

# anChropos

Verenigingsblad der Studievereniging Medische Natuurwetenschappen

N° 3 | Maart 2024



- PAGINA -  
6

*Lees hier over de totstandkoming  
van sociale media!*



- PAGINA -  
14

*Ontdek welke sociale media gebruiker  
jij bent in de quiz!*



# Inhoudsopgave

- 3** Woord van RedacCie
- 4** Woord van Bestuur
- 5** Social media van toen tot nu
- 6** De totstandkoming van social media
- 8** Telefoonverbod op de middelbare scholen
- 9** De opkomst van TikTok!
- 10** RedacCie's choices: favoriete social media
- 12** Activiteitenbord
- 14** Quiz
- 16** AI & studeren
- 17** MENS-fluencers
- 18** Toxiciteit van social media
- 19** Mensblog: Rens de influencer (exclusieve content).
- 20** Invloed social media gebruik op de jeugd
- 21** De kunst van memes
- 22** Puzzel
- 26** Pleinvraag
- 27** Fotomuur

# Woord van RedacCie

Tekst door: Helena Brons

Lieve lezer,

We bevinden ons over de helft van het academisch jaar en opnieuw presenteren we met trots een nieuwe editie van *Anthropos*. Dit keer staat ons blad in het teken van “Sociale Media” - een onderwerp dat een prominente rol speelt in onze 21ste-eeuwse samenleving. Sociale media zijn alomtegenwoordig, of het nu gaat om werkgerelateerde e-mails, productieve platforms zoals Duolingo, of het eindeloos scrollen op onze TikTok ‘For You’-pagina. Om deze reden hebben we onze prachtige februari-editie gewijd aan dit belangrijke onderwerp.

In deze *Anthropos* bieden we opnieuw een gebalanceerde mix van onderwerpen. We gaan dieper in op het recent ingevoerde telefoonverbod op middelbare scholen vanaf 1 januari. Hoe heeft dit beleid zich ontwikkeld en wat zijn de ervaringen van jongeren?

Daarnaast duiken we in de evolutie van sociale media. We onderzoeken de platformen van vroeger en hoe ze zich in de loop der tijd hebben ontwikkeld, evenals de nieuwkomers en uitgestorven platformen.

Gezien TikTok op de vijfde plaats staat van de meest bekende sociale mediaplatforms (onder WhatsApp, Facebook, YouTube en Instagram), besteden we ook aandacht aan dit snel opkomende sociale media platform. Hierbij gaan we dieper in op de toenemende toxiciteit op sociale media, zoals ruzies tussen beroemdheden en het anoniem verspreiden van haat.

Bovendien hebben we ons ondergedompeld in de wereld van sociale media. Enkele mens-fluencers zijn door onze MENS geheime dienst gescreend, en de resultaten worden in deze nieuwe editie met u gedeeld.

Tot slot zullen we de positieve en nuttige aspecten van sociale media bespreken, evenals de opkomst van kunstmatige intelligentie (AI). AI is tegenwoordig vooral bekend vanwege de negatieve aspecten, zoals het frauderen met eigen werk, maar zijn er ook positieve functies aan AI?

Veel leesplezier,

Helena Brons

Voorzitter RedacCie

## Colofon

### Anthropos

Jaargang 21

Nummer 3

Maart 2024

### Opplage

100 exemplaren

1e druk

### Drukker

BladNL

### Contact

redaccie@mens-vu.nl

### RedacCie

Aniek van den Brink

Anouk Reilink

Anouk Nijman

Ayla Choi

Charlotte van den Brink

Chelsey Karansingh

Gabriel Mante

Helena Brons

Isabel Schrijvers

Jelmer Appelman

Merel Kouwenhoven

Naomi Duits

Navjot Singh

Rens Ursem

Sammie Jansen

### EindredacCie

Helena Brons

De *Anthropos* is het verenigingsblad van Mens, de Medisch Natuurwetenschappelijke Studievereniging, en is in volle glorie te bewonderen op [www.svmens.nl](http://www.svmens.nl)!



# Woord van Bestuur

Tekst door: Xera Spiekerman van Weezelenburg

Lieve leden,

Het is 2024 en dit is de allereerste Anthropos van het jaar. Tevens is dit ook het allereerste “Woord van Bestuur” door bestuur 24. Misschien heb je het wel op de Mens-Instagram voorbij zien komen, maar de wissel-ALV heeft plaatsgevonden op 7 februari. Dat betekent ook dat we afscheid hebben genomen van het lieve 23e bestuur. Vol energie beginnen wij aan ons bestuursjaar!

