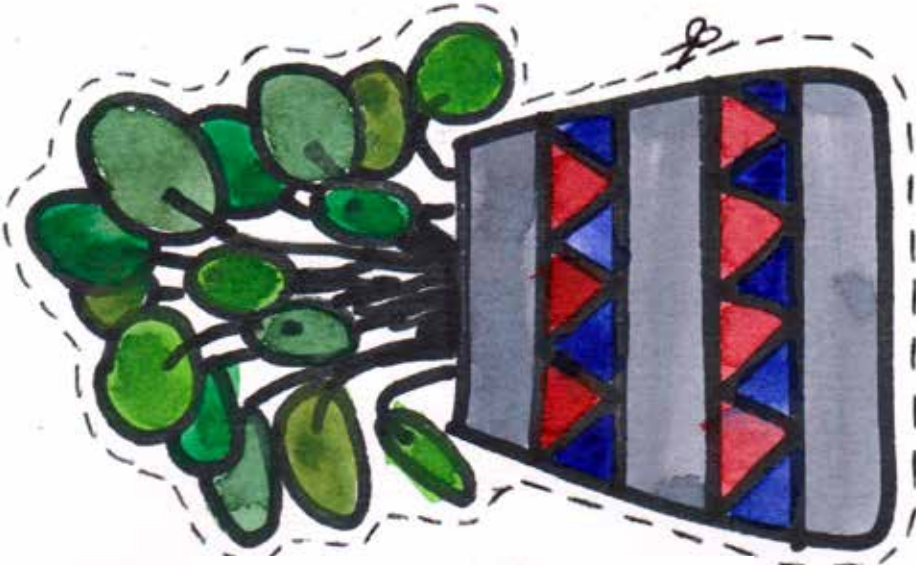
Als student ben ik na een nachtje stappen regelmatig wakker geworden met een kater en zwarte gaten over de afgelopen nacht. Sinds de coronaperiode heb ik de Stella wat meer ingeruild voor de pretsigaret, met alleen maar positieve gevolgen. Het delen van een jointje met wat maten verscherpt het groepsgevoel op een rustige avond. Bij een avondje chillen met een joint komen er geen *adjes* aan te pas.

In mijn omgeving merk ik ook dat het beeld van de junkie – op vlak van marihuana – al jaren niet meer opgaat. De mensen waarmee ik al een joint gedeeld heb, variëren even hard als het gemiddelde caféterras: van studenten tot leerkrachten, ambtenaren tot bedrijfsleiders. Wanneer ik af en toe het thuisfront bezoek, is de gebruikelijke pint die vader en zoon delen ondertussen ook al ingeruild voor diens kalmere variant. 'Gaan we vanavond naar de sterren kijken?', luidt de vraag dan. Een uurtje later bezichtigen twee generaties samen de nachtelijke hemel. Af en toe blazen we een gedeeld rooksignaal. Het is een scène van vrede en begrip, niet van criminaliteit. ☺



**Geen groene vingers?
Fleur je kot op met
onze uitknipbare plantjes!**

beeld: Heike Ostijn



Grote ongelijkheid bij sparende student



Gemiddeld heeft de student zo'n 10.000 euro op z'n rekening staan. Maar achter dat gemiddelde schuilt een grote ongelijkheid, zo blijkt uit een peiling van *Veto*.

tekst: Simon Tibo
beeld: Gaëlle Delandmeter

Veto bevroeg meer dan 400 studenten over hun spaarrekening en inkomstenbronnen. 87% van hen studeert aan de KU Leuven. Het resultaat toont een opvallende ongelijkheid: een zesde van de studenten heeft minder dan 1.000 euro op de spaarrekening. Daartegenover staat dat een vijfde van de studenten meer dan 20.000 euro op de spaarrekening heeft staan.

Bovendien blijkt dat 90% van de studenten spaart. Daarvan hangt de meerderheid op een of andere manier wel af van thuis. Dat kan door een spaarrekening die ze van thuis uit meekrijgen, of doordat hun ouders maandelijks een bedrag opzij zetten.

Grote ongelijkheid

'Het gemiddelde van 10.000 euro aan spaargeld ligt in de lijn van wat we vaststellen bij onze klanten binnen de leeftijdscategorie 18 tot 28 jarigen', zegt Hilde Junius van BNP Paribas Fortis. Maar dat gemiddelde wordt volgens haar wel enorm opgeblazen door de 20% rijksten. De mediaan ligt namelijk een stuk lager, op slechts 2600 euro.

