

Kersteditie
11/12/2020

Ampyx

De officiële schoolkrant van het 4e gymnasium



‘There are a whole lot of things in this world of ours you haven’t started wondering about yet.’

Old Green Grasshopper

Contact:

Mail: schoolkrant@het4e.nl

Instagram: @ampyxhet4e

Hoofdreductie:

Bella Lachman

Janna Prins

Eindreductie:

Janna Prins

Bella Lachman

Nori Richard

Illustraties:

Emma Jo Jansen van Rensburg

Jasmijn van der Wijck

Quinty Meischl

Liam Tran

Nadia Couzijn

Oskar Verkerk

Remus van der Vossen

Yaren Ozdemir

Redactie:

Coco ter Heijde

Edie de Wit

Elif Zeynep Ozturk

Evan van Herk

Ida de Witt

Imane Valk

Jasmijn van der Wijck

Koen Durville

Ndede Assiam

Odin Pikaart

Oskar Verkerk

Remus van der Vossen

Tyche van der Vossen

Yael de Breij

Suzy Klaassen

Kersteditie

Het heeft even geduurd, maar vrees niet:
de Ampyx is er weer! Kerst gaat voor velen
niet door, maar de schoolkrant is er
natuurlijk wel, als ultiem kerstcadeau.

Lees in deze editie onder andere over of
een virus leeft, vrouwen in de politiek, hoe
een leraar het leven ervaart en natuurlijk
Niels zijn pompoenlasagne. Veel plezier
met het lezen van deze kersteditie van de
Ampyx, een fijne kerstvakantie en een
gelukkig nieuw jaar!!

Leraren quotes

Er zitten kleine beestjes met
puntoortjes dingen te slopen,
maar dat negeer ik even.

Sanne Toornstra

Ik heb een leuk filmpje over
rassenrellen in LA.

Maurik Ros

Ga eens wat rechter op zitten, jullie
lijken wel twee hangplanten

Patrick Nieuwenhuyse

Homo's vind je in het wild altijd met
zijn tweeen

Niels Koopman

I lost my voice, so I'll talk with
a little melody

Matthias Konecny

Vraagstuk

Leeft een virus?

Geschreven door

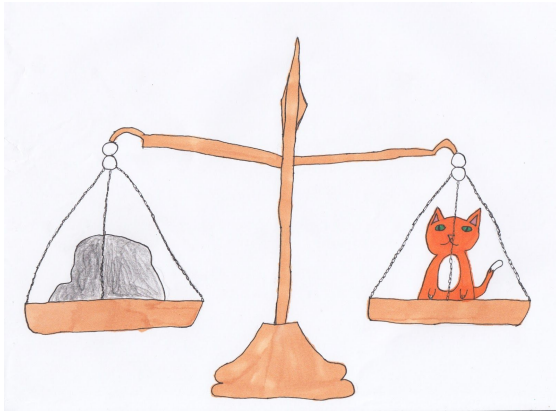
Tyche van der Vossen

Sommige wetenschappers vinden dat virussen niet leven. Andere wetenschappers zeggen dat een virus wel leeft. Maar waarom is daar zoveel discussie over? Eigenlijk is er geen algemene uitleg van wat leven is. Wetenschappers hebben wel zeven levenskenmerken bedacht: ademen, voeden (eten), bewegen, groeien, waarnemen (zintuigen), voortplanten en uitscheiden (uitademen, poepen en plassen, zweten).

De redenen om te denken dat een virus niet leeft zijn dat een virus niks kan 'doen' zonder een cel. Virussen kunnen zichzelf niet delen, ze kunnen niet bewegen. Een virus kan zich alleen verspreiden doordat iemand niest of hoest of doordat iemand het virus op zijn hand krijgt en dan bijvoorbeeld iets gaat eten. Virussen hebben ook geen voedingsstoffen nodig. Verder heeft elk (ander?) levend organisme wel voedingsstoffen nodig. Een virus kan zich alleen delen door gebruik te maken van een cel van een dier of plant. Dat doet hij door zijn DNA in de cel te krijgen, waardoor de cel het kopieert. Virussen ademen ook niet.

De redenen om te denken dat een virus wel leeft zijn dat ze ervoor kunnen zorgen dat ze dieren besmet raken en dus ziek worden, net als bacteriën. Dit zeggen vooral medici. Sommige wetenschappers vinden dat een virus zich kan delen door een cel juist een teken dat een virus leeft. Die wetenschappers zeggen dat alles wat zich op de een of andere manier kan vermenigvuldigen leeft. Nog een argument voor dat virussen leven is dat virussen DNA hebben. Dat DNA kan zich evolueren en dat is een kenmerk dat iets leeft.

Het is dus niet zeker of een virus wel of niet leeft. Eigenlijk weet niemand het zeker. Misschien dat we later een nieuwe ontdekking doen, waardoor we zeker kunnen weten of een virus leeft. Maar voor nu moet je zelf kiezen wat je denkt dat waar is.



‘Aan welke kant horen virussen?’

Interview

Schoolsysteem Duitsland

Geschreven door

Ida de Witt

De middelbare school in Duitsland is in sommige aspecten anders dan in Nederland. Ik heb mijn nicht (Paula), die in een kleine stad in Duitsland woont, gevraagd hoe het er daar aan toe gaat.

Hoe wordt er gekozen naar welke school je gaat?

In Duitsland heb je maar twee schoolniveaus, gymnasium en regelschool. Je krijgt aan het einde van de basisschool te horen naar welke je moet, daarna kies je meestal zelf naar welke school je gaat. Daarom kom je ook vaak weer met dezelfde mensen in de klas terecht. Maar dat ligt aan de school. Meestal kom je in de klas met mensen van hetzelfde geloof.

Hoe oud ben je als je naar de middelbare gaat?

Meestal ben je tien, maar in Duitsland blijf je makkelijker zitten en kan het dus dat je wat ouder bent.

Hebben jullie ook kluisjes?

Ja, maar je moet er wel voor betalen en je deelt hem meestal niet met iemand.

Hoe lang is de gemiddelde schooldag?

In de eerste klas heb je gemiddeld zes uur per dag onderwijs, maar in de bovenbouw wordt het langer.

Wat voor vakken hebben jullie?

Veel vakken die jullie krijgen hebben wij ook, maar we hebben geen Nederlands, geschiedenis krijg je pas in de tweede en je hebt een vak over geloof.

Wat is jouw lievelingsvak?

Ik vind LO heel leuk, omdat ik er goed in ben en we meestal leuke dingen doen.

Hebben jullie ook schoolclubs?

Tijdens corona zijn ze afgelast, maar normaal hebben we schoolkoor en een wiskundeclub.

Beginnen jullie ook met een stamlokaal?

Nee, bij ons heeft iedere docent een lokaal en wij moeten dan daar naartoe lopen.

Hoe regelt jouw school de pandemie?

Bij ons draagt iedereen een mondkapje op de gang. Wij hebben tot nu toe nog geen besmettingen.

Hebben jullie een klassenvertegenwoordig(st)er?

Ja, die wordt bijna meteen gekozen, samen met een vicevertegenwoordig(st)er, voor als die er niet is.



Verhaal

Het leven van een leraar

Geschreven door

Remus van der Vossen

Na zoveel jaren is het eindelijk zo ver. Ik mag stage gaan lopen op een middelbare school. Mijn droom komt eindelijk uit! Met goede moed stap ik de klas binnen. De brugklassers die ik les mag geven zitten allemaal al klaar. Zeer geïnteresseerd kijken ze naar de leraar, die mij aan de klas voorstelt. Behalve die paar leerlingen achterin dan. Ze lijken meer interesse te hebben voor Among Us dan voor aardrijkskunde. Ik overweeg om er iets van te zeggen, maar besluit dat de leerlingen niet gelijk een hekel aan me moeten krijgen.

De les begint. Ik ga voor de klas staan en begin aan mijn verhaal over de waterkringloop. Ik vraag de klas of ze weten wat neerslag is. “Ja, dat is wanneer je gewoon rustig naar school aan het fietsen bent en dan word je helemaal verdronken,” roept een leerling. Andere leerlingen beginnen zich ermee te bemoeien “Ja dat is echt kut!” “Ik haat neerslag!”

