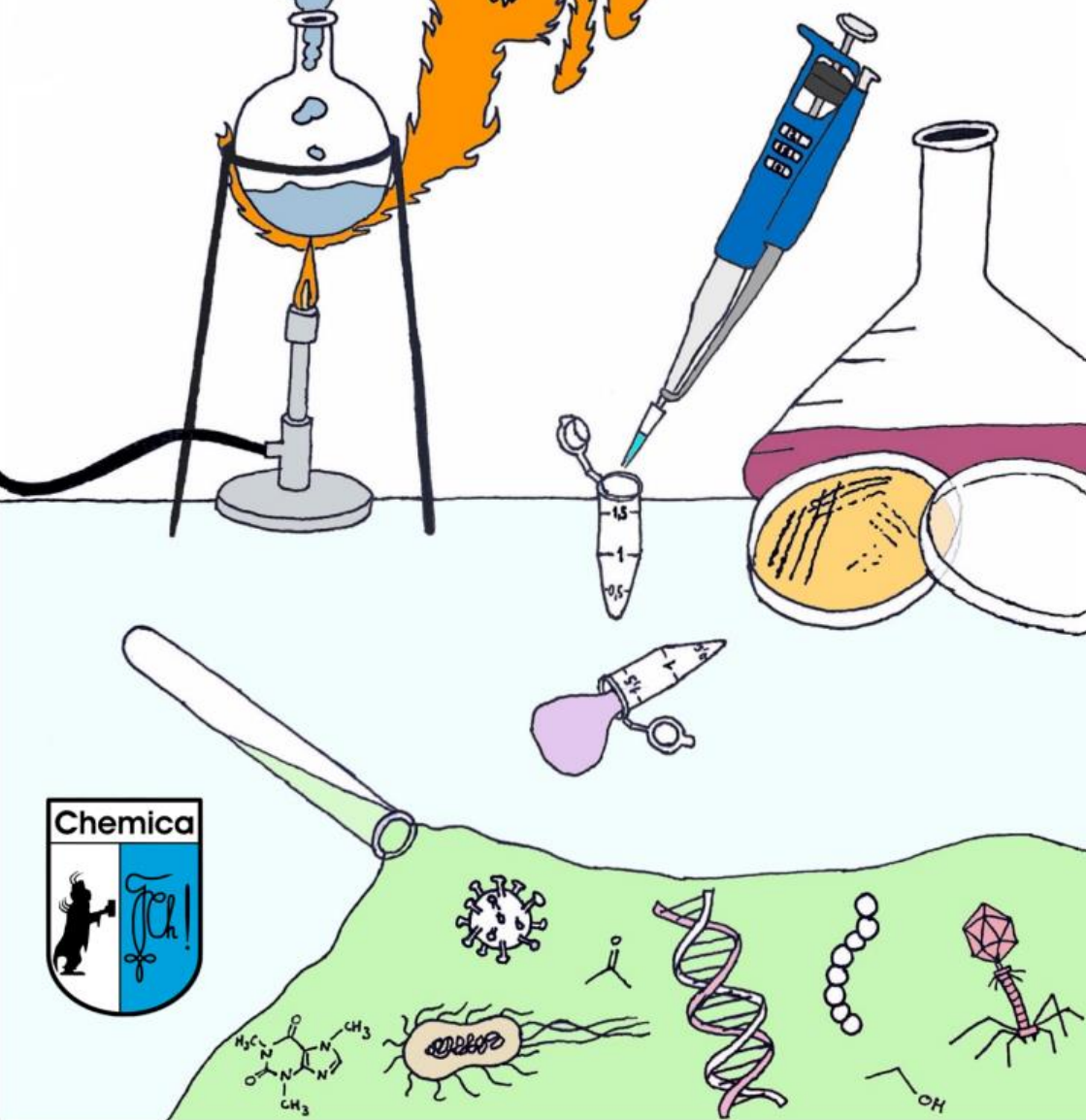


Studentenblad voor
Studenten Biochemie & Biotechnologie
en chemie aan de
UGent

Pipette



Colofon en inhoud

Colofon

Adres

Het Pipetje
T.a.v. Chemica
Krijgslaan 281 (40.04)
chemica.scriptor@gmail.com

Huidig blad

Nummer 4
Mei 2023

Oplage

13 exemplaren

Inhoud

Voorwoord Praeses	p.2
Claude & Claudine	p.3
Golden Quotes	p.7
ChemicAwards	p.11
Masturbatiequiz	p.15
Mealprep van de maand	p.17
Interview met prof. Declercq, prof. Winne en prof. Goormachtig	p.21
Foto's	p.25
Netflix & no chill met Sjarel	p.27
Peaches	p.30
Chemicaanse Spelletjes	p.32
Nawoord	p.37
Oplossingen	p.38
Horoscoop	p.43



Voorwoord Praeses

Liefste Chemicanen,

Wat hebben wij (bijna) een fantastisch semester en jaar achter de rug, met als hoogtepunten: het galabal, wat voor ons veel werken was, maar waar we toch heel hard van hebben genoten, ons laatste feestje (waar heel wat roddels over zijn, zie Claude & Claudine) en de 12-Urenloop, waar gezweet, gepuift en gejuicht is.



Aangezien het einde van mijn praesidiumjaar in zicht is en ik bijna mijn lint zal overdragen aan de volgende Praeses, wil ik allereerst dit huidig, fantastisch praesidium bedanken voor al het werk dat ze gedaan hebben dit jaar, om zulke mooie activiteiten te organiseren en herinneringen te maken. Het is niet altijd gemakkelijk geweest, maar zij hebben dit jaar onvergetelijk gemaakt. Ook wil ik proficiat wensen aan al de kandidaten voor het praesidium van volgend jaar. Heel wat nieuw volk erbij die er alvast veel zin in hebben om deel uit te maken van de ontspanning in jullie studentenleven.

Geniet van het laatste pipetje dat geschreven is door het Praesidium 2022-2023, waar je netflix & no chill met Sjarel kunt lezen, een aantal interviews van een aantal interessante proffen, de roddels van de afgelopen weken, de mealprep van deze maand, een masturbatie quiz en nog veel meer.

Hopelijk hebben jullie er dit jaar even hard van genoten als ikzelf. Dankjewel voor het enorm leuke jaar en ik vond het enorm fijn om mezelf jullie Praeses te heten.

Kusjes en knuffels
Jullie Praeses Mona x



Met pijn het hart kondigen wij het vertrek van Claude en Claudine aan voor dit academiejaar. We hebben al veel genoeg gehaald uit alle roddels en drama die zij afgelopen jaar hebben opgevangen en ook mooi hebben gedocumenteerd voor ons. Maar wees niet getreurd, ze verlaten ons met nog de beste verhalen om dit prachtig Chemicajaar mee af te sluiten en om alle Chemicaantjes toch nog iets langer (al dan niet in schaamte) van hun boeken te houden.

Tijdens onze verbroederingscantus met de G.B.K. kon J.L. er jammer genoeg niet bij zijn. Wel kwam hij later die avond tijdens een tempus even gedag zwaaien in een fabuleuze jurk. Tot op heden heeft J.L. zijn gedachtegang tijdens die avond nog niet verklaard.

Het laatste barfeestje werd zeer goed opgevolgd door Claude en Claudine en maar beter ook, aangezien het waarschijnlijk het hoogtepunt werd voor roddels dit jaar binnen Chemica. De avond werd goed ingezet door het oraal doorgeven van een ijsblok, hier deed elke Chemicaan natuurlijk gewillig in mee. Maar dit was waarschijnlijk ook de oorzaak van een felle stijging in hormonen bij onze geliefde Chemicaantjes. Claude en Claudine wierpen sinds het begin van die avond al sterk hun blikken, in het bijzonder, op A.V.D..