'Dé student' bestaat niet', zegt ook Laurens Cherchye, econoom en hoogleraar aan de KU Leuven. Dat de studentenpopulatie inderdaad heterogeen is, wordt bevestigd in de peiling.

Een groot deel van het geld op de spaarrekening van de student is afkomstig van thuis, al heeft zo'n 63% van de studenten een studentenjob. 'Studenten vandaag hebben zeker niet minder geld dan vroeger', aldus Cherchye. Toch zijn ze er volgens hem bewuster mee bezig.

Door de grotere onzekerheid zouden studenten vaker bijkluilen. 'Studenten zijn tegenwoordig misschien actiever bezig met hun toekomst door die grotere onzekerheid', aldus Cherchye. Hij haalt aan dat ook het aanbod voor studenten

vergroot is: er zijn meer mogelijkheden om grote uitgaven te doen.

'Studenten hebben vandaag zeker niet minder geld dan vroeger'

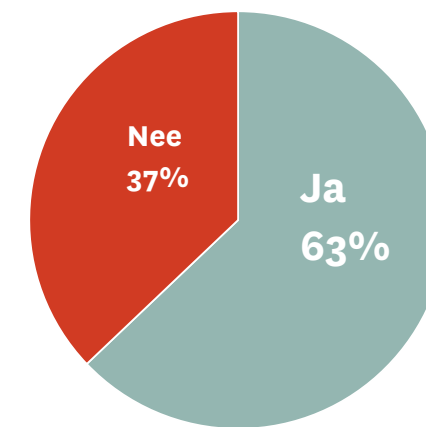
Laurens Cherchye, econoom aan de KU Leuven

Leefgeld

Ook wat betreft het leefgeld vallen enkele grote verschillen tussen de studenten op. 10% krijgt immers helemaal niets mee van thuis. De grootste groep respondenten (29,4%) geeft aan wekelijks tussen de 40 euro en de 55 euro te krijgen van thuis. 30,5% krijgt een bedrag lager dan 40 euro per week. Voor 2,5% is dat zelfs een bedrag lager dan 10 euro.

Opnieuw 29,4% krijgt dan weer meer dan 55 euro. Daarvan krijgt net de helft van die studen-

Studentenjob



ten zelfs meer dan 70 euro per week. Een absolute minderheid, net geen 2% van de totale studentenpopulatie zegt op wekelijkse basis meer dan 150 euro leefgeld te krijgen van thuis.

Als er gekeken wordt naar wat de studenten met dat geld moeten betalen, valt meteen een gelijkheid op. Meer dan 90% van de studenten moet uit eten gaan, ontspanning of iets drinken met vrienden zelf betalen. Twee derde van de studenten moet hun reizen zelf betalen en net de helft moet ook transportkosten zelf ophoesten.

Een nipte minderheid moet bovendien zelf hun kleren betalen. Wat betreft gsm, inschrijvingsgeld voor verenigingen en schoolboeken nemen voor de meerderheid van de studenten de ouders de kosten op zich. Minder dan 30% van de studenten geeft aan dat zij daarvoor moeten opdraaien.