Ik probeer wanhopig de leerlingen bij de les te houden. “Weten jullie ook hoe neerslag ontstaat?” Niemand steekt zijn vinger op. Het is doodstil. Eindelijk kijkt iemand achterin op van zijn spelletje Among Us en steekt zijn hand in de lucht. Ik geef hem de beurt, blij dat er iemand geïnteresseerd meedoet, maar dat had ik beter niet kunnen doen. “Omdat de engeltjes aan het pissen zijn,” zegt hij doodserieus. De hele klas barst in een keer in lachen uit.

Ik vraag me echt af of dit wel de goede carrière voor mij is, wanneer de leraar te hulp schiet. “Wees allemaal stil en laat hem gewoon zijn les geven!” Het is

doodstil, op wat zacht gemompel, “Rood is wel een beetje sus”, na.

Aangezien de leerlingen niet heel nuttige antwoorden op mijn vragen geven, besluit ik om maar gewoon verder te praten. Ik ben juist lekker op dreef gekomen, wanneer ik een bel hoor. “Fuck vakken, alle leerlingen mogen loesoe” roept iemand. De helft van de leerlingen stormt het lokaal uit, de andere helft besluit hier te blijven in de pauze.

Ik denk dat ik eindelijk van de rust kan genieten. Ik pak mijn telefoon om wat memes te bekijken. Onmiddellijk breekt de hel los. “Dat MAG NIET!” “Die moet in de TELEFOONTAS!” Wanhopig probeer ik om dit lawaai te negeren, maar het is onmogelijk. Ik stop mijn telefoon weg en probeer van mijn zuurverdiende pauze te genieten. Dat blijkt heel moeilijk te zijn, aangezien de hele klas vol zit met brugklassers die blijkbaar veel te veel suiker binnen hebben gekregen.

“MEEESTER! Mag ik lolly’s kopen?”

Vraagt een uiterst irritante leerling. “Ja, ga alsjeblieft gewoon weg.” “Ok, mag ik vijf euro?” Ik probeer te bevatten hoeveel lolly’s van twintig cent je hiermee kan kopen, maar ik faal jammerlijk omdat je voor aardrijkskunde nauwelijks wiskunde nodig hebt. “Wat móét je met al die lolly’s?” roep ik uit. “De grond betegelen natuurlijk! Nee eten, slimpie!” Eindelijk snap ik waarom al die bruggertjes zo hyperactief zijn. Gelukkig hoef ik het komende uur de les niet meer te geven.



Verhaal

Out

Geschreven door

Coco ter Heijde

Ik hoor de wekker gaan en ik kan me niet herinneren of ik nou in slaap ben gevallen of dat ik de hele nacht door heb gewerkt. Ik doe een zeldzaam schoon shirt aan en ga mijn bed uit, zoals elke ochtend drink ik een kopje goedkope slechte koffie en ik kijk in de koelkast of er nog iets te eten is, leeg. En net zoals elke ochtend zeg ik tegen mezelf, vandaag ga ik het haar vragen, vandaag vraag ik haar mee uit. Maar waarschijnlijk komt dat er toch niet van want zoals elke dag verzin ik voor mezelf wel weer een smoes om het niet te doen, wat als ze nee zegt, ik heb het te druk, ik moet nu weg. Maar vandaag geen smoesjes meer, ik ga het gewoon vragen zonder erbij na te denken. Ik loop het kleine studentenkamertje uit, de lift is zoals gewoonlijk weer kapot dus ik loop de vijf verdiepingen naar beneden. Op mijn fiets onderweg naar de universiteit wens ik dat mijn fiets gewoon een keer gejat wordt, dan heeft iemand anders last van die krakende trappers en die ketting die er om de dag wel een keer uitvalt. Maar ik kan niet klagen want tien minuten later parkeer ik mijn fiets voor de universiteit en zie ik haar al. Ze heeft haar haar in een hoge staart met een paar losse plukjes die voor haar gezicht opkrullen, ze heeft hetzelfde t-shirt aan als gisteren en het staat haar zo prachtig met die lange strakke spijkerbroek. Ik loop op haar af met meer zelfvertrouwen dan ooit maar als ik er bijna ben dan stop ik. Soms voelt het wel alsof ze een stoplicht is, elke keer als ik er bijna ben laat ze me stoppen met lopen, ik kom niet meer vooruit en ik weet dat als ik wel doorloop dat het dan fout gaat. Ik draai me om en ren via een andere ingang naar binnen, zo ver mogelijk weg van Emma. Ik ren naar binnen naar mijn collegezaal en ga zitten. Een groot deel van

het verhaal van meneer van Basten gaat langs me heen, ik heb ook zo'n spijt dat ik een rechtenstudie heb gekozen, saaiste studie ooit. Als ik na anderhalf uur slaap inhalen wakker wordt staat ze opeens voor me, ze heeft die prachtige, aanstekelijke lach op haar gezicht en de plukjes zijn nog rommeliger dan eerder vandaag. Ze staat daar maar en ik kijk naar haar tot ik vraag: 'Is er iets Emma?' De lach op haar gezicht word groter en ze zegt: 'Eigenlijk wel Sam, ben je dit weekend vrij? Er is een geweldig feest waar ik naartoe ga en ik vroeg me af of je mee zou willen komen? Gezellig met z'n tweeën?' Ze kijkt me aan met die prachtige, stralende ogen en hoe eng ik het ook vind ik weet meteen wat ik ga zeggen.

Drie dagen later is het zaterdag, na weer een week van onnodige colleges heb ik eindelijk weer wat slaap ingehaald en het is nu al bijna tijd. Emma zei dat ik me kleurrijk moest kleden, misschien is het een themafeest. Ik kijk in mijn kast en moet goed zoeken naar iets kleurrijks, normaal draag ik bijna de hele week dezelfde spijkerbroek en af en toe een andere trui maar gelukkig kan ik een leuk rood t-shirt vinden en met een spijkerbroek ziet het er best wel kleurrijk uit. Ik pak ook nog een pet die ergens op mijn kast ligt en samen met het t-shirt zie ik er best wel prima uit. Ik kijk naar mezelf in de spiegel, iets wat ik normaal nooit doe maar vandaag kijk ik toch naar alles wat misschien nog anders kan. Als ik helemaal zeker ben loop ik naar buiten, de warmte van de zon schijnt op mijn huid en het voelt als de warmste dag van het jaar. Ik kijk even om me heen op zoek naar mijn fiets als ik mijn buurjongen zie praten met een meisje dat ik al eens eerder heb gezien, volgens mij zijn zusje. Ze ziet er vrolijk uit en heeft extra kleurrijke kleding aan, een paars t-shirt met een oranje rok, haar haar zit in twee knotjes met eruit bungelend aan allebei de kanten een

andere kleur lint, ook haar schoenen zijn erg opvallend, waarschijnlijk hoorden ze wit te zijn maar heeft ze er zelf wat verf op gegoooid, wat een cool effect geeft. De buurjongen draait zich naar me om en zegt:

‘He Sam, dit is Amy, mijn nichtje.’ Ze draait zich naar me toe en geeft me een hand. Ik loop naar mijn fiets en na wat gedoe met mijn slot krijg ik hem eindelijk open, ik spring op mijn fiets en ben zo snel weg dat Tom Dumoulin er jaloers op zou zijn. Na een paar minuten fietsen merk ik dat er heel veel mensen rondlopen met extra kleurrijke kleding net zoals Amy en dat er heel veel boten door de grachten varen. Als ik bij het adres aankom wat Emma me gestuurd heeft staat ze al buiten. Prachtig zoals altijd maar vandaag ziet ze er nog bijzonderder uit. Ze draagt een t-shirt met alle kleuren van de regenboog, ze heeft een korte spijkerbroek aan en witte Stan Smiths. Dit keer is haar haar helemaal gekruld en de manier waarop het haar schouder raakt is gewoon adembenemend. Ik parkeer mijn fiets en loop naar haar toe maar al voordat ik bij haar ben rent ze op me af.