Na het horen van de woorden “ik ga deze avond zeker geen ontbossing* krijgen” wisten ze dat het bij haar goed ging mislopen (fantastisch nieuws dus). Na wat cocktails geconsumeerd te hebben, een paar ijsblokken te hebben doorgegeven en nog eens goed los zijn gegaan op de dansvloer verbrak deze Chemicaan haar belofte en stond ze in het midden van de dansvloer samen met G.C. hun tongen met elkaar te verenigen. **Ontbossing counter = 1**

Het ging verder met een bekende matching (die al in de blaadjes van het pipetje heeft mogen verschijnen) J.L. en E.V. muilden er weer op los. Dit zeer kort nadat ze elkaar tegenkwamen die avond. Hierna heeft dit zowel E.V. als J.L. op pad gestuurd om zoveel mogelijk ontbossingen binnen te halen bovenop die ene ontbossing die de schachten al hadden kunnen bemachtigen.



J.L. gebruikte de ijsblokken als een mooie kans om zijn tong zo diep mogelijk in de keel van K.V. te krijgen, helaas telde dit niet als een ontbossing maar het zorgde wel voor ons vermaak. Nu was het aan E.V. om haar kans te wagen en zij kon al vrij snel L.V. overtuigen voor haar een o zo klein kusje (met die o zo grote gevolgen) te geven. Ook A.V.D.D. kon niet ontsnappen aan een ontbossing en viel ook ten prooi aan de charmes van E.V.. **Ontbossing counter = 3**

We keren terug naar A.V.D. die op dit moment even genoeg had van de ordinaire werking van het spijsverteringsstelsel en besloot haar maag te legen in plaats van ze te vullen. Nu dat ze volop ontbonden was aan het ontwijken van een ontbossing kon ze opnieuw met G.C. aan de slag gaan.

Het bleef echter niet bij één persoon die avond aangezien ze ook L.V. een mooie smakker heeft gegeven terwijl samen op een tafel stonden te dansen (toevallig een tafel in hetzelfde café waar ze ooit was van gevallen en haar ribben sterk bezeerd had).

De avond zakte wat af, iedereen had al een mooi gevulde maag, maar J.V.L. had blijkbaar zin in iets anders dan drank. Waarschijnlijk door enorme FOMO brulde hij: "Ik heb zin in (schaam)haar!!" en kuste moedwillig J.L. mooi op de mond. Dit tot groot ongenoegen van N.V.S. die hier zeker niet mee gediend was en daardoor die nacht op de zetel heeft geslapen. Hiermee was de 4de en laatste ontbossing van de avond mooi binnengehaald. **Ontbossing counter = 4**

En daarmee werd de nacht afgesloten, een goede nachtrust voor al onze geliefde Chemicaantjes werd ingezet met verwachtingsvolle gedachten over die 4 harige pinten die eraan zaten te komen.

Op de nacht van de speeddating heeft de Down Bad Patrol zijn ogen mogen draaien naar 2 schachten, namelijk J.L. en G.C.. Deze twee frivole Chemicaantjes hadden die avond geen tijd om mee te gaan naar een cocktailparty georganiseerd door L.V.D.V., maar toen ze plots hoorden dat er een speeddating georganiseerd werd op dat moment kwamen hun beide schema's heel toepasselijk plotseling



vrij. Naar verluiden zijn deze twee tot op heden nog steeds op zoek naar die poochie. Chemica wenst hun alvast veel succes!

De 12 urenloop zorgde ook voor het enige vermaak. Claude en Claudine hadden hun loopschoenen nog niet eens aangetrokken en A.H. had al enkele toeren gelopen voor de geliefde wetenschapskringen. Maar jammer genoeg is een schacht nu eenmaal dom en heeft hij zijn heilig Chemica lint gewoonweg kwijtgespeeld tijdens het lopen. Gelukkig konden de schachtentemmers dit relikwie terugveroveren en A.H. herinneren aan de waarde van zijn lint.

Bij het verkiezingsvat kwam er weer een klassieke roddel naar boven. H.D en L.G. geven toch zo graag een kus aan elkaar, maar deze keer kwam er een nieuw persoon bij. J.L. had namelijk eerst al wat DNA vermengd met H.D. waarop vervolgens deze drie geile smikkelberen H.D. L.G. en J.L. een trio-zoen uitvoerden. Een beeld dat niet rap vergeten zal worden uit de geheugens van de toeschouwers.

In dit laatste stukje die Claude en Claudine ons meegeven nemen we een kijkje achter de schermen bij de relaties van de Chemicanen want wat is er nu leuker dan lezen over mensen die seks hebben dan het zelf te mogen meemaken.

We beginnen bij K.V.D. en T.D. die ondanks hun hoogteverschil elkaar toch gevonden hebben. Het begon op onze Duo Night en eindigde waarschijnlijk op de grond naast een van hun bedden. T.D. zou de dag erna blijkbaar ook meteen opgeschept hebben over het feit dat zijn bodycount nu met 1 is gestegen. Deze twee bleven een goeie maand samen, maar het vuur brandde blijkbaar te weinig en achter deze relatie werd er uiteindelijk snel een punt gezet.

Op het verkiezingsvat voelde K.V.D. zich waarschijnlijk weer wat meer in nood van mannelijk Chemicaans gezelschap aangezien T.D. nu verleden tijd was. W.V. stond zoals gewoonlijk in de perfecte positie om een vrouw in nood te verzorgen van een avond vol



compagnie en van wat wij vernomen hebben kunnen we wel zeggen dat hij daarin geslaagd is.

Hun avondje samen verluidt als volgt. Het begon in de zetel van de gemeenschappelijke ruimte waar ze waarschijnlijk beiden zijn afgetuimeld. Het ging verder op de trap (dit tot groot ongenoegen van W.V. zijn kotgenoten) tussen de 1ste en 2de verdieping waar K.V.D. een kledingstuk zou hebben kwijt gespeeld.

Ze zijn dan uiteindelijk toch op W.V. zijn kamer geraakt op de derde verdieping (AKA de zolder) en daar hebben ze ook nog mooi een souvenirje achtergelaten op zijn bureau. Aan de arme ziel die ooit met een UV-lamp gaat spelen op dat kot. God save your soul.

In de komende ochtend werden ze samen wakker in bed, waarna er een tweede ronde volgde. W.V. had blijkbaar geen idee meer wat er gebeurd was die nacht (en dat wil hij ook waarschijnlijk niet weten) en maakte de alom bekende belofte dat hij nooit meer zou drinken. Deze twee bleken echter niet op zoek te zijn naar iets meers dan de gewoonlijke one-night stand en gingen erna nu hun eigen weg op alsof er nooit iets was gebeurd. Het kwam zelfs zo dat K.V.D. geen complimenten wou/kon geven aan W.V. (u mag hier uw eigen conclusies uit trekken).

Alhoewel we teleurgesteld zijn in deze gefaalde matching zetten wij onze zoektocht voort in de hoop van de toekomstige opkomst van een nieuw Chemicaans powerkoppel.

En met deze passages nemen Claude en Claudine afscheid van het jaar 22'-23'. Wij danken jullie voor jullie bijdrage aan de verhalen die vereeuwigd zijn in de pipetjes. Zodat volgende generaties ook kunnen aanschouwen wat voor een stuk ongelukken deze Chemicanen wel niet kunnen zijn.