Spaarrekening plunderen

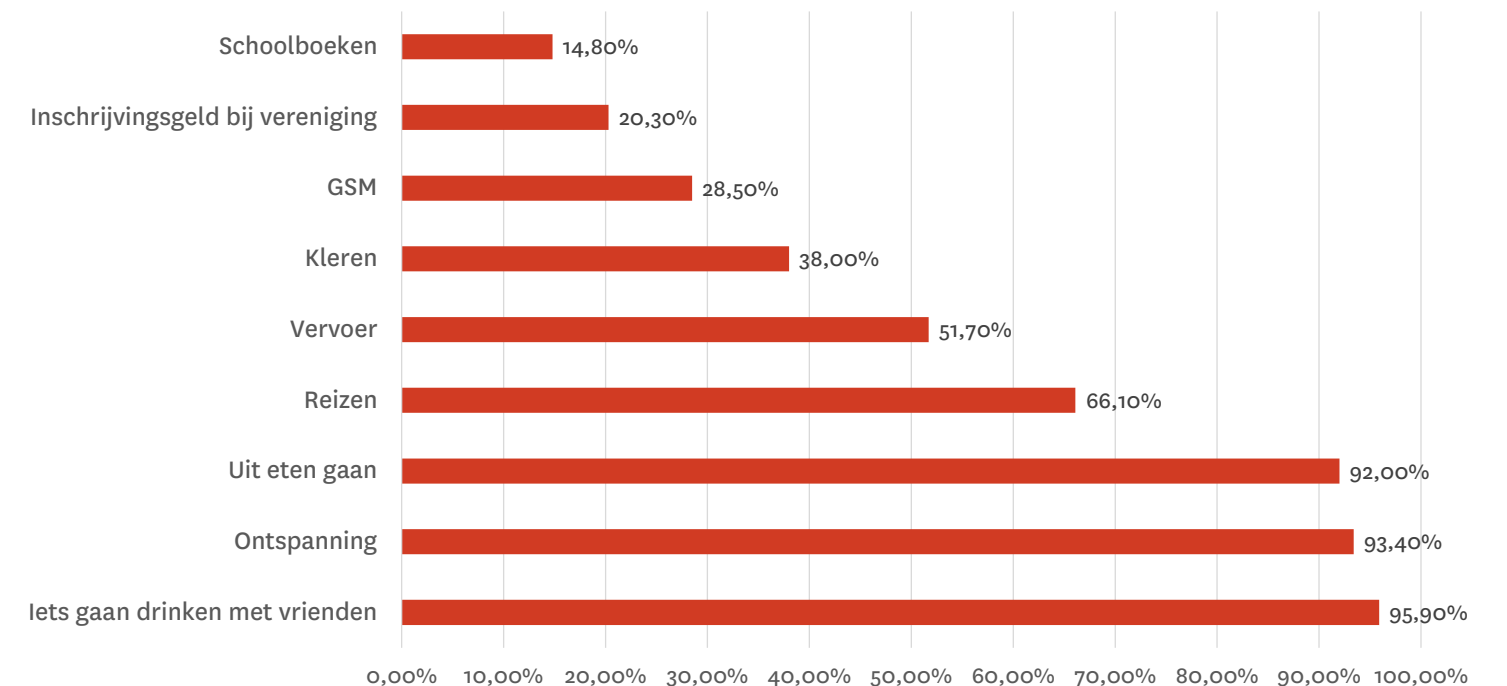
Het merendeel van de gevraagde studenten komt met het geld dat ze krijgen prima toe om de wekelijkse uitgaven te dekken. Slechts een vierde van hen geeft aan dat ze regelmatig geld moeten overmaken van hun spaarrekening omdat ze niet toekomen.

Op de vraag of ze genoeg geld krijgen van hun ouders, geven de studenten hun ouders dan ook gemiddeld een 7 op een schaal van 1 tot 10. Bij slechts een vijfde scoren de ouders lager dan 5.

10% van de respondenten geeft aan een kot en de studiekosten gedeeltelijk of volledig voor eigen rekening te moeten nemen. De overgrote meerderheid van die studenten heeft wel een studentenjob en enkelen onder hen kunnen ook rekenen op een studietoelage van de overheid.

Van alle gevraagde studenten heeft slechts 3% het statuut van een werkstudent. Om dat te kunnen krijgen, moet iemand minstens tachtig uur

Wat moeten studenten uit eigen zak betalen?



per maand werken (of 50% van de gebruikelijke uren in die sector). Zo'n statuut geeft dan recht op extra faciliteiten zoals examenspreiding of een flexibelere studieplanning.

Crypto en andere hypes

Studenten sparen wanneer het kan. Sommigen doen dat om een festival te kunnen betalen of om op reis te kunnen gaan. Anderen leggen dan weer een spaarpotje aan voor noodgevallen zoals wanneer een gsm of laptop kapot gaat. Enkele studenten kijken nog verder en denken al na over de aankoop van een huis.

Nogal wat studenten wenden hun spaargeld aan om te beleggen en zien dat als een extra inkomstenbron bovenop het geld dat ze van thuis krijgen of uit hun studentenjob halen. Een studie uitgevoerd door Profacts, in opdracht van BNP Paribas Fortis, bevestigt dat ook.

