Poutrixfun in coronatijden

Quarantaineweek VI - 24 april 2020

Verkiezingsinfo

Home workout voor bouwkundestudenten

Quizrondje

DOORSTREEP & WIN!

INTRO

Welkom, welkom ~~bij de 3 biggetjes!~~

Vorige week maakten jullie met een ingevulde sudoku kans op een sixpack Corona. De gelukkige winnaar is Iris Depla, proficiat!

Zin om ook wat Coronaatjes in te slaan? Dan kan je naar de winkel gaan, of je duidt alle woorden aan in onze woordzoeker natuurlijk.

Iets te weinig aan sport gedaan de afgelopen weken? Dan hebben we de oplossing: een echte bouwkunde workout! Ben je niet zo'n sporter? Dan kan je alvast je lachspieren trainen bij het lezen van het artikel.

Ook geven we nog wat extra info over de verkiezingen, maar houd daarvoor ook zeker je mailbox in de gaten!

Veel leesplezier!

In de Kinepolis aan de kassa #demol

OPLOSSING

Vraag je je nog steeds af hoe ze een inwoner van Ivoorkust noemen? We lijsten graag alle antwoorden nog eens op, inclusief de oplossing van de niet al te lastige sudoku.

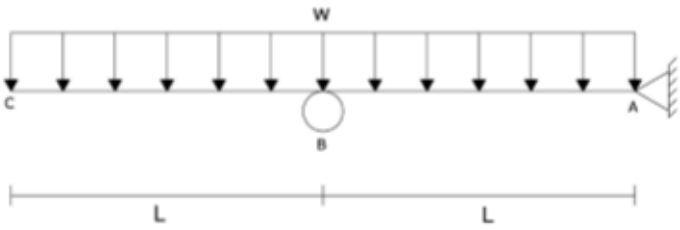
1. Koen Geens & Peter Mertens
2. Demi Lovato & Taylor Swift
3. Diego Costa & Sergio Ramos
4. Anna Hathaway & Jennifer Lawrence
5. Burkinees
6. Maltees
7. Ivoriaan
8. Welsh

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

Momentenlijn

Had je toch wat moeite met de veer van vorige week? Wees gerust, we sparen je eventjes!

Deze week: uitkragende ligger.



Home workout voor bouwkundestudenten

Heb je je laten gaan aan de paaseieren? Geen zorgen, Poutrix schiet je te hulp met een total body home workout. Na meer dan een maand in quarantaine veronderstellen we dat jullie de basisoefeningen zoals pompen, planken en squats wel al beu zijn. Daarom hebben we er een bouwkundetwist aan gegeven. Neem er een fles water bij en leg een vette playlist op (mijn favoriete workout-plaat: Personal Jesus van Depeche Mode). Here we go!

1. Squat & press met je cursus Hydraulica – 30 x

Ga met je voeten heupbreed staan. Ga nu zitten als een gans, ~~zo gaat de kabouterdans~~ probeer om met je achterwerk zo ver mogelijk naar achter te gaan terwijl je knieën zo goed mogelijk boven je voeten blijven. Kom daarna weer recht, waarbij je je armen boven je hoofd uitstrekt.

2. Werfschoenen tikken + springen – 15 x elke kant

Ga met je benen wijd staan. Tik met je linkerhand de stalen top van je rechterschoen, ga hierbij voldoende door je knieën. Spring omhoog. Herhaal aan de andere kant. Verontschuldig je aan je onderburen. Stofzuig de brokken aarde op.

3. De thesisstudent – 15 x
Pas op, enkel voor 2de master-level.

4. Tricep dips met je cursus Hydraulica – 30 x
Steun met je handen op de cursus. Zorg ervoor dat je knieën in een hoek $\geq \pi/2$ rad staan. Je vingers wijzen in dezelfde richting als je tenen. Laat nu je lichaam zakken door je armen te buigen, en druk je daarna weer op. Niet lastig genoeg? Probeer met je knieën in een hoek $>> \pi/2$ rad. Vloeken op je cursus heeft zojuist een nieuwe betekenis gekregen.

5. Push-ups met je helm aan – 20 x
Niet per se lastiger, oogt wel leuker. Voor de macho's onder jullie: leg Hydraulica op je rug.

6. Springen over je cursussen Beton – 15 x

Begin met één cursus. Ga met ellebogen richting je knieën terwijl je erover springt. Blijf cursussen Beton toevoegen tot je er niet meer over geraakt. Hierbij zou je wel eens het plafond kunnen raken, draag daarom ook misschien weer je helm. Ga goed door je knieën bij de landing, je wil naast je kapotte dromen ook geen kapotte gewrichten.

7. Lesopname kijken vanuit je bed – 75 min.

1. Ga op je rug liggen.
2. Optioneel: spits je oren om het gebrekkig Engels te kunnen verstaan (afhankelijk van welke prof)
3. Vergeet niet te drinken, van sommige oefeningenlessen ga je veel zweten.