*Een ontbossing is een straf dat wordt toegepast op die lustige praesidiumleden die met hun pootjes niet van de schachten kunnen blijven. Het consumeren van een pint met hun eigen (schaam)haar op is dan ook maar eerlijk.



Golden Quotes

"Schachtenbloed poept goed"

- A.G. (16/03)

"Jeez m'n tietten staan stijf"

- A.V.D.D. (21/03)

"Ze zien u nooit vanachter pakken"

- K.V.V. (21/03)

*"Ik kon het gewoon niet meer houden,
het moest eruit"*

- K.V.V. (23/03)

*"Ayla lijkt echt al dronke, ik zie da aan
haar rode neus"*

- F.T. (23/03)

"Sommige schachten mogen mij wel ontbossen"

- A.V.D. (23/03)

"Das de WiNA eh: één da nie wilt en één wel" - J.V.L.

"Zo heb ik het graag"

- L.V. (27/03)

"Ma ik hoor Hadewich tot hier: 'NAUW JA'"

- K.V.V. (27/03)

*"Wie staat er nu weer op het Chemica
schild, Perkamentus?"*

- L.V.d.V. (28/03)



Golden Quotes

*"Da was wa het 12-jarige kindje zei
toen ik haar in haar gat pakte"* - L.V.
"As long it's not racist, it's fine"
- A.V.D.D. (29/03)

"Ik vind u echt de knapste schacht"
- A.V.D. tegen O.R. (17/04)

"Kom bijt in m'n gat dan!" - L.V.
Bijt in L.V. z'n gat
- J.V.L. (18/04)

"Lode wat voor een klein beest da gij hebt"
- F.C. (18/04)

"Tis goed da ge nadenkt!"
- Prof. Vanholme (18/04)

"Kben geen panoloog, noch panseksueel"
- K.V.V. (18/04)

"Spikeball is een hype he, ge moet da begrijpen!"
- G.C. (24/04)

"Kinderliefde is ook liefde" - A.G.
"Elke kleine verdient de mijne"
- L.V. (24/04)

"Met diene M.C. zouk wel op date willen ze!"
- A.V.D. (24/04)



Golden Quotes

"...en hij is zwaar kalend"

- J.B. (28/04)

"Kheb mijn vlees zelfs nog niet aangeraakt"

- A.V.D.D. (02/05)

"TAHHEN"

- A.V.D. (02/05)

"Das logisch da gij op pedofielen valt"

- A.V.D.D. tegen A.V.D. (02/05)

"Kheb haar nekeer onder den sloef gelegd"

- J.L. (02/05)

"Emma, Emma wie? Emma bijsteken"

- G.C. (05/05)

*"Hij heeft al geen waardigheid meer,
laat zijn ego nog"*

- L.V. (05/05)

"Das precies een aap da aant eten is"

- A.V.D.D. over L.V. (05/05)

"Veses, ik ben een katerende man"

- L.V. (05/05)



Golden Quotes

*"Khad beter die hond gepakt dan
dak haar had gepakt!"*
- W.V. (06/05)

"Daar heb ik geen compliment voor"
- K.V.D. over W.V. (08/05)

*"Tis W.V. en niet W.H., of woude
W. Hoer zeggen?" - A.V.D.*
"Aaah, ja W. Hoer is eigenlijk wel beter"
- M.S. (10/05)

"Chemica is geen Chemica zonder violence"
- M.S. (10/05)

*"In welke situatie is het terecht da uw lief
cheat op u mee z'n ex" - A.V.D.*
"Als ge samen zijt mee u"
- K.V. (12/05)

"Ik tolereer u"
- A.G. aan A.V.D. (12/05)

"Vrouwen zien sporten is echt grappig"
- K.V.



De resultaten van de 6^{de} editie van de ChemicAwards zijn er! Benieuw wie dit jaar Stalen Schacht is geworden? Of dat Maxime nog steeds de beste Bitch Face heeft van alles Chemicanen? Laten we erin vliegen.

Comateus Cantuslied – Clementine

Blijkbaar is dit niet enkel mijn favoriete schijf, maar die van de meeste Chemicanen. Toch heeft dit geweldig liedje het maar nipt gewonnen van Jan Klassen de Trompetter.

Brakke Bruno – Luca V.

Ons feestje, zoals het hoort, is een echte brakker! Altijd in de Overpoort, maar 's ochtends blijft hij toch mooi in zijn bed liggen (tot de ergernis van sommige praesidiumleden). Met meer dan de helft van de stemmen heeft Luca gewonnen.

Bezopen Betty & geskelde Gregory – Femke C. & Luca V.

Als je hen vindt op een feestje of in de cantuszaal, dan vind je hen niet nuchter. Met plezier drinken ze de magische toverdrank van Panoramix, ook al zijn de gevolgen de dag nadien iets minder tof. Lieten ze hun competitie ver achter hun en zijn ze met meer dan 40% verkozen tot de zatste der Chemicanen.

Chemicaanse spetter – Emma V.

De schoonste der Chemicanen is niemand minder dan de prachtige schacht Emma! Iedereen staat versteld van haar schoonheid, zoveel zelfs dat ze hoogstpersoonlijk voor 2 ontbossingen heeft gezorgd bij het zwak mannenvolk van het praesidium.

Stalen Schacht – Maarten S.

Rita noemde ze wel eens 'de toekomst', hoewel deze toekomst waarschijnlijk niet weet wie Rita is, mag Maarten zich toch trots de beste schacht noemen, hij liet zijn competitie en medeschachten ver achter zich in deze stemming.



Koddig Koppel – Ninke & Jamez

Dit koddig koppel gaat al mee sinds vorig jaar. Het is de definitie van een uit de hand gelopen ontbossing. Ninke, toen schacht, en Jamez, toen praesidium-schacht, konden vanaf het begin hun ogen niet van elkaar afhouden en dat is tot de dag van vandaag zo. Hoewel ze ook af en toe hun mindere momenten hebben zoals in iedere relatie, zijn en blijven zij het koddigste koppel onder de Chemicanen!

Friends forever – Karel & Tutu

Een iconisch duo als je het mij vraagt, of het nu gaat van samen South Park te kijken op het Chemicakot tot samen een fles rum op te drinken op de kajak. Deze twee vrienden zijn bijna onafscheidelijk.

Muilende Mythe – Jelle L.

Hoewel deze schacht voor maar 1 ontbossing heeft gezorgd, kon hij in het algemeen zijn handen niet thuis houden van de dames (en ene zekere J.V.L.). Ieder feestje wond hij wel een ander persoon rond zijn vinger. Met slechts 1 stem won hij van zijn runner-up Emma V.!

Bitch Face Bertha – Maxime C.

Ja het is gebeurd, weeral is Maxime C., de bitch face van Chemical! Het was even nipt met Ayla V.D., maar het volk heeft beslist dat de enige echte Bitch Face die van Maxime is.

Kotsende Klaas – Lode V.d.V.

Het feit dat er enkel schachten genomineerd waren, was het al duidelijk dat deze generatie toch wel een zwakke maag had en zijn limieten nog niet kende. Ieder feestje, iedere cantus stond wel 1 van hen ergens zijn/haar maag te ledigen. Toch is het Lode die met de titel mag gaan lopen, een echte keelvingeraar. Hopelijk leert hij toch volgend jaar zijn limieten op te zoeken maar er niet over te gaan.

Gerespecteerde Guido – Ayla V.D.

Dat Ayla een goede student is en een fervent uitgaander betwijfel ik sterk. Op feestjes is ze altijd vroeg weg, maar als ze er is dan staat ze tot laat in de nacht op de tafels te dansen (als ze er niet afvalt en haar ribben breekt). Als student is ze niet perfect bezig maar haar motto is, “het jaar eindigt pas in september”. De herexamens horen daar dus ook bij.