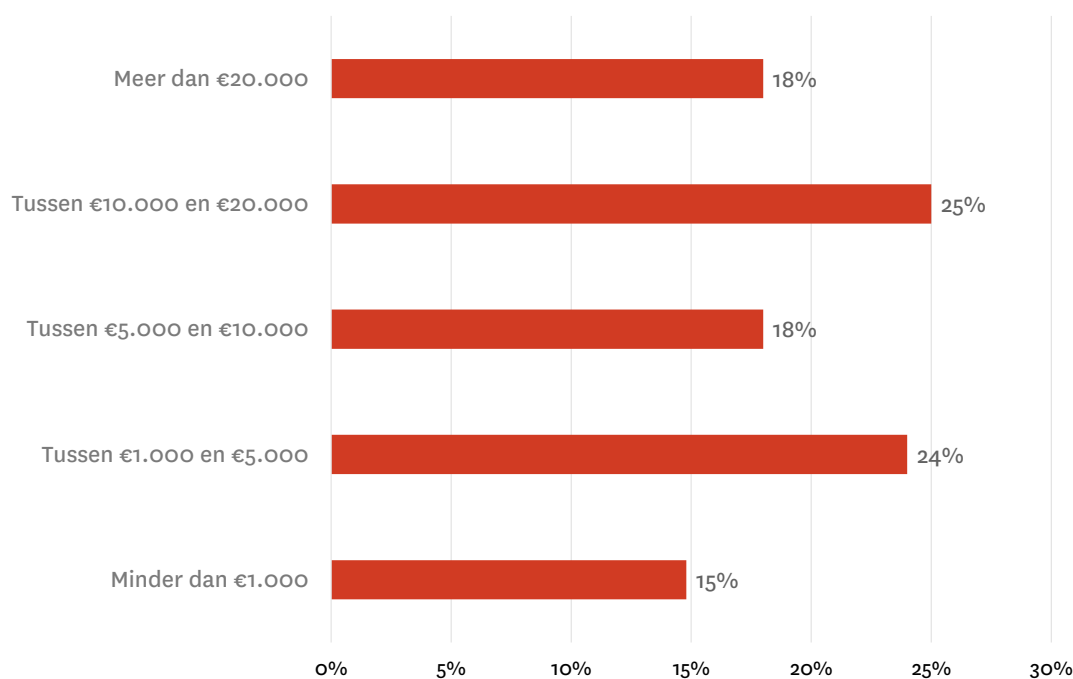
Volgens die studie ligt het percentage van de jongeren die beleggen op zo'n 48%. Opvallend is dat vooral bij nieuwe beleggers heel veel jongeren zitten: de leeftijdsgroep 18-24 maakt 23% uit van de nieuwe beleggers, terwijl dat maar 10% is bij het totale aantal beleggers. Ook de gemiddelde leeftijd van beleggers gaat steeds meer omlaag.

Toch is dat niet zonder gevaren. Volgens Cherchye is het geen probleem dat jongeren beleggen, zolang het gaat om kleine bedragen om ervaring

op te doen. Een risico kan er wel snel zijn: jongeren volgen hypes sneller zonder zich er echt over te informeren. Cherchye: 'Het typevoorbeeld is

cryptocurrency. Studenten zien de rendementen bij anderen en volgen dat dan, maar weten eigenlijk niet heel goed wat daar allemaal achter zit.'³

Hoeveel spaargeld hebben studenten?



You got into Harvard? What, like it's hard?

Vanaf dit academiejaar biedt een nieuw Vlaams beurzenprogramma kansen voor Vlaanderens sterkste academici, voordien tegengehouden door het prijskaartje.

tekst: Viktor Flamand
beeld: Freya Caris

Na het kijken van *Legally Blonde* droomden we allemaal wel eens van een studie aan Oxford, Harvard of Stanford. *What, like it's hard?* Ja, eigenlijk wel. Als je al binnen geraakt, moet je nog een stevige som geld ophoesten en dat is dan ook waarom het voor velen bij dromen blijft.

Een twintigtal Vlaamse studenten kunnen die droom vanaf dit academiejaar echter waarmaken. De Vlaamse regering wil jaarlijks twee miljoen euro uittrekken om studenten te ondersteunen, van inschrijvingsgeld tot verblijf.

Vlaanderen veroverd de wereld

In 2019 nam de regering-Jambon in haar regeerakkoord de doelstelling op om de internationale academische carrière van Vlaanderens beste studenten te ondersteunen. Daar heeft ze vorig jaar een concreet plan voor uitgewerkt. Dit academiejaar start een pilootprogramma voor studenten die aanvaard zijn aan een internationaal topinstituut. Na een selectieproces kunnen ze de rekening doorschuiven naar de Vlaamse overheid.