‘Je bent er!’ Zegt ze met alweer die prachtige lach op haar gezicht en ze geeft me een knuffel. Eerst vind ik het een beetje ongemakkelijk maar al snel knuffel ik haar terug.

‘Kom mee, ik heb een verrassing.’ Ze pakt mijn hand vast en sleurt me soort van mee tot we bij de kade staan, er zijn nu nog meer boten op het water dan eerst en nu pas merk ik op dat alle boten ook kleurrijk versierd zijn. Een niet erg groot bootje, ongeveer groot genoeg voor tien mensen, staat aan de kant. Emma springt erop en schreeuwt boven het geluid van muziek uit:

‘Spring erop, ik vang je wel.’ Eerst kijk ik haar vragend aan maar als ik merk dat ze het meent draai ik me om en klim ik hangend als een klein kind de boot op. Ik ga zitten en als de motor start zie ik een

andere boot met op de achterkant een vlag, de regenboogvlag. Pas op dit moment besef ik wat voor een dag het is, het is gaypride. Als ik me weer omdraai om Emma te zoeken voel ik mijn knieën knikken en krijg ik een raar gevoel in mijn buik. Ik val naar achter en weet dat ik het water ga raken totdat een hand me grijpt, Emma’s hand. Met al haar kracht trekt ze me weer de boot in en ik ga liggen op een kussen dat iemand anders in de boot me aangeeft.

‘Gaat het?’ vraagt ze

Nee natuurlijk niet, ik vind je leuk en nu zit je opeens naast me terwijl ik een lafaard ben die nooit wat durft te zeggen en o ja ik was bijna dood, denk ik. Maar tegen haar zeg ik:

‘Het gaat wel, bedankt.’ Ze buigt zich over me heen en haar gekrulde haar komt tegen mijn gezicht, ik moet erdoor lachen en ze lacht mee. Ik ga weer rechtop zitten en loop naar de voorkant van de boot, het uitzicht is zo mooi met alle andere boten en de zon die weerkaatst op het water. Ik zou er wel uren naar kunnen kijken en daardoor heb ik niet eens door dat Emma weer naast me zit. We kijken allebei naar het uitzicht en opeens zegt ze

‘Hoe lang weet je het al?’ Ik weet precies wat ze bedoelt, hoe lang weet je al dat je op meisjes valt? Ik zou willen zeggen: ‘Sinds ik jou heb ontmoet maar ik krijg die woorden niet uit mijn keel geduwd.

‘Geen idee, opeens wist ik het gewoon, het was zo en ik kon er niks aan veranderen.’

‘Zou je dan willen dat je het niet was, dat je gewoon hetero was, normaal?’ Ik denk erover na in mijn hoofd en zelf heb ik geen idee wat mijn antwoord daarop is dus ik trek mijn schouder op. Ze draait haar lichaam naar me toe en komt iets dichterbij me zitten, ze duwt mijn pet van mijn hoofd af en ik weet wat er gaat gebeuren, ik ben bang want iedereen hier kan me zien en weet het dan. Maar ik vergeet dat gewoon en buig me naar voren, mijn lippen raken die van haar en het voelt

alsof er een last van mijn schouders valt.
Ik ben uit de kast en ik weet zeker dat ik er
nooit meer in ga.



Onderzoek

Fast fashion

Geschreven door
Yael de Breij

Collecties van modemerken wisselen wekelijks, soms zelfs dagelijks. De prijzen zijn zo laag, en er worden elke dag zoveel nieuwe dingen naar Nederlandse winkels verscheept dat je je afvraagt hoe dit ooit eerlijk, verantwoord en milieuvriendelijk kan zijn (Spoiler: dat is het dus allemaal niet). Arbeiders in landen als India, Bangladesh en China krijgen heel weinig betaald en werken onder extreem slechte werkomstandigheden. Hierdoor is de mode industrie een van de grootste veroorzakers van armoede, en zelfs zelfmoord. Ook zorgt de kledingindustrie voor meer CO₂ uitstoot dan de luchtvaart en zeetransport samen. En voor één spijkerbroek is achtduizend liter water nodig. Jouw nieuwe flared jeans is dus een medeoorzaak van het hevige watertekort en uitgedroogde landschappen.

Dit is het probleem van fast fashion: Er wordt elke minuut zo veel kleding gemaakt, verscheept en verkocht dat de gevolgen heel heftig zijn. Maar er is eigenlijk al genoeg kleding in de wereld. Denk maar aan je eigen kast: hoeveel kledingstukken daarvan draag je nou écht? En wat heb je dus allemaal overbodig gekocht, en misschien alweer weggegooid? Gemiddeld koopt men zo'n 46 kledingstukken per jaar, maar daarvan wordt 85% later weer weggegooid, en bijgekocht dus. 40 kledingstukken die overbodig zijn gemaakt, dat is echt veel te veel.

De maatschappij en het winkelbeeld is compleet afgestemd op fast fashion: Elke week zijn er nieuwe collecties die kopers weten te verleiden met nieuwe, nóg leukere kleding, of met aanbiedingen, constante sale en dingen die nu écht uit de collectie verdwijnen. Koop het nu!

Maar wat kunnen we eraan doen?
Nou, best veel eigenlijk. Beginnende met minder kleding in fast fashion-winkels kopen: ga eens naar de Episode, Zipper of dat ene schattige tweedehandswinkeltje bij jou om de hoek. Het zal je verbazen hoeveel leuks er hangt, ook al lijkt dat op het eerste oog misschien niet zo.

Ook voor online shoppers zijn er veel opties: Op Vinted, United wardrobe en zelfs Marktplaats vind je veel leuke, goedkope kleding die mensen niet meer dragen, of zelfs nooit hebben gedragen. Ook jij kan die verstofte items uit je kast weer doorverkopen: wie weet hoe blij je iemand anders er mee kan maken.

Er zijn nog veel meer plekken waar je leuke, verantwoorde kleding kan scoren: ga een keer met een vriend/vriendin naar het Waterlooplein of de Noordermarkt.

Nog een leuk idee om met vrienden te doen; doe een kledingruil! Neem al je oude kleding mee en ruil ze voor iets waar jij wel weer met plezier in loopt.

Overzicht leuke adresjes:

-Episode -Marbles vintage
-Zipper -IJ-hallen
-Kilostore -We Are
Vintage/rumors Vintage

-United Wardrobe, Vinted of
Marktplaats

-Waterlooplein
-Noordermarkt



Politiek

De drie P's: Ken je recht!

Geschreven door

Imane Valk

Het recht om naar school te gaan, het recht om een dak boven je hoofd te hebben of het recht op meepraten en meedoen. Het zijn allemaal dingen waar wij kinderen en jongeren recht op hebben. Vaak vinden wij deze rechten vanzelfsprekend. Maar kunnen wij nou echt al onze rechten benutten? En hoe ervaren wij onze rechten? Dat zijn belangrijke vragen.

En dit is nou precies waar de Kinderrechtenscan over gaat; een onderzoek van o.a. de Amsterdamse Kinderombudsman waar dus wordt gekeken naar de rechten van ons, de kinderen en jongeren in Amsterdam, en hoe wij deze ervaren. In totaal zijn er 100 kinderen en jongeren geïnterviewd tussen de 8 en 18 jaar, ouders van kinderen jonger dan 8 jaar en professionals. Ik ben zelf een van de geïnterviewden.

Wij hebben zoveel rechten dat deze zijn verdeeld onder drie p's; protectie, participatie en provisie. Drie belangrijke woorden dus.

- Protectierechten zijn rechten die gaan over risico's waar kinderen tegen beschermd moeten worden. Denk dan aan het recht op bescherming tegen mishandeling, uitbuiting of geweld.
- Provisierechten zijn rechten die gaan over wat wij nodig hebben om goed te kunnen leven, onszelf te kunnen ontwikkelen en om veilig op te kunnen groeien.
- Participatierechten zijn rechten die te maken hebben met het luisteren naar, informeren, mee laten doen en inspraak geven aan kinderen.

Hier in Amsterdam heb je bijvoorbeeld een kinderraad, waar ik in zit. Maar als je niet in de kinderraad zit hoe kan je dan wel je mening laten horen? Dat is toch waar het om draait?!