Verloren Chemicaan – Lucas S.

Deze 2-jarige schacht is al 2 jaar lang van de aardbol verdwenen. Soms komt hij eens ten voorschijn maar volgens de Chemicanen veel te weinig. Dus bij deze Lucas, we missen u!

Passievolle professor – Martin Guilliams

Geen enkele professor is zo gepassioneerd in het lesgeven als prof. Guilliams. Misschien onbekend voor de chemisten maar geadoreerd door de studenten biochemie & biotechnologie, vol passie geeft deze prof. Immunologie.

Wonder wing(wo)man – Ninke V.S. & Kaylen V.

Een gelijke stand tussen Ninke en Kaylen voor deze prachtige titel. Ze staan ieder feestje aan de zij van hun vrienden om hun aan te sporen hun crush of de schoonste mensen binnen te draaien. Of hun vrienden hun daar altijd even dankbaar voor zijn zullen we maar in het midden laten.

Fashian Frida – Femke C.

Deze schacht heeft een stijl dat buiten deze wereld is, want ze is gewonnen met bijna 50%! Heb je advies nodig voor je kledij, bij deze meid ben je aan het juiste adres.

Boitende Brad – Maarten S.

Één telefoontje en Maarten staat klaar om mee uit te gaan, van het feesten in Overpoort tot gaan sippen op een terrasje. Deze man doet het allemaal even graag. Zoals hij zelf al aangaf, hij gaat liever rum kopen dan studeren in de bibliotheek.

Legendarisch Ludo – Anthony G.

Anthony zal altijd meegaan als de temmer die zijn handen niet van zijn schachten kon houden. Of dan toch van 1 specifieke schacht... Tuurlijk is hij hier niet voor ongestraft gebleven, hij heeft zijn 7 sprong ontbossing dan ook met weinig plezier uitgevoerd.

Pronkend praesidium – Ayla V.D.

Ze was er misschien niet het gehele jaar, maar vanaf dat ze terug was, stond ze wel haar vrouwtje in het voornamelijk testosteron gevuld praesidium. 1 ding is zeker, ze kan zagen en een echte bitch zijn als het nodig is. Toch (ook al geven ze het niet altijd even graag toe) is ze geliefd binnen het praesidium.



Masturbatiequiz

Is masturberen een van jouw geheime hobby's? Kan niemand jou zo goed plezieren als jezelf? Kies jij regelmatig voor een heerlijke portie solo-seks? Good for you. Maar hoe is het eigenlijk gesteld met jouw kennis over masturberen? Wij zijn heel erg benieuwd of jij al deze kennisvragen over masturberen juist weet te beantwoorden en een ware masturbatie expert bent!

1. Mensen die masturberen hebben harige handpalmen?
 - a) Correct!
 - b) Nope

2. De penis kan groter of kleiner worden van (te) vaak masturberen?
 - a) Correct!
 - b) Nope

3. Welke van deze termen is geen synoniem van masturberen?
 - a) Fappen
 - b) Docking
 - c) Onaneren

4. Een mannelijke foetus kan masturberen in de baarmoeder?
 - a) Correct!
 - b) Nope

Masturbatiequiz

5. Van vaak masturberen kan je blind worden?
- a) Correct!
 - b) Nope
6. Wanneer je telkens dezelfde masturbatie techniek gebruikt, kun je moeite krijgen met klaarkomen met je partner?
- a) Correct!
 - b) Nope
7. Je kan geen orgasme krijgen wanneer je geslachtsdelen niet gestimuleerd worden?
- a) Correct!
 - b) Nope
8. Hoeveel zaadcellen bevat een ejaculatie?
- a) 250.000
 - b) 750.000
 - c) Meer dan een miljoen!



Na de vorige editie van '... van de maand' blijven we in de sportsfeer en gaan we zelfs dieper. Een goeie sessie zweten gaat namelijk niet zomaar zonder goeie chap. Of het nu is om je fanatiek sportleven aan te blijven voeren, je beginnend sporter bent en je het moeilijk hebt met het behouden en volgen van een deftig dieet, of je hebt geen tijd/goesting om elke dag maaltijden te kopen en bent te brak om elke dag resto-maaltijden te betalen. Deze editie is voor jullie.

Bij deze:

Mealprep van de maand

Sommigen, maar waarschijnlijk velen onder ons horen 'gezonde mealprep' en worden afgeschrikt door het prijskaartje die in ons land aan gezond eten hangt, want zelfs een goedkope en gemakkelijk bereidbare portie groenten en fruit in blik blijkt een stuk minder voedzaam dan je zou denken. Deftig eten moet daarom zeker niet duurder zijn.

Essentiële benodigheden van een goeie mealprep

- Colruyt
- Frigo en een diepvries voor langdurigere bewaartijden
- Beetje tijd in het begin van de week, of op een ander moment
- Een keuken

Goeie shit om zelf mealprep mee voor te bereiden

- Linzen (~22g/100g in eiwitten)
- Kippenborst (~25g/100g in eiwitten)
- Eieren (~6g eiwitten per ei)
 - o Eieren kan je gewoon in een potje met een deksel op in de microgolf steken, kleine lifehack
- Whey Protein (~22g/100g in eiwitten)
 - o Duidelijk voor mensen die naar de gym gaan en hun maaltijden hoog in eiwitgehalte willen maken. Lijkt duur maar per portie valt dit dik mee.

Ochtendshake:

Geïnspireerd door mijn favoriete ontbijt, (zie: Anusvriendelijk dieet, zie: Lifehacks mit Sjarel und Andreas) voor deze mealprep heb je voornamelijk havermout en een blender nodig. Ook al is dit niet per se een voorbereiding die je in het begin van de week maakt voor de rest van de week, het is nog steeds een goed ontbijt dat hoogstens 5 minuten zal duren.

Smijt 60g havermout, 1 banaan, 30g pindakaas en 30g proteïnepoeder samen in een blender en draai alles door elkaar. Dit is een van de snelst bereide maaltijden die je je kan permitteren. De pindakaas en proteïnepoeder zijn optioneel voor mensen die niet actief bezig zijn met spieren kweken.

Om het nog makkelijker te maken moet je eigenlijk niet eens een blender gebruiken voor dit recept, aangezien je het makkelijk kan eten. Mijn persoonlijke toevoeging is een reep zwarte chocolade want iemand heeft mij ooit eens verteld dat één reep zwarte chocolade per dag gezond is voor u.

Inhoud (Macros):

+/- 42g eiwitten

+/- 71g koolhydraten

+/- 19g vetten

+/- 635 calorieën

Maar voor de grote jongens onder ons mag het al wat meer zijn, wees dus niet schuchter met uw hoeveelheden.

Linzen:

Deze underdog onder de groenten heeft veel in zijn mars zitten, daarom is dit ook één van mijn favoriete groenten om mee te koken.

Kook 100g linzen in een pot met heet water. Snij, mix en kruid 2 tomaten voor de saus. Na het laten uitlopen van de pot linzen, smijt de saus in de pot en voeg er 60g erwten aan toe. Goed roeren en je hebt al een goeie portie chap die uitkijkt naar de microgolf op een



Mealprep van de maand

drukke middag op bijvoorbeeld het Chemicakot. Vraag maar na aan Karel over het nabij perfecte effect die de Chemica-micro op een goeie mealprep heeft.

Dit recept kost amper een paar euro's en kan makkelijk herhaald en opgewarmd worden. Ik hou van linzen.