Naar wie is de Vlaamse regering op zoek? Een

Een masterdiploma en uitstekende puntenlijst zijn slechts basisvereisten

masterdiploma en uitstekende puntenlijst zijn slechts basisvereisten. Peter Lievens, vicerector Internationaal Beleid aan de KU Leuven: 'De minister-president heeft de ambitie om met deze groep van studenten een netwerk van jonge mensen op te bouwen die als ambassadeur van Vlaanderen kunnen fungeren.' Daarvoor zijn ze op zoek naar leiderskwaliteiten en motivatie naast perfecte scores.

Is het sop de kool waard?

De vraag die opkomt is of we zomaar jaarlijks twee miljoen euro hebben liggen om aan Harvard en Yale te spenderen. Is er thuis geen nood aan subsidies? Begin september kwam nog de vraag vanuit het katholiek onderwijs naar meer vervoersmogelijkheden voor het bijzonder onderwijs. Een blijvend probleem.

Volgens Lievens moet je echter altijd een afweging maken: 'Het is vervelend als je met beleid bezig bent om steeds weer geconfronteerd te worden met controversiële thema's, terwijl je dit eigenlijk ook kan zien als een aanvulling.'

Diezelfde visie deelt de vicerector over de vraag of subsidies voor bestemmingen dichterbij huis niet dringender zijn. Sinds de Brexit dreigen namelijk de door Erasmus opgebouwde banden met het Verenigd Koninkrijk te verwateren. Maar vol-

gens de vicerector 'zijn de intenties er zeker' om de banden met het Verenigd Koninkrijk verder uit te bouwen, zowel op economisch vlak als op niveau van onderwijs.

'Het mag geen beurs zijn voor de happy few'

Peter Lievens, vicerector Internationaal Beleid KU Leuven

Wat brengt het dan uiteindelijk bij? Lievens benadrukt het belang van dergelijke initiatieven in termen van winst: 'Het is niet neutraal omdat je telkens een meerwaarde creëert voor zowel de studenten als de landen. Het is continue winst maken, maar dan aan twee kanten.'



BOOKS & MORE FOR LESS

MET EEN AANDEEL BETAAL JE MINDER

tot **25%**
korting

op Acco-cursussen
en verplichte boeken

tot **15%**
korting

op kantoomateriaal
en papierwaren

€25
korting

op een Signpost-laptop
(incl. 3 jaar garantie en verzekering)

KOOP JE AANDEEL VOOR €31 IN ONZE ACCO-SHOP IN LEUVEN
OF HEVERLEE, OF ONLINE OP www.acco.be/aandeel

acco
Learn better, grow smarter.

Ontdek het academiejaar,
begin bij een volle mailbox



KU Leuven zit ook op Twitter en Instagram!
Vind jij jezelf ook zo onmenselijk grappig? Stuur je mopjes naar onze Facebookpagina of naar kuleuven@veto.be en wie weet blink jij binnenkort op onze pagina's.



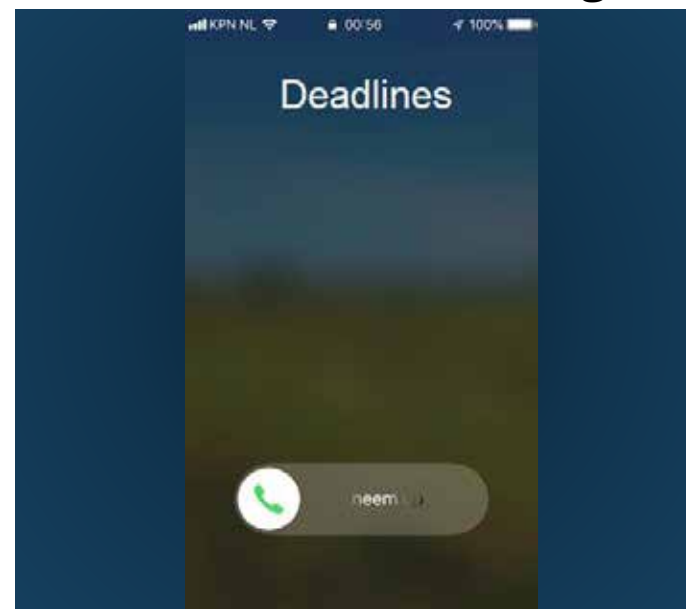
Drastische oplossingen tegen kottekort:
burgemeester opent camping op Oude Markt



Archeologiestudenten krijgen
eindelijk nieuw praktijklokaal



Onbekend nummer valt al dagen
tal van studenten lastig



In de lijn van 'dingen die nog sneller
naderen dan je taakdeadline':