Voor ons heeft de afgelopen tijd in het teken gestaan van ingewerkt worden. Drie maanden lang hebben we aan onze taken en aan elkaar kunnen wennen en nu is het tijd om het volledig samen te gaan doen. Het overdrachtsweekend heeft plaatsgevonden waar we de laatste dingen van bestuur 23 hebben meegekregen. Wat begon als een spannende sollicitatieperiode is nu uitgelopen tot een grote verantwoordelijkheid, maar we zijn er klaar voor.

Inmiddels is het al weer februari en dat betekent dat de feestdagen er al weer een tijdje opzitten. We hopen dat jullie fijne dagen hebben gehad en dat jullie eerste weken van het nieuwe jaar goed zijn verlopen. Nieuw jaar, nieuwe kansen! 24 januari heeft het gala plaatsgevonden en hopelijk hebben jullie hier net zo van genoten als hoe wij dat hebben gedaan. Valentijnsdag is ook geweest en de borrel deze maand in samenwerking met VCSVU en Salus stond dan ook in het teken van de liefde. Voorafgaand had de SportCie JustDance georganiseerd.

De komende weken zal er gepromoot worden op de sociale media van Mens met de aankomende activiteiten. De eerste Mens-lunch van bestuur 24 is een feit en de tweede zal alweer in maart plaatsvinden. Daarnaast is het binnenkort ook tijd voor een spelletjesavond, squash en de après-ski borrel. Tot in de Mens-kamer of op een van deze activiteiten!

Geniet van deze editie van de Anthropos!

Namens bestuur XXIV,  
Xera Spiekerman van Weezelenburg  
Voorzitter





# Social media van toen tot nu

Tekst door: Naomi Duits

**H**et is inmiddels heel normaal, even een foto delen op Instagram, een review opzoeken op Google of zelfs huiswerk maken met behulp van ChatGPT. Toch is het internet en social media nog vrij jong. Hoog tijd om te kijken hoe jong eigenlijk.

Op 29 oktober 1969 is de voorloper van het internet ontstaan. Hierbij maakten twee computers verbinding via ARPANet, wat een project van de Amerikaanse Defensie was. Een leuk feitje. De eerste boodschap bestond uit vijf letters “LOG IN”, na twee letters liep de hele boel al vast. Het duurde maar liefst een uur om dit te herstellen. Pas rond 1990 werd de volgende grote stap genomen en werd het wereldwijde web ontwikkeld, samen met het protocol voor http en html. De eerste website ooit, die in 1991 online werd gezet, is nu nog steeds in de lucht. Rond 1994 ontstond de interneteconomie en werden bedrijven als Amazon opgericht. Daarna ging het hard en inmiddels zitten miljarden mensen samen met honderden miljoenen slimme apparaten op het internet.

Social media zelf is toch ouder dan de meeste zullen verwachten. Daarbij wordt wel uitgegaan van de definitie van een online platform waar gebruikers de inhoud verzorgen zonder of met minimale tussenkomst van de redactie zelf. De allereerste social media, waar gebruikers op bulletin boards teksten delen (1978), was ook nog alleen tekst georiënteerd. Het visuele aspect ontstond pas later. In 1999 was MSN Messenger geboren en al snel volgde LinkedIn (2003), Facebook (2004), Hyves (2004), Youtube (2005) en Twitter (2006). Dan blijft het een tijdje stil, wat betreft nieuwe kanalen en in 2010 gaan we weer verder met de start van Instagram, gevolgd door Snapchat (2011) en later ook TikTok (2016).

In hetzelfde jaar als de geboorte van social media werd ook de allereerste spammail met advertentie gestuurd naar iedereen op het ARPANet netwerk. Dat bedroeg toen nog zo'n 400 gebruikers en Nederland was nog niet eens aangesloten op internet. Dat gebeurde zo'n tien jaar later op 17 november in 1988, waarbij de eerste directe email naar Nederland wordt gestuurd. In 1993 ontstonden er webpagina's en start de eerste publiekelijke internet provider, zodat consumenten ook op het web konden komen. In 1998 startte Google, waardoor mensen websites makkelijker kunnen vinden. In 1999 waren de mobiele telefoons nog absoluut niet populair. Enige reacties op de vraag of iemand een mobiele telefoon heeft:

- “Dat heb ik niet nodig, ik wordt toch niet gebeld”
- “Nee daar zie ik het nut niet van in
- “Ik heb een gewone telefoon, waarom moet ik een mobiel hebben”
- “Lijkt me niet leuk om altijd bereikbaar te zijn”
- “Als mensen mij bereiken willen kunnen ze dat met een brief doen en is het dringend, dan ben ik telefonisch thuis bereikbaar.”