Een paar belangrijke resultaten uit het gedane onderzoek; kinderen en jongeren ontnemen hun veiligheidsgevoel aan de bescherming die zij krijgen van hun ouders (protectie), kinderen en jongeren hebben behoefte aan extra ondersteuning bij schoolwerk (provisie) en er wordt niet veel gevraagd naar de mening van kinderen en jongeren (participatie).

Samen met Kinderombudsman Anne Martien van der Does ging ik hierover in gesprek. Op maandag 2 november in de studio van de Westergasfabriek, tijdens de Voor de Jeugd Dag. Er werden aan mij vragen gesteld als 'Hoe zou jij kinderen bereiken die moeilijk bereikbaar zijn?', 'Hoe zie jij dat het tegengaan van discriminatie doorgevoerd kan worden in beleid?' en 'Kunnen kinderen genoeg participeren?'. Allemaal belangrijke vragen rondom het kinderrechtenverdrag en onze rechten. Ook werden kinderburgemeester Ilias, kinderraadslid Yasmine en ik nog geïnterviewd over onze taken als kinderraad en kinderburgemeester. We vertelden over de 4 hoofdthema's waar we over vergaderden (een inclusieve samenleving; discriminatie en pesten, veiligheid, duurzaamheid en armoede) en over of het belangrijk is dat er een kinderraad is. En ja ik denk van wel!

Kinderen en jongeren hebben een belangrijke stem. En eigenlijk een vooruitziende blik, want wij zijn de toekomst. Kleine fouten of vergissingen die volwassenen nu maken kunnen ontzettend veel impact hebben op onze toekomst. Laten we eerlijk zijn... Best wel

gek toch dat volwassenen zoveel voor ons bepalen? Want uiteindelijk gaan die beslissingen over mijn toekomst, maar ook die van jou. Dus ik roep alle kinderen en jongeren op om hun stem te laten horen en professionals om daar écht iets mee te doen!

Dus doe mee, begin bijvoorbeeld hier op school in de leerlingenraad, kijk hoe je een rol kunt spelen in je buurt of in een jongerenraad. En eindig misschien wel in de politiek, oftewel maak gebruik van je participatierechten! Maak gebruik van jouw recht om je stem te laten horen, om te laten zien wie jij bent en wat jij vindt!

Meer weten over de Kinderrechtenscan?
https://kinderombudsman.ombudsmanmetropool.nl/uploaded_files/article/Kinderrechtenscan_mei_2020.pdf



Politiek **Vrouwen in de politiek**

Geschreven door
Imane Valk

Veel mensen waren onder de indruk van Kamala Harris. De eerste vrouwelijke vice-president van Amerika met gemengde roots. Haar woorden vlogen de wereld over: *'What I want young women & girls to know is: You are powerful and your voice matters. You're going to walk into many rooms in your life & career where you may be the only one who looks like you. But you are not alone'*. Inspiratie voor vrouwen en meisjes. Hard nodig, ook hier in Nederland.

Vrouwen, mannen, mensen. Allemaal worden we geboren en allemaal zullen we overlijden. Mannen en vrouwen zijn dus gelijk zou je denken en we hebben ook dezelfde rechten. Maar nee, toch worden vrouwen vaak ongelijk behandeld.

Mannen krijgen soms een hogere functie, of beter betaald. En bij bepaalde beroepen zie je meer mannen dan vrouwen. Waarom? Vrouwen zijn toch gelijk aan mannen? We zijn toch allemaal gelijkwaardig aan elkaar?

Ook in de politiek zitten weinig vrouwen, bijvoorbeeld omdat mensen denken dat vrouwen minder goed zijn dan mannen. Of vrouwen denken dat ze niet goed genoeg zijn voor de politiek en ze denken dat ze het niet aankunnen. Stem op een vrouw zet zich in om dat te veranderen. Want op dit moment is slechts 31 procent van de Tweede Kamer, 36 procent

van de Eerste Kamer, 30 procent van gemeenteraden en 26 procent van de wethouders vrouw.

Op 11 november organiseerde Stem op een vrouw daarom een event vol met rolmodellen en inspirerende vrouwen die in de politiek zaten, zitten of interesse hebben in de politiek. Een avond vol met tips en tricks voor vrouwen die in de politiek zitten of in de politiek willen. We kunnen kijken naar Kamala Harris, maar we kunnen ook veel leren van vrouwelijke rolmodellen die in Nederland/het Koninkrijk de weg vrij maken voor een nieuwe generatie vrouwen in de politiek.

In gesprek met Europarlementariër Samira Rafaela en oud-premier Maria Liberia Peters

Onder andere Samira Rafaela (het eerste Nederlandse lid van het Europees Parlement met een Afro-Caribische achtergrond) en Maria Liberia Peters (oud-premier van de voormalige Nederlandse Antillen) waren bij het event aanwezig. Ik ben met hun in gesprek gegaan over leiderschap in bijzondere gemeenten, hun levenslessen en natuurlijk over vrouwen in de politiek. En ik vertelde dat ik het belangrijk vind dat ook kinderen kunnen participeren. En waar ik mij voor wil inzetten als ik de politiek in ga; gelijke kansen en het tegengaan van discriminatie.



Want dat is hard nodig. Wist je bijvoorbeeld dat Samira Rafaela nog steeds te maken heeft met vooroordelen en discriminatie? Mensen schrikken regelmatig als ze horen dat Samira Rafaela Europarlementariër is. Alleen maar omdat ze een vrouw 'met kleur' is. Dat in 2020!

En ik durf te wedden dat bijna niemand weet dat ons koninkrijk al meerdere vrouwelijke premiers heeft gehad. Bovendien is belangrijk om te beseffen dat het Koninkrijk der Nederlanden verder gaat dan alleen de Noordzee.

Tips van de vips

Ik vroeg aan Maria Liberia Peters en aan Samira Rafaela: 'Wat kunt u meegeven aan vrouwen en meisjes zoals ik, die in de politiek willen?' Dit waren een paar antwoorden:

- Maak je school goed af.
- Geef je ogen goede kost, wees breed en oprecht geïnteresseerd.
- Je hebt het recht om er te zijn en om gelijk behandeld te worden, dus heb die gedachte ook!
- Blijf geloven in jezelf!
- Hou je vast aan je vrienden en dierbaren. Aan mensen die positief zijn, maar wel eerlijk.

Alle bijzondere en inspirerende vrouwen op het event met wie ik samen aanwezig was:

Sprekers: Hedy d'Ancona, Maria Liberia Peters, Mona Keijzer, Sadet Karabulut, Imane Nadif, Karima Bouchtaoui, Samira Rafaela, Nilaya Holwijn, Devika Partiman, Claartje Brons en Esther van Dijk.
Artiesten: Rachel Rumai en Shishani Vranckx. Hosts: Dionne Abdoelhafiezkhani & Raissa Biekman.

Wil je het event terug kijken?

Ik adviseer iedereen om het hele event te kijken, maar als je nieuwsgierig bent naar wat ik te vertellen heb: vanaf 48:29 ben ik aan het woord



Filosofie
Hoe moeten we ons
verhouden tot de natuur

Geschreven door
Kalina Kas

We weten allemaal nog wel dat er in december vorig jaar ineens een virus opdook in China. Het leek toen nog zo surreëel en ver weg, maar toen het virus Europa raakte brak ook ons het zweet uit. Het coronavirus verspreidde zich als een olievlek over de wereld, en door het makkelijke transport van deze tijd ging dat alleen maar sneller. Leven in een pandemie is nu “het nieuwe normaal”. Door het eindeloze thuis blijven en altijd letten op je afstand zijn we de oorzaak van dit probleem al bijna weer vergeten: de dierenmarkten in China. Dit soort markten lijken voor ons vaak onnatuurlijk, maar is dat ook echt zo?