Eerste dagen aan de universiteit starter-pack

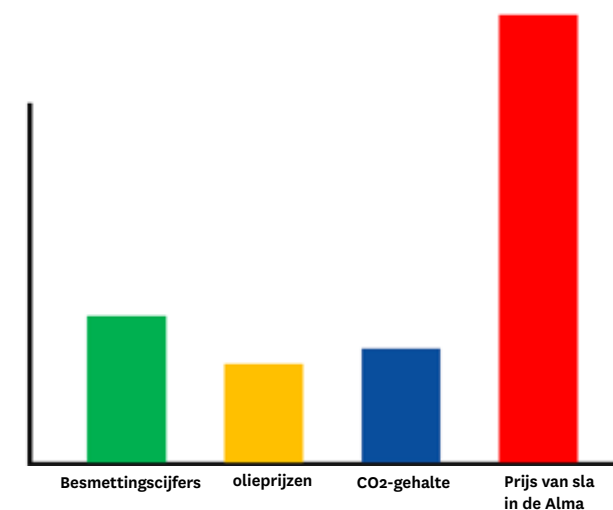


Rechtenstudent overleeft nipt
ingrijpende nekoperatie



'Hij zwol elke dag op, ik geraakte
niet meer in mijn maatpak!'

Onderzoek toont de snelst stijgende
objecten van de afgelopen jaren aan



Student in Leuven 101

De eerste dagen aan de universiteit zijn allesbehalve een sinecure. De KU Leuven redactie heeft zich voor de startende studenten uit de naad gewerkt: aanschouw hier onze beste tips.

tekst: Moana Xhemçaj

Het academiejaar is uit de startblokken geschoten! Wederom verwelkomt Leuven talloze nieuwe studenten. Om het kluwen van het hoger onderwijs te ontwarren, bieden wij een splinternieuwe gids aan.

Hierin reiken we tips en tricks aan om je kopzorgen het hoofd te bieden. Zeker de eerstejaars onder jullie zullen hier baat bij hebben! Neem alvast een notitieboekje uit je tas...

Boeken, boeken en nog eens boeken

Het is verbazingwekkend om in het digitale tijdperk nog boeken aan te schaffen. Niet enkel eis je een tol van je eigen portemonnee, maar je belast ook nog eens het milieu. Om aan jouw papiervraat tegemoet te komen, moeten talloze bomen sneuvelen. Reden te meer om gewoon paperless te gaan!

Gebruik dus geen boeken of schriften, maar enkel je geheugen. Deze methode is goedgekeurd door Socrates trouwens; hij vond het gebruik van boeken en schriften toch alleen maar een aanslag op het menselijk verstand.

Is het verbannen van papier een extreme maatregel voor jou en wil je toch je boeken gaan kopen? Dan kan je altijd aankloppen op de deur van je studentenvereniging. Vergeet wel niet om een karretje mee te nemen om je boeken in te laden... en een tent om in te overnachten kan ook geen kwaad.

Een ware huismus of vriendeloze vagebond?

Gesproken van sisyfusarbeid: je kot proper houden gedurende het jaar, hoe krijg je dat voor elkaar? Ook al breek je je rug tijdens het schoonmaken, toch lijken je inspanningen soms tevergeefs. Wil je eens de vruchten van je poetsessie plukken? Simpel: Slaap bij een vriend(in) en dan blijft je kot gegarandeerd heel het jaar netjes!

Oei, nu veronderstellen we wel dat je al vrienden voor het leven hebt gemaakt na één week... Dat was misschien een verkeerde conclusie. Als alternatief stellen we dan voor om als vagebond door Leuven en omstreken te trekken. Niet enkel bespaar je op huishoudkosten, maar je leert ook de natuur door en door kennen. Back to basics, zouden we zeggen.