Deze oefening kan natuurlijk ook vanop je buik:

Ziezo, je hebt een aperitief verdiend! Misschien steken we in de volgende editie wel enkele cocktailreceptjes. Herhaal deze workout 3 keer per week om je topvorm aan iedereen te kunnen showen tegen de zomer… van 2021.

DOORSTREEP & WIN!

Zin om na de quarataine met (of zonder) vrienden wat Coronaatjes te drinken? Zoek dan alle woorden in onderstaande woordzoeker.

Stuur je doorstreepte woordzoeker door naar info@poutrix.be voor 30 april en wie weet belonen we je wel met een Corona sixpack!

R	V	K	K	U	J	R	K	X	V	D	N	E	M	H	N	H	T
U	Q	U	A	R	A	N	T	A	I	N	E	G	B	Y	O	E	M
E	M	G	N	I	L	E	V	R	E	V	Z	M	P	D	T	Q	D
B	A	J	Q	I	N	H	E	M	V	R	P	L	A	L	E	B	D
E	R	E	D	H	L	Y	P	N	X	A	A	J	N	E	B	U	W
D	C	C	J	I	N	H	U	W	L	S	K	K	O	K	L	N	A
N	V	E	N	D	C	M	H	L	T	P	P	A	R	K	E	O	R
U	A	P	L	G	S	Z	Y	I	Z	O	S	T	O	E	N	C	S
K	N	N	Z	A	Z	S	S	E	S	B	X	K	C	R	G	E	P
W	R	H	E	N	S	C	T	D	A	W	I	N	K	B	A	R	R
U	A	J	O	T	H	T	Z	Y	G	F	R	C	N	E	M	E	O
O	N	K	Q	N	Y	Y	I	R	Y	N	T	V	K	K	G	B	F
B	S	E	W	G	G	W	K	S	O	C	U	P	Q	J	K	W	I
O	T	D	L	I	X	E	R	K	C	J	O	G	F	E	D	Z	E
V	N	G	G	V	X	W	R	Q	B	H	P	P	T	W	L	O	L
F	N	Q	Z	K	D	Y	P	H	R	Q	A	X	O	P	L	E	K

- ALLYS
- BERECON
- BETON
- BOUWKUNDEBEURS
- CORONA
- DWARSPROFIEL
- ELASTISCH
- HONGER
- LEKKERBEKJE
- MAGNEL
- MARCVANRANST
- PLASTISCH
- POUTRIX
- QUARANTAINE
- VERVELING
- WERFSCHOENEN

Testimonial

ARCHITECTS & ENGINEERS

Werken als professioneel ingenieur

Jan-Jasper Dhaene
Master of Civil Engineering,
Universiteit Gent, 2017
project engineer structural engineering
bij VK Architects & Engineers

Twee jaar geleden begon ik aan mijn avontuur bij VK, meteen ook mijn eerste werkervaring als stabiliteitsingenieur. Bij mijn start kreeg ik een peter toegewezen, die me hielp mijn eerste stappen zetten als ingenieur.

In het begin moet je nog veel leren en werk je vooral samen met meer ervaren collega's, maar gaandeweg krijg je meer verantwoordelijkheid en sta je in voor eigen projecten. Hierbij kan je steeds terugvallen op de steun van seniors. Zo kreeg ik de kans om mee te werken aan het Wintercircus, maar ik ben ook hoofdingenieur van projecten zoals het nieuwe zwembad in Wevelgem, een appartementsblok in Lokeren en de nieuwe campus voor VLIZ en ILVO in Oostende. Uiteraard kan ik met twee jaar ervaring nog niet alles weten. Mijn collega's zijn steeds bereid te antwoorden op vragen of te helpen bij moeilijkheden. We zijn één team en je wordt nooit in de steek gelaten.

Wintercircus, Gent - arch. Atelier Kempe Thill, aNNo (concept), SumProject, BARO (uitvoering)

Leuk aan mijn job is dat ik niet aan mijn computerscherm zit gekluisterd, maar vaak naar werfcontroles of vergaderingen ga. VK volgt projecten op van A-Z, zodat je een project ziet evolueren van ontwerp tot uitvoering. De projecten liggen vooral in België, wat je de kans geeft om je eigen streek mee vorm te geven.

Daarnaast worden frequent activiteiten georganiseerd en eigen initiatieven worden zeker toegejuicht. Zo kregen enkele collega's en ik sponsoring om een eigen VKwis te organiseren met als resultaat meer dan 100 deelnemers. Ook organiseren we al twee jaar op rij de 'penalty cup', waarbij dit jaar onze CEO zelf in de goal stond. Van een kloof tussen management en werknemers kan ik dus niet spreken.

Kortom, als je op zoek bent naar werkervaring met uitdagende projecten én een hecht team, dan moet je bij VK zijn.