Het begrip “natuurlijk” betekent in de volksmond: alles wat onaangeraakt is door de mens, zoals dieren in het *wild* in plaats van in een kooi op een onhygiënische markt in China. Als we de grens tussen natuurlijk en onnatuurlijk daar zouden plaatsen, zou niks meer natuurlijk zijn. Mensen proberen al sinds de zestiende eeuw de hele wereld te ontdekken en veroveren. Hierbij hebben we allerlei plekken veranderd met onze menselijkheid. Eigenlijk waren de oermensen al bezig met het veranderen van de wereld om zich heen. Sinds de Neanderthaler de mens is geworden, begonnen we de wereld “onnatuurlijk” te maken tot op het punt waar we nu zijn in de geschiedenis, waar niks meer echt natuurlijk is. Wat maakt ons dan zo anders dat we ons van de natuur hebben uitgesloten? Behoren wij in een bepaald opzicht niet ook tot de natuur?

Net zoals bijvoorbeeld mieren behoren wij ook tot het dierenrijk, maar toch zien we

mieren meestal wel als natuurlijk en onszelf niet. We zouden een mierenhoop bijvoorbeeld overduidelijk tot de natuur rekenen, maar we zouden het raar vinden als iemand een gebouw natuurlijk noemt. Ook al zijn beide bouwwerken bedoeld om in te leven, zit er volgens ons een groot verschil tussen. Het lijkt op deze manier wel alsof we ons “te goed” of “te bijzonder” voelen om onszelf natuur te noemen. We hebben de wereld onterecht verdeeld in natuur en cultuur, terwijl de cultuur eigenlijk een deel van de natuur is. Mensen behoren namelijk net zo goed als alle andere dieren tot de natuur. Maar mensen zouden meestal niet bedoelen dat ze gaan winkelen in de stad als ze zeggen dat ze een dagje de natuur in gaan, terwijl dat in principe wel natuur is. De hele wereld is namelijk natuur. Waar je ook heen gaat, je gaat altijd de natuur in. Toch zien we het winkelen in de stad wel als cultuur, maar niet als natuur. We zouden cultuur kunnen beschouwen als alles wat door de mens is aangetast. Dit betekent alleen niet dat de natuur het tegenovergestelde is van cultuur. Cultuur is namelijk gemaakt door een deel van de natuur: de mens. In dit geval is cultuur dus een onderdeel van de natuur. Natuur wordt dan een heel breed begrip. Onder de natuur valt dan namelijk alles op aarde. Kan het begrip dan nog wel enige betekenis hebben?

Het simpele antwoord is: ja, we kunnen alles een betekenis geven. Dat betekent helaas nog niet dat het ook iets goeds is, voor ons én voor de rest van de natuur. Je kunt het vergelijken met de manier waarop we nu leven: we kunnen heel veel dingen doen, van met het vliegtuig op vakantie gaan tot het verkopen van dieren op onhygiënische markten. Dit betekent totaal niet dat het een goede impact heeft op de wereld of op onszelf. Doordat mensen bijvoorbeeld dieren op elkaar kunnen proppen in kooien en ze daarna

verkopen op drukke markten om geld te verdienen, doen ze dat ook. Hierdoor zitten we nu dus in een pandemie. We hebben vaak het gevoel dat we alles wel begrijpen, waardoor we minder nadenken over de consequenties van onze acties. Toch is het nu wel weer heel erg misgegaan. Een ander voorbeeld is de opwarming van de aarde. Die is ontstaan doordat we allemaal dingen konden doen door de nieuwe kennis die we hadden. Dit heeft alleen een heel groot probleem opgeleverd.

Uiteindelijk is klimaatverandering vooral een probleem voor een deel van de natuur. Niet alle dieren en planten zullen doodgaan aan de hitte of overstromingen die door klimaatverandering zijn veroorzaakt. Een groot deel zal daarna blijven leven in de nieuwe omstandigheden. Een aantal soorten zal uitsterven, zoals de dino's miljoenen jaren geleden. Maar daarna zal de wereld gewoon verdergaan. Er is dus geen richtlijn voor hoe we ons *moeten* verhouden tot de natuur, want voor de natuur maakt het niet uit. Voor ons mensen is daarentegen een grote kans dat we wel zullen uitsterven als we zo door blijven gaan. Als we de opwarming van de aarde tegen willen gaan, zullen we onszelf niet meer buiten de natuur moeten plaatsen. Pas als we onszelf mee rekenen tot de natuur, kunnen we echte oplossingen gaan bedenken. Voor onszelf en alle andere soorten die gevaar lopen door klimaatverandering.

Alles op aarde is dus eigenlijk natuur. Er is geen richtlijn voor hoe we ons moeten verhouden tot de natuur. Maar als we ons uit situaties zoals de pandemie en klimaatverandering willen redden, moeten we onszelf niet meer buiten de natuur beschouwen.

Sport

Ritmisch gymnastiek

Geschreven door
Elif Zeynep Öztürk

Ritmisch Gymnastiek is eigenlijk dansen, turnen en ballet bij elkaar. Het is dus handig om lenig en technisch te zijn. Met techniek bedoel ik: radslag, vooroverslag, de tictac etc.

Bij een wedstrijd ga je met een groepje van vijf mensen, het kan meer of minder. Je kan ook als duo of in je eentje. Vervolgens probeer je als groep of in je eentje zoveel mogelijk punten te halen voor de oefening.

Elke deelnemer in een wedstrijd moet een pakje die bij de material matcht (bal, hoepel, knots, touw en lint) en speciaal schoeisel, dat noemen we teentjes. Het pakje moet goed zitten zodat de gymnast goed kan bewegen. Als je aan je pakje zit gaan er punten vanaf.

De jury is heel kritisch per oefening. De juryleden beoordelen een van de drie onderdelen: de moeilijkheidsgraad, de uitvoering of de creativiteit van de oefening. Je armen moeten bijvoorbeeld niet krom zijn want daar krijg je punten aftrek, als de groep ongelijk beweegt gaan er ook punten vanaf. Hier let de jury goed op, uiteindelijk worden de punten opgeteld. Dan zie je via het scherm wat je score is, wie de hoogste score heeft is de winnaar.



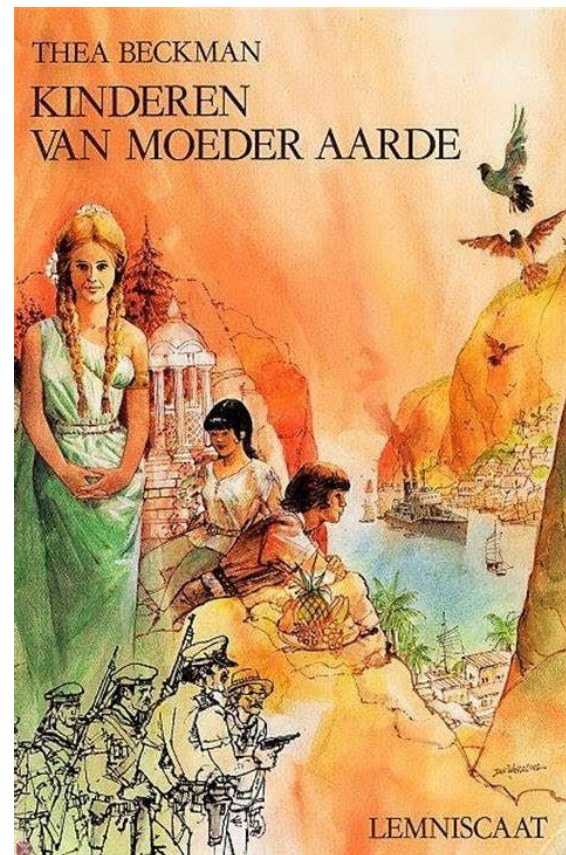
Recensie

Kinderen van moeder aarde

Geschreven door
Suzy Klaassen

Kinderen van Moeder Aarde is geschreven door Thea Beckman, uitgegeven in 1985 en gaat over het land Thule. Het verhaal speelt zich af vele honderden jaren na het jaar 3000, het jaar dat 'de grote ramp' plaatsvond: de kernoorlog waar mensen voor vreesde was werkelijkheid geworden. Het had onverwachte gevolgen, driekwart van de mensheid stierf uit maar ook voor de aarde zelf had het grootse gevolgen: ze kantelde, ze verloor haar evenwicht. Er kwam een ijstijd op aarde, in China werd het steeds kouder terwijl het op Groenland (Thule) zelfs steeds warmer werd, en daar na veel vallen en opstaan ontstond er een volk. We lezen over een vredelievend volkje In Thule (Groenland), ze noemen zich Thulenen. In Thule is iedereen goed voor elkaar, ook voor de dieren en planten, ze zorgen dat niemand een tekort heeft en alles is van iedereen, niemand heeft een bezit. Dat werkt goed totdat ze erachter komen dat er een bedreiging uit het oosten komt: een minder vredelievend volk. Er zit niks anders op dan hun vredelievendheid opzij te zetten om zich te verdedigen voor het voortbestaan van Thule.