Als laatste, maar niet minder belangrijk: fietsen

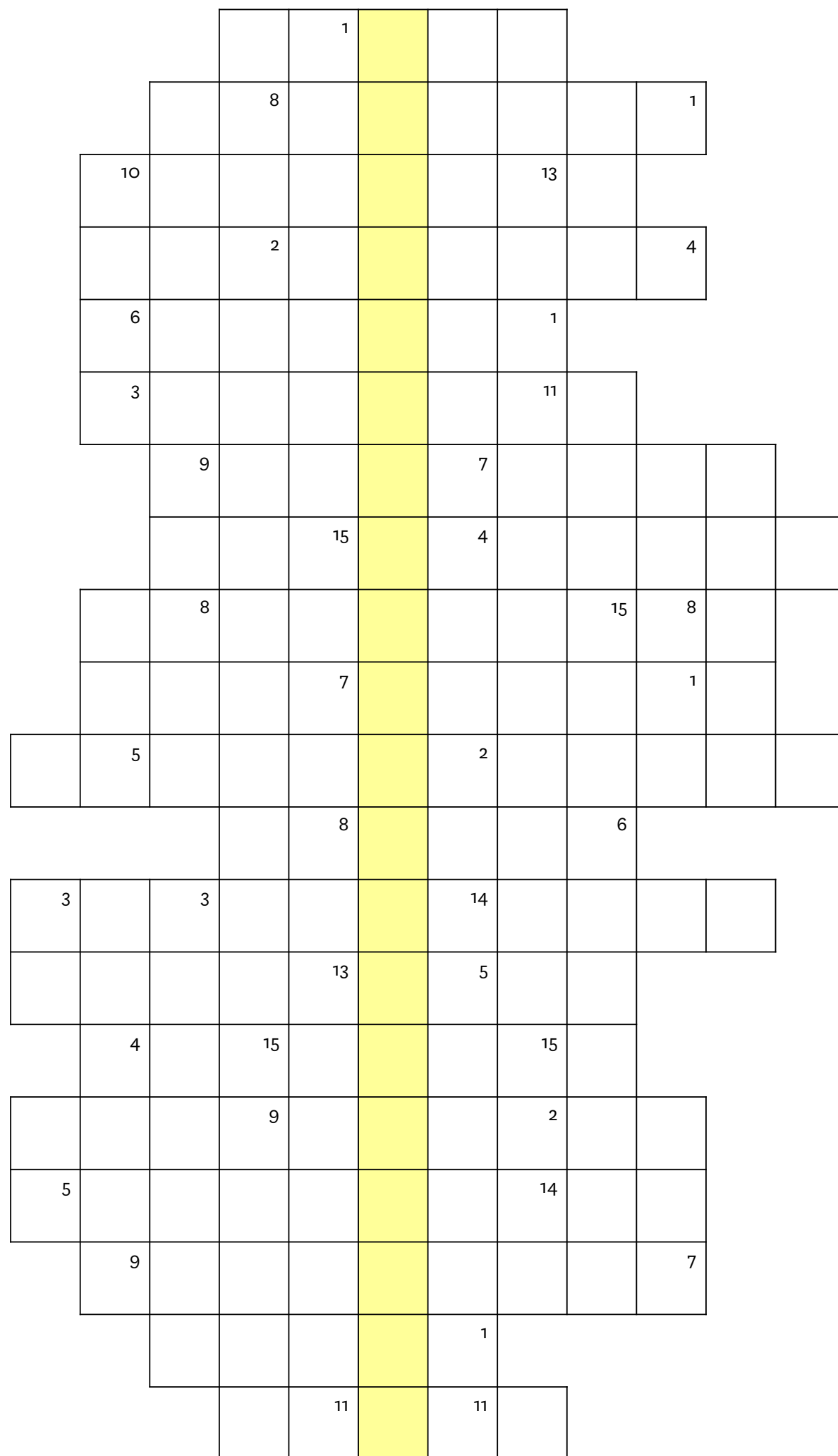
Wie over een fiets beschikt, beschikt over heel de wereld. Helaas kan niet elke student zich meteen eentje permitteren. Gelukkig biedt de stad Leuven ook huurfietsen aan een voordelig tarief aan. Ook direct een goede optie als je geen fiets wil meeslepen van je thuisbasis tot hier.

Heb je geen geld om een fiets te huren? Maak je dan geen zorgen. In de Dijle liggen vele fietsen te wachten op hun ongelukkige eigenaren. Als het water eens laag staat, kan je er misschien wel een niet al te verroest exemplaar uitvissen. Strak plan toch?

Zoek de rest maar uit

Met deze gids hopen we jullie verder te helpen doorheen het studentenleven. En als dat niet lukt: ja kijk, dat is niet ons probleem. *Bonne chance!*

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 12.
- 13.
- 14.
- 15.
- 16.
- 17.
- 18.
- 19.
- 20.