Macros:

+/- 28g eiwitten

+/- 63g koolhydraten

+/- 3.5g vetten

+/- 402 calorieën

Kip:

Snij 150g kipfilet in blokjes, dit maakt het makkelijker om tot perfectie te koken en te eten. Gebruik knoflook of paprika om te kruiden, of gebruik gewoon kippenkruiden voor de luie zakken onder ons, zoals ik. Bereid 200g aardappelen hoe je ze het liefst hebt. 30g broccoli en 30g wortelen zijn een niet te evenaren combinatie met de kip. Niet vergeten bij te wippen dus.

Opnieuw een snel en goedkoop recept. Mijn grootste gastronomische frustratie is de prijs van kippenborst, dit is het echter waard dus struikel hier niet over. Op een goeie dag eet ik soms een kilo kip en mijn record is een bijna volledige kip in één keer. Ovenkippen zijn dus eigenlijk een superieur en goedkoper alternatief maar je hebt er wel meer werk aan.

Macros:

+/- 35g eiwitten

+/- 47g koolhydraten

+/- 4.9g vetten

+/- 396 calorieën



Mealprep van de maand

Stir fry met ei en rijst:

Bereid 200g rijst. Kook een stuk of 3 eieren in een pan, en voeg er de rijst en 50g aan koolsoort naar keuze bij. Kruid tot slotte met 10ml soya-saus en je bent klaar. Kruid voor de rest met wat je wilt.

Dit recept is veruit de makkelijkst bereidbare maaltijd in dit ganse vertellement. En opnieuw, goeie chap.

Macros:

+/- 26g eiwitten
+/- 58g koolhydraten
+/- 15g vetten
+/- 575 calorieën

Cheat day chap:

Julientje met boulette in plaats van een viandel. Waarom deze substitutie? Daar is een zeer gezond en wetenschappelijk verantwoord antwoord op. Mijn antwoord is: "Omda da beter is".

Wauw! Dan moet het wel zo zijn. Bestel bouletten in plaats van viandellen dus.

Macros:

???

Koop julientje, koop julientje, koop julientje. Hier zit genoeg van alles in. Dit is dé chap voor een gebalanceerd dieet.

Concludares:

Geen excuses om nog te zagen over de prijzen van resto-spaghetti, maak je eigen mealprep **VANDAAG**.



Interview met prof. Declercq, prof. Winne en prof. Goormachtig

Voor dit laatste pipetje hebben we niet 1 of 2, maar wel 3 proffen in de aanbieding. Als eerste prof. Declercq, zeker gekend bij elke student BCBT, aan wie hij meerdere vakken geeft. Daarnaast hebben we prof. Winne, die organische chemie geeft aan de BCBT en organische reactiviteit aan de Chemie. Last but not least is er nog prof. Goormachtig, zij geeft onder andere genetica. Via deze weg ook nog eens een welgemeende bedanking aan alle proffen die dit jaar de tijd namen om de vragen te beantwoorden!

Wat vindt u het interessantste aan genetica?

Prof. Goormachtig: Dat het werkt.

Heeft u een favoriete molecule?

Prof. Declercq: Niet zozeer een specifieke molecule, eerder een klasse van moleculen, namelijk de eiwitten. De diversiteit aan structuren en de snelheid waarmee sommige van die eiwitten kunnen werken is indrukwekkend.

Prof. Winne: Dat is een beetje als vragen naar mijn favoriete kind. Ik zie alle moleculen graag zolang er koolstof in zit, en liefst geen selenium of tellurium. Moleculen met een bijzondere plaats in mijn hart zijn furanen, triazolinedionen, indolen en steroïden. Als ik een anorganische molecule zou moeten kiezen, dan kies ik diboraan (B_2H_6). Die heeft toch nog een vrij interessante moleculaire structuur en reactiviteit, ondanks het stuitend gebrek aan koolstofatomen erin.

Wat is uw guilty pleasure?

Prof. Goormachtig: Een rozijnenboterham (veel rozijnen, mooi verdeeld over de boterham), zelf gesneden, +/- 1,5 cm dik, geroosterd zodat de buitenkant crispy is maar de binnenkant zacht en warm, en dan vlug boerenboter (zonder zout) erop zodat die smelt..... een pleasure op zondag, een guilty pleasure tijdens de week.

Prof. Declercq: Ik kan wel genieten van een goed glas bier of wijn.



Interview met prof. Declercq, prof. Winne en prof. Goormachtig

Prof. Winne: Ik hou erg veel van zogenaamde ‘fringe science’: zeer speculatieve of provocatieve theorieën die balanceren op het randje van de pseudowetenschap en de ‘conspiracy theories’. Zo van die zaken die ofwel spectaculair fout ofwel spectaculair juist en inzichtelijk zullen blijken te zijn, en dan alle serieuze wetenschappers te kijk zullen zetten, maar niet iets daartussen.

Wat is uw favoriete smurf?

Prof. Goormachtig: Koksmurf.

Prof. Declercq: Wow, dat zijn die blauwe dingetjes hé. Lig al een tijdje achter mij, heb even de namen moeten opzoeken. Doe mij maar ‘lolsmurf’.

Prof. Winne: Knutselsmurf is eerder een ingenieur, en grote smurf is eerder een chemicus, dus daar is mijn voorkeur voor de hand liggend. Maar mijn eigenlijke favoriet is de droomsmurf: hij wil steeds weg uit het dorp op ontdekking, maar heeft ook geen probleem met een hele tijd niets nuttig doen en gewoon een beetje liggen fantaseren.

Wat wilt u nog bereiken in uw leven?

Prof. Goormachtig: Een kookboek maken met Jeroen Meus: “Meus kookt met een legumineus”. Hij weet het wel nog niet. Jeroen levert de recepten aan en wij wetenschappers geven allerlei weetjes over de kracht van de legumineuzen. Zou toch cool zijn.

Prof. Declercq: Ik ben een verzamelaar. Graag zou ik eens de tijd vinden om die verzameling wat meer te documenteren en te catalogeren.

Prof. Winne: Ik zou graag beter een muziekinstrument leren bespelen. Ik ben de enige niet-muzikant bij ons thuis, en dat voel ik toch aan als een gemis.

Heeft u veel huisplanten?

Prof. Declercq: Yep, maar dat is vooral de verdienste van mijn vrouw.



Interview met prof. Declercq, prof. Winne en prof. Goormachtig

Prof. Winne: Alles dat blijft leven onder een regime van totale verwaarlozing. Voorlopig zijn dat nog drie cactussen.

Waar bent u trots op?

Prof. Goormachtig: Op onze drie dochters en op jullie.

Prof. Declercq: Toen ik mijn studies aan de universiteit begon was dat zeker niet met in het achterhoofd om prof te worden. Als ik nu terugblik op mijn wetenschappelijke carrière ben ik best wel trots op het afgelegde traject. Het gaf mij ook altijd voldoening om jonge mensen op te leiden en te coachen en dan te zien hoe die hun eigen weg vinden binnen het wetenschappelijk bedrijf.

Prof. Winne: Mijn doctoraatsstudenten.

Bent u 3 uur te vroeg op het vliegveld of komt u op het laatste nippertje aan?

Prof. Goormachtig: Ik kom 2 uur te vroeg aan, en daarom haat ik vliegen, veel te veel dode momenten. Geef mij maar een langeafstandstrein.

Prof. Declercq: Ik ga zeker geen 3 u te vroeg arriveren, maar ook niet op het laatste nippertje. Laat ons het een beetje tussenin houden.