Kinderen van moeder aarde is een prachtig boek en na veertig jaar nog steeds leuk om te lezen. Het is nu nog zo interessant omdat de gewoontes van de vijand heel erg op de onze lijken: mannen de baas, wapens, slechte omgang met de natuur. Als je dit hebt gelezen wil je alleen nog maar in Thule wonen en kijk je heel anders naar de wereld, in mijn geval vind je onze leefwijze slecht. Aangezien de huidige staat van de wereld kunnen we veel van de Thulenen leren (Thulenen zijn mensen die in Thule leven). Dit boek zou eigenlijk iedereen wel moeten lezen, het is hoopvol en het laat zien dat het anders kan.



Recensie

De legenden van Andor

Geschreven door
Odin Pikaart

Het spel

Andor is anders dan de meeste bordspellen; in dit spel speel je namelijk niet tegen maar met elkaar. In Andor krijgen jij en je medespelers allemaal een karakter met zijn of haar eigen eigenschappen en krachten. Je wordt gedropt op het land Andor en moet daar binnen een bepaald aantal rondes monsters verslaan, missies afronden en nog veel meer. Het spel heeft verschillende "legendes" (levels) met allemaal hun eigen moeilijkheidsgraad en verhaal. Je krijgt bij het spel vijf legendes. In principe moet je ze op volgorde spelen en ben je dan klaar maar je kan ook levels opnieuw spelen of dingen aanpassen. Heb je alles al gedaan? Niet getreurd, want inmiddels zijn er al een uitbreidingspakket en een deel 2, 3 en 4 verschenen.

Mijn ervaring

Toen ik de Andordoos voor het eerst openmaakte duizelde het me van alle fiches, platen en kaarten (Tip 1: begin alleen aan andor als je heel veel tijd hebt). Wat ik leuk vind aan level 1 van het spel is dat je het klaarzet en dat het spel je de spelregels al spelend leert door middel van de legende kaarten. Zo konden we legende 1 tot een goed einde brengen. Het spel is verder zeker niet makkelijk aangezien legende 2 ons al zeker twee pogingen kostte. Het opnieuw spelen van legendes maakt het voor mij helemaal niet minder leuk omdat je dan al een beetje weet wat er gaat gebeuren en leert van je fouten (Tip 2: focus je vooral op de hoofdzaken, je raakt al snel afgeleid door alle dingen die je kan doen maar voordat je het weet zijn je beurten op). Hoe verder je komt qua legendes, hoe moeilijker het spel wordt en daarom heb je voor de

laatste twee legendes een heel nieuw bord nodig wat je aan de achterkant van het eerste bord kan vinden.

Conclusie

De pluspunten van Andor vind ik de prachtige tekeningen en kaarten, het super tactische element en de vele mogelijkheden en aspecten. De minpunten zijn dat het heel ingewikkeld is en dat je het maar met max vier personen kan spelen. Toch vind ik alles bij elkaar het spel zeker een aanrader en daarom geef ik het een 8,5.



Cultuur

Kerstmuziek

Geschreven door
Jasmijn van der Wijck

De tijd is weer begonnen. Misschien wel sneeuw dit jaar, lekker eten, kerstboom: kerst! Maar het leukste van kerst vind ik toch de muziek, dat is echt wat kerst kerst maakt. Hier zijn mijn vijf (iets minder bekende) favoriete kerstnummers die de hele kerst op repeat staan.

1. I Am The Grinch - Tyler, The Creator



Tyler, The Creator heeft in 2018 muziek gemaakt voor de kerstfilm "The Grinch". The Grinch is een boos monster

dat kerstmis haat. Ik vond het best verrassend dat Tyler dit deed, want disneyfilms hebben niet vaak dit soort genre muziek in hun films. Toch past het heel goed bij de film.

2. Sleigh Ride - TLC



Tionne "T-Boz" Watkins, Lisa "Left Eye" Lopes en Rozonda "Chili" Thomas: TLC. TLC is

een legendarische r&b/hiphop groep. Dit nummer is echt een banger, je krijgt het meteen in je hoofd. Een echt 90's kerstnummer.

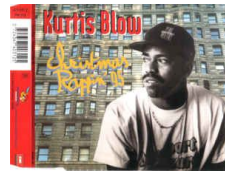
3. Santa Baby - Run (van R.U.N-DMC) feat. Puff Daddy, Mase, Salt n Peppas, Snoop Dog, Keith Murray, Onyx



Echte kerstmishiphop. Ik luisterde naar dit nummer en ik dachte dat ik iets

herkende, en inderdaad: het heeft dezelfde beat als Nappy Heads- Remix van de Fugees.

4. Christmas rappin' - Kurtis Blow



Dit is echte originele hiphop. De soort "yes yes y'all, to the beat y'all" hiphop. Het geeft niet me niet meteen kerstmisvibes.

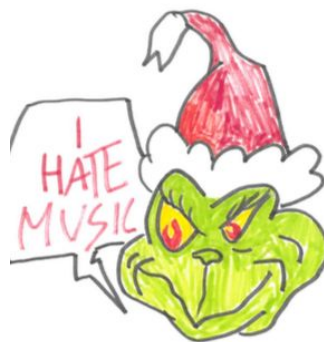
Meer kerstmis in Australië, waar het dan zomer is.

5. Christmas In Harlem - Kanye West, CyHi The Prynce, Teyana Taylor, Big Sean, Vado, Cam'ron, Pusha T, Jim Jones, Musiq Sooulchild



Dit liedje bevat twee samples van Marvin Gaye "Ain't Nothing Like The Real Thing" en "Mercy Mercy Me (The Ecology)" Kanye mag

soms een beetje gek zijn, maar hij maakt wel goede muziek.



Real Swan

Als kleine jongen oefende Lil Buck zijn pointes op sneakers tot zijn voeten bloedden. Nu werkt hij samen met Madonna en Janelle Monae. Zijn uitvoering van de stervende zwaan, waarin hij klassiek ballet combineert met jookin', is inmiddels door miljoenen mensen bekeken op YouTube.

Jookin' ontstond in de 80's in de underground-rapscene van Memphis. De dans combineert stuiterbewegingen met glijden en draaien op de teen, en dat alles super smooth. Nog smoother dan Michael Jackson. Daarin zie je de soepele bewegingen uit de rolschaatsdisco waar Lil' Buck en zijn vrienden rondhingen terug.

Je kan coole filmpjes van Lil Buck op zijn instagram zien. Op youtube staat ook een heel mooie filmpje als promotiefilmpje voor Gap "Lil Buck+Myles Yachts for Gap" Ik ken Lil Buck door een idfadocumentaire die Lil Buck;Real Swan heet. Ik vind heel inspirerend om te kijken naar mensen die bijna niets hebben en toch doorzetten en zoveel bereiken: roses that grow from concrete.

Hij heeft nu zelfs ook een aflevering in de netflix docu-serie "Move".



Fotocollage Platen en Cd collecties



Max Hell



Bella Lachman



Suzy Klaassen



Jasmijn van der Wijck

Recept **Gingerbread Cookies**

Geschreven door
Oskar Verkerk

GINGERBREAD COOKIES

Voor 30-40 koekjes

INGREDIËNTEN

VERDER NODIG

- 120 gram boter (op kamer temperatuur).
- Bloem voor werkblad
- 120 gram lichte basterdsuiker
- 50 ml honing
- 2 tl gemberpoeder
- 0.5 tl kaneelpoeder

VOOR DE ICING

- Snufje gemalen nootmuskaat
- 200 gram poedersuiker
- 0.25 tl zout.
- 1 eiwit
- 1 ei (op kamer temperatuur)
- 300 gram bloem
- 0.75 tl baking soda

1. Doe de boter , basterdsuiker,honing ,het gemberpoeder , kaneelpoeder, nootmuskaat en zout in een kom en meng het door elkaar.