Wil je je passie en ervaring delen om de wereld van morgen mee vorm te geven?
VK biedt je graag de kans om aan uitdagende projecten mee te werken. Bekijk hoe je jouw ambities kan realiseren op **www.vkgroup.be/nl/career-at-vk** en stuur je cv naar HR@vkgroup.be.

Testimonial

Liesbeth De Ryckere
Master of Civil Engineering, Universiteit Gent, 2018
project engineer structural engineering
bij VK Architects & Engineers

Zo'n dik jaar geleden stond ik nog in dezelfde positie als velen onder jullie: klaar om van het studentenleven naar het werkleven te switchen en onze kilo's leerstof van o.a. beton- en staalconstructies toe te passen in de realiteit. Spannend!

Na enkele maanden reizen om te bekomen van al dat studeren, begon ik vol enthousiasme te solliciteren bij studiebureaus in en rond Gent. Gezien ik reeds een leuke en zeer leerrijke stage liep bij VK Architects & Engineers in Merelbeke, had ik ook bij hen gesolliciteerd. Nu werk ik bijna acht maand in dit studiebureau, nog steeds even enthousiast als voordien. Ik licht even toe waarom.

Zowel tijdens mijn stage in de zomer van 2017 als de voorbije maanden heb ik ondervonden dat we in de afdeling stabiliteit een hecht team vorman. Al vanaf het begin mocht ik vrij zelfstandig werken, maar kon ik ook met al mijn vragen terecht bij mijn collega's. In het algemeen wordt tussen de ingenieurs veel gecommuniceerd en samengewerkt. Zo ontstaat een goede wisselwerking, waarbij iedereen elkaar helpt bij moeilijkheden, vragen of deadlines. Zeker als junior vind ik dit een groot pluspunt, omdat ik veel kan bijleren van meer ervaren ingenieurs en ik me ook in een omgeving bevind waarin veel informatie wordt uitgewisseld onderling.

Naast 'de stabiliteit' heeft VK ook andere afdelingen: architectuur, technieken, infrastructuur ... Hierdoor is het mogelijk dat je in contact komt met andere disciplines, wat het ontwerpen alleen maar interessanter maakt.

In tegenstelling tot bij veel andere bureaus mag ik naast rekenen ook tekenen. Zo werkte ik de afgelopen maanden aan een school in Brussel centrum, waarbij ik quasi gelijktijdig rekende en tekende. Dit is een efficiëntere manier van werken: tijdens het optekenen van de constructie kon ik meteen de berekening uitvoeren en zo veel sneller een aanpassing of toevoeging doorvoeren. Tijdens mijn eerste maanden kreeg ik een uitgebreide externe opleiding Revit. Dat vind ik zeker een meerwaarde: ik kan nu zowel op rekenkundig als tekenkundig vlak meewerken aan een project.

Misschien wel de belangrijkste reden voor mijn enthousiasme, is de goede sfeer op de werkvloer. 's Middags eten we bijvoorbeeld allemaal samen en af en toe gaan we samen frietjes eten. Ook worden meerdere activiteiten georganiseerd, zoals een kerstfeest, quiz, zomerbarbecue ... Zo leer je je collega's wat beter kennen, wat zeker leuk is als je nog maar nieuw bent in het bedrijf.

Gallait-site, Schaarbeek - arch. & copyright POLO Architects

QUIZRONDJE

In welke steden liggen de luchthavens met de volgende codes?

1. CPT
2. LGW
3. LAX
4. CDG

Zelfde concept als vorige week: welke twee personen herken je in de volgende foto's?

5.

6.

7.

8.

Verkiezingen!

Beste bouwiestudenten,

Jullie zullen het wellicht ook al gemerkt hebben, de tijd vliegt en het academiejaar loopt stilaan ten einde. Het einde zal anders zijn dan anders, maar dat betekent niet dat alle tradities zomaar overboord moeten worden gegooid. Het einde van een academiejaar gaat ook hier gepaard met het kiezen van een nieuw bestuur en daarvoor hebben we jullie nodig! In de loop van de komende dagen zullen jullie een mailtje krijgen waarin we toelichten wat de verschillende bestuursfuncties zijn en hoe je kan appliceren om ons team te vervolledigen volgend jaar.

Appliceren kan je dan eveneens via mail en de verkiezingsvergadring zal, je raadt het nooit, online gebeuren en dat op 13 mei. Maar laat dat zeker geen drempel zijn. Volgend academiejaar is tevens een lustrumjaar. Poutrix bestaat dan 15 jaar en dat zal gevierd worden! Het belooft dus een topjaar te worden.

Wil je deel uitmaken van ons bestuur, hou dan zeker je mailbox in de gaten en hopelijk mogen we je binnenkort welkom heten bij Poutrix!

NEXT

- Cocktail receptje(s)