Prof. Winne: Als het aan mij ligt altijd 3 uur te vroeg. Zeker als ik met de trein moet gaan naar de luchthaven. Mijn vrouw is daar gelukkig veel relaxter in. We houden elkaar in evenwicht.

Wat is uw favoriete boek?

Prof. Goormachtig: Ik zou zo graag wat meer tijd hebben om te lezen maar dat heb ik voorlopig niet. Nu creëer ik liever iets. Tussen de wetenschap door brei ik mutsen, sjaals, kousen of pullovers.

Prof. Declercq: Ik heb niet zozeer één favoriet boek, maar ben eerder fan van een bepaald type boeken. Verhalende boeken met een historische inslag lees ik graag. Enkele 'recente' voorbeelden: 'Congo'



Interview met prof. Declercq, prof. Winne en prof. Goormachtig

en 'Revolusi' van David van Reybrouck, 'De Bourgondiërs' van Bart Van Loo.

Prof. Winne: Ik lees veel, maar heb geen favoriete boeken. Van enkele auteurs lees (las) ik wel zo goed als alles: Douglas Adams, Richard Dawkins, Nassim Nicholas Taleb en Michael Crichton. Ik zal hier wat boekentips geven die goed zijn voor (bio)chemiestudenten: 'Het periodiek systeem' (Primo Levi); 'What if?' (Randall Munroe, 'xkcd'); 'The making of the atomic bomb' (Richard Rhodes); 'The ancestor's tale' (Richard Dawkins); 'The Rational Optimist' (Matt Ridley).

Heeft u nog een goede raad?

Prof. Goormachtig: Als je in de zomer op een grasveld ligt, zoek maar eens naar die nodulen op de wortel van klaver!

Prof. Declercq: Volg je passie, dat is de beste manier om gemotiveerd iets aan te pakken. Doe het dan ook goed, geen half werk, en hou daarbij ook rekening met anderen.

Prof. Winne: Jonge mensen beseffen vaak niet hoe prachtig jong ze nog zijn en hoeveel opties ze nog hebben, noch hoe snel ze oud zullen worden en hoe snel die opties zullen verminderen. Probeer daarom zo snel mogelijk te ontdekken waar je goed in bent en wat je graag doet, en ga dan 'all-in' voor die dingen. Hoe langer je die keuzes uitstelt, hoe lastiger je het jezelf maakt.



Foto's



Foto's



Netflix doorscrollen zonder ooit een keuze te maken en dan maar overstappen naar Youtube of Tiktok of wat de jeugd van tegenwoordig ook moge gebruiken om hun waardevolle bedtijd te verspillen, iedereen doet het. Ik open mijn 'Watch it again' op Netflix en raad u hier het beste, Sjarel-approved kijkmateriaal aan zodat je toch eens op een ietwat cultureel verantwoorde manier je slaapuurtsjes kwijtspeelt.

FILMS

Entergalactic

Als hopeloze romanticus ben ik af en toe (lees: veel te vaak) in de stemming voor een romantisch filmpje. Deze zijn vandaag de dag moeilijk te vinden aangezien de grote meerderheid van films op zich gewoon brol is. Toch zit er soms in een onverwachts hoekje een juweeltje. Entergalactic is een muzikale, romantische komedie met een soundtrack van Kid Cudi en animatiestijl die je blijft. Wanneer jonge stripboek artiest Jabari verhuist naar Manhattan, ontmoet hij zijn nieuwe buurvrouw met alle gevolgen van dien... Ik wil hem herbekijken, maar wil de magie van hem de eerste keer te beleven niet verpesten.

Malcom & Marie

Nog een pareltje van een romantische film. Deze is echter van het serieuzere type. Malcom en Marie zijn al enige tijd een koppel. Op de premièreavond van Malcoms film borrelen frustraties over en krijg je naarmate de ruzie vordert meer en meer inzicht in hun persoonlijk verleden en hun verhaal als koppel. Regisseur Sam Levinson (dezelfde kerel van Euphoria, ook een aanrader) maakte deze film zwart-wit. Een keuze die afdwingt om alle aandacht te vestigen op de complexiteit van hun relatie en weinig afleiding toestaat. Een film die enige breinkracht vereist, maar het zeker waard is.

Trainwreck: Woodstock '99

Soms kan je in het leven wel eens iets verpesten, maar je zal nooit iets zo hard royaal ver****en als de organisatoren van Woodstock '99. Wat een letterlijke ****show: Toiletten die eerder een riool zijn,

voedselprijzen hoger dan die van een spaghetti in de resto, mensen laten bakken in volle zon op een landingsbaan en de ene na de andere artiest die afzegt omdat ze hun naam niet willen verbinden met die ramp. Komisch om te zien hoe de organisatoren telkens hun onschuld verdedigen terwijl de aanwezige jeugd heel snel overkookt in alle mogelijke betekenissen.

Hitman's Wife's Bodyguard

Ik zag deze film staan, dacht: 'Veel moet ik niet verwachten, maar het zal wel leuk zijn.' en liet hem spelen. Een kleine 2 uur later was mijn gelijk bewezen: een dwaze actiefilm met Samuel L. Jackson en Ryan Reynolds. Je weet al wat u te wachten staat als je die 2 namen hoort. En soms is dat exact wat je nodig hebt: kogels, explosies en scheldwoorden die naar uw hoofd gesmeten worden, onmogelijke actiescènes en een plot dat zwaar leunt op onwaarschijnlijk perfecte timing. Verstand op nul en genieten. Daarbovenop is het plot nog redelijk deftig.

SERIES

That 90's Show

Deze is voor fans van *That 70's Show*. Zelf heb ik het 2 keer gekeken omdat het zo ideaal is om breinloos te bingen. Met mijn scepticisme voor reboots begon ik aan *That 90's Show* en merkte al snel het gebrek aan ideeën van de schrijvers. De show steunt zeer hard op fan service door oude karakters uit *That 70's show* te hergebruiken. De oudere acteurs kennen hun karakters, weten hoe ze te spelen en maken het dragelijk om naar die ongemakkelijke tieners te kijken. Zeker tof om eens te kijken als throwback naar *That 70's show* als je het gekeken hebt. Het zou me echter verbazen moest *That 90's show* nog veel seizoenen krijgen. Toch zal ik de volgende seizoenen kijken als die er komen.

After Life

Nadat zijn vrouw sterft aan kanker ziet Tony niet veel nut meer in het leven. Ondanks deze deprimerende introductiezin voor deze geweldige serie van genie Ricky Gervais, zal je met *After Life* toch

goed kunnen lachen. Ricky Gervais' typische, nuchtere en droge humor past perfect in het rouwproces van Tony en doet je met hem meeleven. Het is een serieuze serie waar mensen oprechte mensen zijn, elk met hun eigen leven en elk met hun eigen problemen. De ernst van de gebeurtenissen wordt niet ondermijnt door nodeloze, dwaze moppen. Toch is er een perfecte balans tussen komedie en drama. After Life laat je voelen dat het oké is om mens te zijn en dat alles uiteindelijk wel goedkomt.

The Liberator

Een miniserie (of langspeelfilm, het is te zien hoe je het bekijkt) die een groep Amerikaanse soldaten, de Thunderbirds, volgt doorheen Europa naar het einde toe van WO2 met als eindbestemming Dachau. De animatiestijl laat toe om de gruwel en grilligheid van de gebeurtenissen aanschouwbaar te maken. De serie doet je de ernst van de oorlog echt voelen tot in je beenmerg. Zeker aan te raden om eens kijken, maar misschien niet om je examenzorgen mee te vergeten.