Daarna ging het hard en heeft 79% van de Nederlanders in de afgelopen 3 maanden internet gebruikt in 2005. Dan is het mobiele internet nog lang niet populair, want in 2007 heeft slechts 20% van de Nederlandse bevolking mobiel internet. Maar ja, in 2011 heeft ook 52% van de Nederlanders een smartphone. Dat steeg snel naar 85% in 2015. In 2019 spendeerde social media gebruikers gemiddeld 142 minuten per dag aan social media en in 2021 is de gemiddelde internetgebruiker wereldwijd elke dag 6 uur en 43 minuten online. Vorig jaar had al 97% van de mensen toegang tot het mobiele netwerk. Helaas zijn we niet meer alleen op het internet want 37,9% van al het internetverkeer bestaat uit bots tegenwoordig.

# De totstandkoming van sociale media

Tekst door: Sammie Jansen

**O**veral en altijd is iedereen bezig met sociale media. Van facebook tot TikTok, van twitter tot snapchat. We kunnen er niet meer onderuit dat het een prominente plek in ons leven heeft overgenomen. Hoe dit tijdrovende gebeuren ontstaan is bij de meeste gebruikers niet bekend. Door het lezen van dit stuk komt daar verandering in.



## Ontstaan van het internet

Internet en sociale media gaan hand in hand samen. Ze zijn onafscheidelijk van elkaar. Zonder internet kan je moeilijk je beste maat taggen in de comments van een instagram bericht. En waar gebruik je anders je internet voor?

Het eerste internetbericht werd op 29 oktober 1969 verzonden door een UCLA student, Charley Kliney via ARPANET. Dit is de voorloper van het internet. In het begin was het internet voornamelijk het domein van wetenschappers en tech-enthousiastelingen. De ontwikkelingen volgden gestaag, maar in deze beginfase was er al sprake van prille vormen van sociale media in de vorm van bulletin boards. Op deze bulletin boards werd druk gepost en werden bestanden uitgewisseld. Deze periode markeerde een tijd van pionieren en ontdekken.

Een sleutelfiguur in de evolutie van het internet is Tim Berners-Lee, vaak beschouwd als de grootvader van het internet. Hij is de bedenker en grondlegger van het World Wide Web (WWW). Berners-Lee schreef ook de eerste webbrowser genaamd Mosaic en zette de allereerste webserver op. Een webserver is een computer of eigenlijk een programma op een computer waarbij je een verzoek kunt sturen om een antwoord terug te krijgen. Met een webbrowser voer je precies dat uit: je gaat naar een URL, die verwijst naar een webserver, waar je een verzoek indient om de inhoud te mogen zien. Hierbij ontstaat er een verbinding waarbij je browser en de webserver een hele conversatie voeren.

In de beginjaren van het internet ging de lancering ervan gestaag van start. Het was echter pas in 2000 dat de introductie van ADSL (Asymmetric Digital Subscriber Line) een significante mijlpaal betekende. Voor die tijd herinneren degenen die al op internet actief waren zich nog goed het karakteristieke geluid van het modem, dat eerst een minuut lang leek te kraken terwijl het verbinding maakt via de telefoonlijn. Met een beperkte 56k-verbinding was de snelheid destijds niet bepaald indrukwekkend. Bovendien waren websites in die tijd over het algemeen licht, met weinig afbeeldingen. Met de introductie van ADSL brak er echter een nieuw tijdperk aan voor het internet. Er ontstond een ware revolutie doordat het internet steeds visueler werd. Websites begonnen iconen te gebruiken in plaats van alleen tekst, waardoor de gebruikerservaring aanzienlijk verbeterde. De mogelijkheid van ADSL bracht niet alleen een snellere verbinding, maar opende ook de deur naar nieuwe mogelijkheden, zoals het streamen van video's.



---

Een baanbrekende ontwikkeling in dit tijdperk was de opkomst van video websites, met YouTube als een opvallend voorbeeld. Gebruikers kunnen zichzelf zelfs voorstellen door middel van video's als een potentiële kandidaat voor een vacature. Deze veranderingen markeerden niet alleen een technologische verschuiving, maar vormden ook de basis voor een meer interactieve en multimediale online ervaring die we tegenwoordig als vanzelfsprekend beschouwen.

## Het ontstaan van sociale media

Sociale media, een fenomeen dat de digitale communicatie en interactie tussen mensen heeft getransformeerd, vindt zijn oorsprong in de vroege jaren 2000. Hoewel de kiemen van online sociale interactie te vinden zijn in platforms zoals online forums en chatrooms, markeerde de opkomst van specifieke sociale-mediaplatforms een paradigmaverschuiving in de manier waarop mensen online verbonden waren.

Een pionier op dit gebied was Friendster, gelanceerd in 2003. Friendster stelde gebruikers in staat vriendenlijsten te maken, profielen bij te houden en berichten uit te wisselen. Het legde daarmee de fundamenten voor sociale netwerken door de nadruk te leggen op persoonlijke connecties en het delen van interesses.