2. Meng het ei erdoorheen en voeg tot slot de bloem en baking soda toe. Kneed het tot een deeg , verpak het in plasticfolie en art het minimaal een uur rusten in de koelkast

3. verwarm de oven voor op 170 graden Celsius , en bekleed een bakplaat met bakpapier

4. Kneed het deeg kort door en rol het vervolgens op een licht bebloemd werkblad uit tot een dikte van 4 mm . Steek of snijd de gewenste vorm uit en leg ze op de bakplaat (het deeg wat overblijft kan je nog een keer uitrollen)

5. bak de koekjes voor 14 tot 19 minuten , en laat ze afkoelen op een rooster

6. Voor de icing . Zeef de poedersuiker en meng deze in een kom met het eiwit , klop tot je puntjes kan maken door de spatel in het mengsel omhoog te trekken . Je kan het verdunnen door druppeltje bij druppeltje water toe te voegen .

7. Doe de icing in een plastic zakje en knip het puntje er vanaf , test of hij het doet en spuit leuke vormpjes op de koekjes

8. Serveer!

BLOEM

Bloem is een fijngemalen meel van granen, waaruit de buitenste schilletjes, de zemelen en de kiemen van het graan verwijderd zijn.

Door deze bereidingswijze heeft bloem een witte kleur.

Vroeger werd door sommige korenmolens, zoals de vroeger in Delft staande molen Het Fortuyn, extra witte bloem geproduceerd voor een hogere prijs. Hiervoor werden van de tarwekorrels eerst door pelstenen de buitenkant van de korrel weg geraspt, waarna ze op een maalkoppel tot meel werden vormalen. Ook werden soms voor het malen de korrels geborsteld met een borstelmachine voor het verwijderen van zand en stof uit de groeve van de korrel, zoals op de molens De Korenmolen en De Hoop.

BOTER

Boter of roomboter is de gekarnde room van melk. De productnaam 'boter' is beschermd en mag alleen gebruikt worden als er ten minste 80% melkvet in het product zit. Daarom mag bijvoorbeeld het Amerikaanse peanut butter niet worden

verkocht als pindaboter, maar als pindakaas. Margarine (vroeger kunstboter genoemd) is dus geen boter, ook al wordt het in dagelijks spraakgebruik ten onrechte vaak zo genoemd.

Geklaarde boter is boter die gesmolten is om de vaste bestanddelen (eiwitten en zouten) en het water te verwijderen van het vet. Geklaarde boter heeft een hoger kookpunt dan gewone boter en wordt gebruikt in onder meer keukentoepassingen. Ghee is een type geklaarde boter dat vooral gebruikt wordt in de Indiase keuken.

Grasboter is boter, bereid uit room uit de weideperiode, dus van koeien die vers gras hebben gegraasd. De smeerbaarheid is daardoor beter en het heeft een gelere kleur. Doordat tijdens de zomermaanden genoeg boter wordt gemaakt voor het hele jaar, wordt deze deels ingevroren en wanneer het nodig is ontdooid en verpakt.

Biologische boter is gemaakt van de melk van biologisch gehouden koeien die het grootste deel van het jaar vers gras eten in de wei. Deze boter bevat meer onverzadigde vetten en omega 3-vetzuren, dan de gangbare boter. Roomboter en vooral grasboter is een bron van vitamine K.



Recept

Lasagne met pompoen, venkel en roquefort

Geschreven door
Niels Koopman

Koken. Een eerbiedwaardige traditie, want de Romeinen deden het ook al. Zo is er een kookboek uit de Oudheid overgeleverd – *De Re Coquinaria* – op naam van Apicius, een steenrijke Romeinse smulpaap. Ik wilde jullie het liefst een recept uit dit boek geven voor relmuizen (“Vul de relmuizen met varkensworst, evenzo met gehakt gemaakt van alle pootjes van de relmuizen, met peper, pijnboompitten, duivelsdrek, garum, en leg ze dichtgenaaid op een tegeltje en zet in de oven of braad ze gevuld in de *clibanus*”, vert. Janiek Kistemaker), maar toen bedacht ik me dat de meeste leerlingen tegenwoordig vegetarisch eten. Ook schijnt de garum (die beruchte vissaus) nogal sterk van smaak te zijn. Dus ik zie er vanaf.

Nu kwam laatst mijn sectiegenoot Fleur eten. Ik had lasagne gemaakt met pompoen, venkel en roquefort, en die was in de smaak gevallen. Echt comfortfood. We hadden ook een heerlijk toetje – een caké met dadels, kardemom en gecondenseerde melk – maar dat recept hou ik lekker geheim. Het recept van de lasagne wil ik wel met jullie delen, want dat heb ik toch niet zelf bedacht, maar gestolen van Hugh Fearnley-Whittingstall, en wel uit *Veggie!* – een overigens wel heel lelijke titel voor een kookboek van iemand die zelf zo’n chique naam heeft. Maar ik dwaal weer eens af.

Hier nu de ingrediënten (voor 6 personen):

1 kilo pompoen
6 eetlepels koolzaad- of olijfolie, plus wat extra voor eroverheen (ik gebruik zelf altijd olijfolie uit Italië, maar goed)
1 dik teentje knoflook, fijngesneden
paar takjes tijm, alleen de blaadjes (dit moet je fijnsnijden van Hugh maar dat is overdreven – ris de blaadjes gewoon van de takjes, dan ben je echt wel klaar)
750 gram venkel (drie grote knollen)
150 gram blauwe kaas, verkruimeld
125 gram lasagnebladeren (vers

natuurlijk)

20 gram Parmezaanse kaas of een andere harde kaas met volle smaak, geraspt
zeezout en versgemalen zwarte peper

Voor de bechamelsaus:

1 liter volle melk

1 laurierblad

1 ui, grof gesneden

1 stengel bleekselderij, grof gesneden
paar zwarte peperkorrels (ik gebruikte er vijf en dat ging heel goed)

50 gram ongezouten boter

50 gram bloem

2 theelepels dijonmosterd

Zo ga je te werk. Verwarm de oven voor op 180 °C (Hugh heeft het ook nog over gasstand 4, maar wie heeft nog een gasoven?). Begin met de voorbereidingen voor de bechamelsaus. Verhit de melk met het laurierblad, de ui, bleekselderij en peperkorrels tot net onder het kookpunt. Haal van het vuur en laat de smaken intrekken.

Schil de pompoen, verwijder de zaden en snijd in blokjes van 2 cm. Dit is een flink klusje, dus hier moet je muziek bij opzetten. Ik raad Romantische kamermuziek aan, en wel de tweede sonate voor viool en piano van Schumann, Op. 121, het eerste deel. Dat werkt heel goed, vooral als het *lebhaf*t wordt. Brahms mag ook. Afijn. Doe samen met 4 eetlepels olie in een braadslede, breng op smaak met zout en peper, roer door en zet 30 minuten in de oven, of tot de pompoen gaar is. Haal uit de oven, roer de knoflook en tijm erdoor en zet weg.

Verwijder het harde buitenste blad van de venkel en snijd verder in plakken van 5 mm dik. Verhit nog 2 eetlepels olie op middellaag vuur in een grote koekenpan. Voeg de stukjes venkel toe en bak 10–15 minuten, of tot ze gaar zijn. Zet weg.

Nu moet je de bechamel maken. Warm de melk weer zachtjes op en zeef deze. Verhit de boter op middelhoog vuur in een grote pan. Roer de bloem erdoor en laat deze roux een paar minuten zacht bakken. Haal van het vuur, voeg ongeveer een kwart van de hete melk toe en roer met een garde tot er geen klontjes meer in zitten. Herhaal met de rest van de melk,

die je in twee of drie gedeelten toevoegt, tot je een gladde saus hebt. Zet weer op het vuur en laat, bijna constant roerend, een paar minuten zacht koken tot de saus dikker wordt. Roer de mosterd erdoor en breng op smaak met zout en peper.