Beef

En om af te sluiten waar we gestart zijn: een beetje romantiek. Op het eerste zicht lijkt Beef geen romantische bedoelingen te hebben, maar schijn bedriegt. Danny en Amy leiden een zeer verschillend leven totdat ze elkaar ontmoeten na een verkeersincident en alle hel losbarst tussen de twee. Ze uiten hun levensfrustraties uit op elkaar en maken elkaar het leven voortdurend nog zuurder totdat zaken serieus uit de hand lopen. Een korte, komische serie waarmee je ongeveer 5 à 6 uur van je leven mee kan weggenieten.

Ziezo, 4 films en 4 films die elk de moeite waard zijn op hun eigen manier. Dit moet jullie wel zoet houden tijdens de blok en examens. En als je je afvraagt waar ik de tijd haal om dit allemaal te kijken: geen idee, ik moet nodig eens kijken naar mijn tijd-management.

Peaches

"Peaches" (from "The Super Mario Bros. Movie" soundtrack)

This one is for my one and only true love
Princess Peach

Peach, you're so cool
And with my star, we're gonna rule
Peach, understand
I'm gonna love you 'til the very end

Peaches, Peaches, Peaches, Peaches, Peaches
Peaches, Peaches, Peaches, Peaches, Peaches
I love you, oh
Peaches, Peaches, Peaches, Peaches, Peaches
Peaches, Peaches, Peaches, Peaches, Peaches
I love you, oh

Mario, Luigi, and a Donkey Kong, too
A thousand troops of Koopas couldn't keep me from you
Princess Peach, at the end of the line
I'll make you mine, oh

Peaches, Peaches, Peaches, Peaches, Peaches
Peaches, Peaches, Peaches, Peaches, Peaches
I love you, oh

Peaches, Peaches
Peach, Peach

"Peaches" gaat over Bowser's onbeantwoorde liefde voor Princess Peach.

Maar is "Peaches" uit "The Super Mario Bros. Movie" een van de eerste kanshebbers voor de Oscars? Het liedje, gezongen door Jack



Peaches

Black als de kwaadaardige Bowser, zal in aanmerking komen voor de beste originele song bij de Oscars, dat heeft Universal bevestigd.

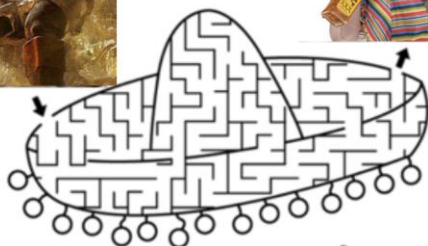
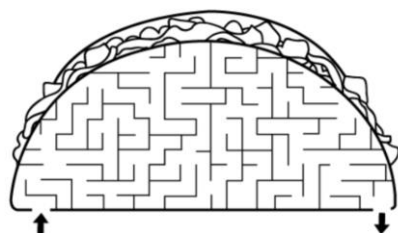
"Peaches" staat momenteel op nummer 56 in "the Billboard Hot 100" en sinds de videoclip werd uitgebracht op 7 april, is hij meer dan 25 miljoen keer bekeken op YouTube en is het liedje al meer dan 37 miljoen keer beluisterd op Spotify.

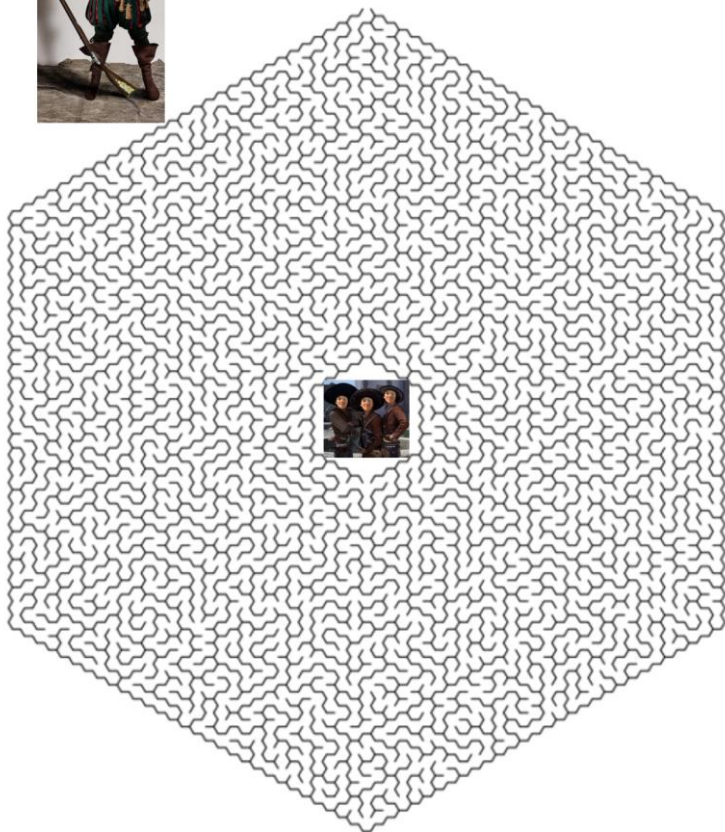
#Peaches #TheSuperMarioBrosMovie
#LoveReallyMakesATurtleComeOutOfHisShell.



Chemicaanse Spelletjes

Help conquistador Niel bandito Niel te vangen:





Nog een keer waar is momo:

Het gezochte doelwit is uiteraard de verdwenen scriptor:



Deze trekt direct de aandacht:



Tussen de regeltjes kijken:



Duo's maar toch staat zij alleen



Nog een sudokutje

3		7		4		9	5	1
1	5	6	7		9	8	2	
9								6
2					3		8	7
5	7	4		2	8	6	1	3
			5	1			4	
4	2	8	3					5
	9			5				
	3				1	4		

Wat een jaar! In meer woorden kan ik dit jaar eigenlijk niet beschrijven, maar ik ga het toch proberen. Voor mij was het een jaar om niet te vergeten, in september ben ik vertrokken naar Zwitserland, liet ik België en Chemica (tijdelijk) achter, of dat dacht ik toch. Want het kleine, maar geweldig, praesidium had toch mijn hulp nodig, zeker nadat de scriptor was verdwenen.



Dus zo gezegd, zo gedaan, hielp ik met het pipetje. Natuurlijk wil ik niet alle eer opstrijken, het praesidium heeft allemaal heel hard hun best gedaan om iedere keer weer opnieuw te schrijven zodat er een pipetje kwam voor onze leden.

Dan vanaf ik terug was werd ik weer officieel deel van dit praesidium, beleefde een onvergetelijk 2^{de} semester en ga alle herinneringen en vriendschappen koesteren. Herinneringen van galabal, van feestjes (waar ik mij niet altijd evenveel van herinner), van eetactiviteit... de stress van alles toch perfect te willen hebben en jullie de tijd van je leven te willen geven.

Maar dit nawoord sluit ik graag af, want eerlijk, ik schrijf niet zo graag en mijn Nederlands is ook niet altijd even goed... Toch wil ik eerst nog iedereen van het pro-Praesidium; Mona, Jamez, Niel, Karel, Kaylen, Luca, Andreas, Tutu, Anthony, Maarten, Ian en Judith; bedanken om zich een gans jaar in te zetten voor Chemica en wens ik veel succes aan het komend Praesidium; Karel, Luca, Maarten, Kaylen, Lode, Tutu, Kiya, Janne, Femke, Wout, Ninke, Jamez en Tom.

Één ding kan ik u verzekeren, volgend jaar wordt weer een top jaar en tot de volgende.