SJARELS CRYPTO

OPGAVE

1. Journaalgezicht op een schip (5)
2. Iets meer dan drie hoofddeksele (8)
3. Jonge komkommer (8)
4. Liefde voor literatuur (9)
5. Schaapachtig schaakstuk (7)
6. Italiaanse rivier inkaderen (8)
7. Norse tweewieler (9)
8. Stom (10)
9. Net als een tand (10)
10. Ontstaan van een vliesje (10)
11. Proper, mama (12)
12. Kleur van een kuiken (6)
13. Doet een kleptomaan in een rookwarenwinkel (11)
14. Boot van een bokser (9)
15. Fruitig gedicht (8)
16. Tuin opfleuren (10)
17. Politie(wagen)staat (10)
18. Diefstal van je ontbijt (9)
19. Gerecht dat je maakt met glasnoedels (5)
20. Triestige stad (11)

De oplossing van het cryptogram vind je in de eerste Veto van jaargang 49!

colofon

Hoofdredacteur Joanna Wils	Redacteur cultuur Lore Meesters
Redactiesecretaris en verantwoordelijk uitgever Jan Costers	Redacteur onderzoek Thor Deyaert
Eindredacteur Bruno De Waele	Redacteur KU Leuven Evelien Van Haegenborgh
Redacteur foto Sharon Poppe	Verantwoordelijke navraag Xhoana Memçaj
Redacteur illustratie Freya Caris	Verantwoordelijke evenementen Jeremy Van Weyenbergh
Redacteur onderwijs Wolf France	Verantwoordelijke groepsgevoel en welzijn Lara Lismont
Redacteur sociaal Simon Tibo	Verantwoordelijke Instagram Lenne Schoenmakers
Redacteur student Kasper Nollet	Verantwoordelijke Veto English Victoria Casteels
Redacteur internationaal Helena Van Schelvergem	Verantwoordelijke ronddeling Pascal Beyer
Redacteur opinie Anna Claes	

Eindredactie Kasper Nollet, Joanna Wils, Thomas Maes, Lara Lismont, Sharon Poppe, Tijs Keukeleire, Andreas Vandingenen, Bruno De Waele, Elien Stouten, Jolien Vandoorne, Victoria Casteels, Abel Romkes, Sjereno Corvers, Lisa De Witte, Thor Deyaert, Wolf France, Amber Sels, Simon Tibo, Marie Coppens, Lore Meesters **Vormgeving** Jan Costers **Cover** Jan Costers, Sharon Poppe **Schrijvers** Elien Stouten, Tijs Keukeleire, Kasper Nollet, Pascal Beyer, Simon Tibo, Heike Ostijn, Andreas Vandingenen, Xhoana Memçaj, Lore Meesters, Anna Claes, Manon Cools, Anouk Verhaege, Amber Sels, Jonas Gilliams, Jan Costers, Viktor Flamand, Benno Debals **Illustratoren** Anne-Leen Declercq, Celine Vandeweghe, Tine Deleu, Bernard Tant, Freya Caris, Heike Ostijn, Gaëlle Delandmeter **Fotografen** Jan Costers, Sharon Poppe, Bavo Nys, Miette **Beeldpagina** Nathan Verbelen **Strip** Anne-Leen Declercq **KU Leuven** Kasper Nollet, Evelien Van Haegenborgh, Tijs Keukeleire, Marie Coppens, Stan Spruyt, Xhoana Memçaj

Veto is een uitgave van de Leuvense studentenkoepel LOKO. De standpunten verdedigd in Veto stemmen niet noodzakelijk overeen met de standpunten van LOKO.

Wil je hier volgende keer ook vernoemd staan? Kom dan naar onze redactievergadering op donderdag om 20u in 's-Meiersstraat 5, bezoek onze Facebookgroep of stuur een berichtje naar veto@veto.be.



FIETSEN IN LEUVEN



Huur voordelig een fiets bij Velo!
Herstel en stevig slot
altijd inbegrepen. Je eigen fiets laten
herstellen? Ook dat kan bij Velo.

**Hollestraat 1
3001 Heverlee**



Zelf je fiets (leren) herstellen?
Alle gereedschap en gratis deskundige
begeleiding vind je in het DIY Fietsatelier.

**Minderbroedersstraat 50
3000 Leuven**



Een vijs aandraaien?
Je band oppompen?
Er is altijd een Velo Fix Station of
fietspomp in je buurt.



www.kuleuven.be/mobiliteit

Ook voor studenten aan Hogeschool UCLL en
LUCA School of Arts campus Lemmens