Nu is alles voorbereid en kun je aan de assemblage van je meesterstuk beginnen. Dit is absoluut het leukste gedeelte van dit recept, op het opeten na natuurlijk. Verdeel een derde van de saus over de bodem van een ovenschaal van ongeveer 28 x 22 cm. Leg hier de helft van de lasagnebladen op en verdeel hier de pompoen over. Schep hier nogmaals een derde van de saus overheen. Voeg nog een laag lasagne toe en de venkel. Verdeel de verkruimelde kaas over de venkel en lepel de rest van de saus erover.

Strooi de geraspte Parmezaan eroverheen en besprenkel met olie. Ja, dat zie je goed, over de blauwe kaas gaat ook nog Parmezaan. Daarom is deze lasagne zo lekker. Zet 30 minuten in de oven tot de bovenkant goudkleurig is. Meteen opdienen met erwtjes of een groene salade. Het beste eet je de lasagne ook in goed gezelschap, zoals ik ook deed. Wij dronken er rode wijn bij (een Primitivo om precies te zijn), maar dat is voor jullie nog niet weggelegd. Neem daarna een toetje. Alsjeblieft geen ijs. Iedereen die mij kent weet hoe ik over deze gewichtige zaak denk: ijs is geen toetje!



De Re Coquinaria

Horoscoop Kerst Horoscoop

*Geschreven door
Edie de Wit*

aries (21 maart - 19 april);

Jij hebt je winter- closet helemaal in orde, waardoor je veel zin hebt in de aankomende periode. Je bent heel vrolijk en actief.

taurus (20 april- 20 mei);

De winter en alles wat daar bij komt inspireert je. Je bent af en toe wat eigenwijs en afhankelijk, maar je bent ook heel hardwerkend.

gemini (21 mei- 21 juni);

De gedachte van de winter en kerst maakt je heel vrolijk, je hebt veel zin in kerst! Je bent slim en charmant, maar houdt wel van roddelen.

cancer (22 juni- 22 juli);

Je vindt het leuk om te fantaseren over de winter en hebt daarom ook veel zin in de winter.
Je bent aardig en zorgzaam, maar kan ook hebzuchtig zijn.

leo (23 juli - 22 augustus);

Je hebt eigenlijk niet zo veel zin in de winter, je vindt het een beetje te koud. Je houdt meer van de zomer. Je bent trots en loyaal, maar je kan ook een beetje arrogant zijn.

virgo (23 augustus - 22 september);

Je hebt niet per se zin in de winter, maar je vindt het ook niet erg.
Je bent behulpzaam en bescheiden, maar bent soms best kieskeurig.

libra (23 september - 23 oktober);

Je bent heel veel met je vrienden en je geniet van het moment.
Je bent ook goedhartig en lui.

scorpio (24 oktober - 22 november);

De gedachten van gezellig met je familie bij een vuurtje zitten en cadeautjes uitpakken met kerst maakt je heel gelukkig. Je bent intuïtief en een beetje te extreem.

sagittarius (23 november - 21 december);

Je hebt heel veel zin in de aankomende periode. Dat kan zijn omdat je zin hebt in kerst of omdat je verjaardag nabij is, of allebei. Je bent optimistisch en dapper, maar kan ook vergeetachtig zijn.

capricorn (22 december - 19 januari);

Je hebt veel zin in de winter en om tijd met je familie te besteden en binnen spelletjes en dergelijken te doen. Je bent genereus en soms een tikje eigenwijs.

aquarius (20 januari - 18 februari);

Welk seizoen het is maakt je eigenlijk niet zoveel uit.
Je bent tolerant en af en toe ongehoorzaam.

pisces (19 februari - 20 maart);

Je hebt op zich wel zin in de winter, maar vooral in de lente wanneer het weer wat warmer wordt.
Je bent aardig maar onrealistisch.

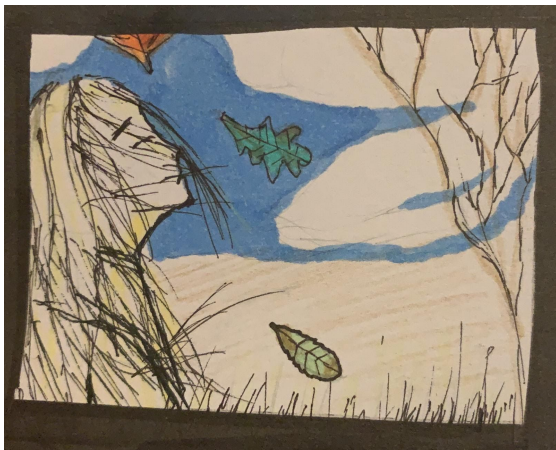
Gedicht
**Shifting clouds;
Growing shades**

Geschreven door
Ndede Assiam

The wind and its power.
You can see their tracks in the sky.
You will see
The clouds, that will have to obey.
The command of the wind.
So they cannot stay.
For their period of rest is done.
Now a shifting change will come.

Driven and banished to unknown land.
Dying is the bright glow I saw.
The heavens turn grey.
As I hope they will not betray
The ones below the shifting, so pale.
While I sense the growing gale.
And it's first droplets.
On my skin.

The swinging trees and their lost leaves.
They will tell me I have to leave.
I do not want to be too late.
For I want to witness
The growing and uniting shades.
And the dying embers in the clouds.
Unscathed.



Gedicht
Contamination Jam

Geschreven door
Ndede Assiam

Despair has found his ways
With madness he'll control the days.
The days of confusion,
The days of the stress.
Days where the health of the learning
Will be put in the test of
Contamination.

I'm relieved.
Relieved because I won't be able to see
The dangerous concentration of pupils.

Now I'm worried.
Because I know many will be trapped
In their foolish and risky gambling.

Vacant stairs.
Vacant floors.
The only places where I won't find
Contamination's game.

Time has found his ways.
Causing their pausing break to be over.
Now the jam awaits.
While I'll be praying for their health.
While hoping they won't be jammed

And damned.
I damn the lines, I damn the paths
That were drawn.
They should have brought the guidance.
But it is still gone.

Now I isolate myself, deep in my
concentration.

While of my resolution certain, away from
the contamination.



Gedicht
Show me
Geschreven door
Evan van Herk

i once heard the phrase 'show me'
on a big flat screen TV
but what does that even me-
-an to anyone but me
my heart is aching indefinitely
my eyes are blinded by what i can't see
i want to pray to a god i don't believe in for
this feeling of hopelessness to leave
i want to rhyme and make it feel complete,
i really do
but this feeling of uselessness gets in the
way



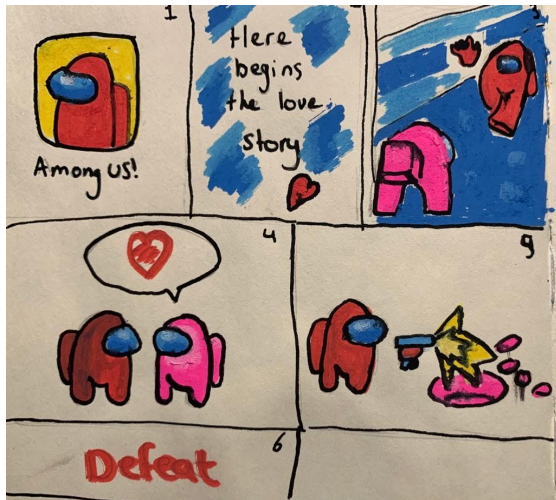
Gedicht
Murder
Geschreven door
Evan van Herk

split their finger skin with a scalpel
skin them alive
gut them
hollow their eye sockets
rip out their tongue
destroy their voice box
crush their trachea
break their ribs
burn them alive
from the inside
the soles of their feet
choke them in their own blood
pour acid all over
dispose your clothes
wash yourself
scrub it all away
bleach the ground around the body
the police will never find them
all that's left is the memory.

murder is a weird thing.



Strip
Among us!
Getekend door
Emma Jo Jansen van Rensburg



De eerstvolgende editie komt uit over een maand.

Een overzicht van alle schoolkranten is te vinden op

<https://www.het4egymnasium.nl/home/school/schoolkrant-ampyx/>