Masturbatiequiz

1. Antwoord B: Mensen die masturberen hebben natuurlijk geen harige handpalmen! Sterker nog, niemand heeft harige handpalmen. Onze handpalmen zijn het enige plekje waar geen haar groeit!
2. Antwoord B: Hoe vaak je er ook aan trekt, hij zal niet groter worden. Eén ding scheelt: hij wordt gelukkig ook niet kleiner!
3. Antwoord B: Docking is geen synoniem voor masturberen. Docking is een seksuele handeling waarbij een man zijn voorhuid in een andere man zijn voorhuid plaatst.
4. Antwoord A: We zijn ons hele leven seksueel actief. Zelfs in de baarmoeder wordt er gemasturbeerd!
5. Antwoord B: Een oude fabel beweert dat je blind wordt van te veel masturberen. Als dat waar zou zijn, zou de helft van de wereldbevolking niks meer zien waarschijnlijk.
6. Antwoord A: Wanneer je telkens op dezelfde manier masturbeert, linken je hersens die handeling aan het krijgen van een orgasme. Je lichaam raakt gewend om op die manier tot een orgasme te komen. Wanneer je met je partner seks hebt, is het gevoel anders en mis je wellicht de prikkels die je nodig hebt om klaar te komen.
7. Antwoord B: Dat kan wel! Bij tantrische seks is het doel niet klaarkomen. Je laat je energie niet naar buiten stromen in de vorm van een orgasme, maar de energie blijft in je lichaam. Hierdoor blijft de seksuele energie als het ware door je lichaam heen stromen. En een natte droom is ook een voorbeeld van een orgasme zonder aanraking.
8. Antwoord C: Elke ejaculatie bevat tussen de 100 en 200 miljoen zaadcellen!

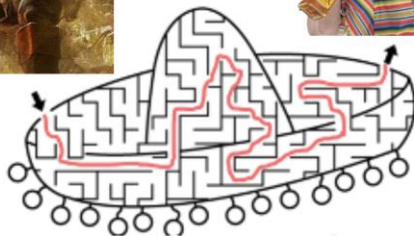
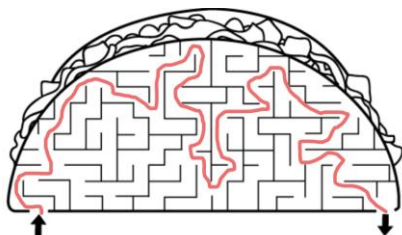
Score 1-4: Jij kan nog wel wat bijleren op het gebied van masturbatie! Misschien is het tijd voor wat zelfstudie?

Score 5-8: Jij weet redelijk wat van masturberen, ben je soms een ervaringsdeskundige?

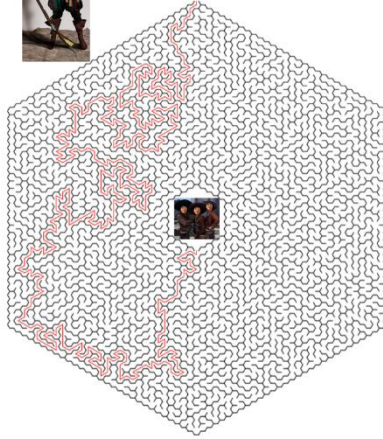


Oplossingen

Chemicaanse Spelletjes



Oplossingen





3	8	7	6	4	2	9	5	1
1	5	6	7	3	9	8	2	4
9	4	2	1	8	5	3	7	6
2	1	9	4	6	3	5	8	7
5	7	4	9	2	8	6	1	3
8	6	3	5	1	7	2	4	9
4	2	8	3	7	6	1	9	5
6	9	1	8	5	4	7	3	2
7	3	5	2	9	1	4	6	8





Steenbok **(22/12-20/01)**

Focus:

Je cantusschijven, zorg dat je ze toch ietwat deftig kan meezingen.

Probeer dit eens:

Ananasconfituur.

Levensgebeurtenis:

Je zal je toilet binnenkort een golden drop cadeau doen.



Waterman **(21/01-19/02)**

Focus:

Stonks, zorg dat die business boomt en dat het geld binnenrolt.

Probeer dit eens:

Een driewieler; handig om stuikskes na het uitgaan te vermijden.

Levensgebeurtenis:

Je zal het komende jaar zwanger worden / iemand bezwangeren.



Vissen **(20/02-20/03)**

Focus:

Je hobby's, misschien verdienen je er ooit je brood wel mee.

Probeer dit eens:

Strohrum 80%.

Levensgebeurtenis:

Je zal in de nabije toekomst een stevige avond beleven, waarvan je je daarna niets meer zal herinneren.



Ram **(21/03-19/04)**

Focus:

Je medestudenten, leer ze wat beter kennen.

Probeer dit eens:

Zelf macarons (of een ander dessertje) maken, en er mensen een plezier mee doen.

Levensgebeurtenis:

Je mama zal binnenkort heel trots op je zijn... ongetwijfeld door die goede puntjes!?





Stier (20/04-20/05)

Focus:

Je lichaam, doe iets met dat fitness abonnement of doe thuis / op kot workouts.

Probeer dit eens:

De Lotto winnen.

Levensgebeurtenis:

Iemand die je al lang niet meer gezien hebt, zal terug contact met je opnemen.



Tweeling (21/05-21/06)

Focus:

Je studies, tis nodig!

Probeer dit eens:

Je partner wakker maken door deze oraal te bevredigen. Of probeer het bij jezelf als je geen partner hebt, het lukt misschien niet goed, maar het zal er alleszins wel eens grappig uitzien ofzo.

Levensgebeurtenis:

Je zal een sok kwijtraken.



Kreeft (22/06-23/07)

Focus:

Je ademhaling. Adem in, adem uit, adem in, adem uit, adem in, adem uit, adem in, adem uit, adem in, adem uit, adem in, adem uit...

Probeer dit eens:

Tinder Gold.

Levensgebeurtenis:

Je zal gewond raken door een paard, vermijd ze best.



Leeuw (24/07-23/08)

Focus:

De planeet, draag je steentje bij aan het milieu.

Probeer dit eens:

Een nieuwe shampoo, dit zal ongetwijfeld resulteren in eindeloze complimentjes.

Levensgebeurtenis:

Je zal een nieuwe liefde ontdekken: een persoon / een plek / een activiteit...





Maagd **(24/08-22/09)**

Focus:

Het praesidium, zorg dat je iedereen kent en weet wie welke functie zoal uitvoert.

Probeer dit eens:

Een professionele massage, gun jezelf wat échte ontspanning in deze stresserende tijden.

Levensgebeurtenis:

Je favoriete artiest / band zal binnenkort met groot nieuws afkomen.



Weegschaal **(23/09-22/10)**

Focus:

Je gebit, tanden poetsen is belangrijk, zeker met al die junk food die je door je strot ramt.

Probeer dit eens:

Een concert bijwonen van een voor jou totaal onbekende artiest / genre.

Levensgebeurtenis:

Je bodycount zal binnen enkele maanden vermeerderen.



Schorpioen **(23/10-22/11)**

Focus:

Slaap. Tot 2 / 3 uur Tiktoks kijken gaat je niet verder brengen in je leven.

Probeer dit eens:

Een restaurant dicht bij jou in de buurt waar je nog nooit bent geweest.

Levensgebeurtenis:

Je zal de schattigste hond ooit tegenkomen.



Boogschutter **(23/11-21/12)**

Focus:

Pak je uitstelgedrag eens aan.

Probeer dit eens:

Een nieuw biertje. Indien je het nog nooit proefde, kunnen we ChemiCaptem ten zeerste aanbevelen.

Levensgebeurtenis:

Je zal de kans krijgen om een dier te helpen!



TOPCOPY NV