In 2004 volgde de spraakmakende lancering van Facebook, opgericht door Mark Zuckerberg. Het begon als een exclusief platform voor Harvard-studenten en breidde zich vervolgens uit naar andere universiteiten en uiteindelijk naar het brede publiek. Facebook introduceerde baanbrekende functies zoals de tijdlijn, statusupdates en de mogelijkheid om foto's te delen, waarmee het uitgroeide tot een centraal element in het dagelijks leven van miljarden mensen wereldwijd.

Parallel aan Facebook kwamen andere sociale media op, waaronder MySpace en LinkedIn, elk met hun eigen kenmerken en doelgroepen. Dit zorgde voor een gevarieerd landschap van online interactie. De jaren die volgden, zagen de opkomst van platforms zoals Twitter, Instagram en Snapchat, die elk unieke communicatie- en deel methoden introduceerden.



Sociale media hebben een diepgaande invloed gehad op de wereldwijde samenleving, waar ze niet alleen voor goed nieuws hebben gezorgd. De opkomst is een wervelwind aan ontwikkelingen en verbeteringen. Daarom moet er meer aandacht komen voor hoe deze evolutie heeft plaatsgevonden. Want bij geschiedenis leer je er niks over, ook al is het een belangrijke gebeurtenis in onze geschiedenis. Maar ik weet niet wat beter is, een leven met sociale media of zonder. Daar komen we in onze generatie niet meer achter.

# Telefoonverbod op de middelbare scholen



Tekst door: Helena Brons

**V**anaf 2024/2025 geldt er een nieuw beleid: geen mobieltjes, tablets of smartwatches meer in de klas. Dit geldt voor zowel het voortgezet, basisscholen en speciaal (basis) onderwijs. Waarom? Deze beslissing komt voort uit de groeiende bezorgdheid over de afleiding die smartphones met zich meebrengen in het klaslokaal en de impact ervan op de leerprestaties en omdat er steeds meer bewijs is dat apparaten afleiden en de prestaties van leerlingen beïnvloeden.

Scholen moeten samen met leraren, ouders en leerlingen regels opstellen, maar er zijn uitzonderingen. Bijvoorbeeld als een mobiel nodig is voor de les, zoals bij mediawijsheid. Leerlingen die hun telefoon echt nodig hebben (denk aan medische redenen of een beperking) mogen 'm wel gebruiken. Dit verbod is bedoeld om leerlingen te beschermen tegen de negatieve effecten en belooft een verandering in het klaslokaal die zowel onderwijsdoelen als individuele behoeften in evenwicht houdt. Het Onderwijsblad onderzocht hoe scholen die al eerder overstag gingen omgaan met de eis van de overheid en geeft vier tips om de praktijk te verbeteren, gebaseerd op hun bevindingen.

## 1. Bied Alternatieven:

Scholen overwegen alternatieven voor pauzes, zoals sportfaciliteiten, spelletjes in de aula of kantine en voetbaltafels. Het Erasmus in Almelo staat bijvoorbeeld toe dat leerlingen tijdens pauzes hun telefoon gebruiken. Telefoonzakken in de klas zorgen ervoor dat de smartphones tijdens de les uit het zicht zijn.

## 2. Kies de Juiste Uitzonderingen:

Sommige scholen maken uitzonderingen voor ernstige situaties of medische omstandigheden. Het Amsterdams Lyceum gebruikt speciale telefoonhoezen voor eerste- en tweedeklassers. Dit systeem werkt op basis van vertrouwen, aangezien rector Tom van Veen erkent dat het niet waterdicht is.

## 3. Vergeet de Laptop Niet:

Om sociale media tegen te gaan, moeten scholen rekening houden met het gebruik van laptops en tablets. Het Stedelijk Innova in Enschede gebruikt school accounts waarop social media zijn uitgesloten.

## 4. Maak je niet te Druk Over Overtreders:

Hoewel het telefoonverbod drempels opwerpt, erkennen scholen dat een waterdichte methode niet bestaat. Rector Tom van Veen benadrukt op Het Amsterdams Lyceum dat vertrouwen een essentieel element is in de handhaving.

De invoering van het telefoonverbod komt voort uit een grootschalige enquête onder AOb-leden in maart 2023, waaruit bleek dat 73% voorstander was van een landelijk verbod op mobiele telefoons in het klaslokaal. Deskundigen benadrukken dat smartphones een negatieve invloed hebben op leerprestaties en sociaal contact tussen leerlingen, wat resulteerde in het landelijke verbod. Scholen zijn nu verplicht om nieuwe afspraken te maken met leraren, leerlingen en ouders om ervoor te zorgen dat iedereen op de hoogte is van de nieuwe regels en deze naleeft. Het doel van het telefoonverbod is om een omgeving te creëren waarin leerlingen zich beter kunnen concentreren op hun studie en sociale interactie, zonder de afleiding van mobiele apparaten.



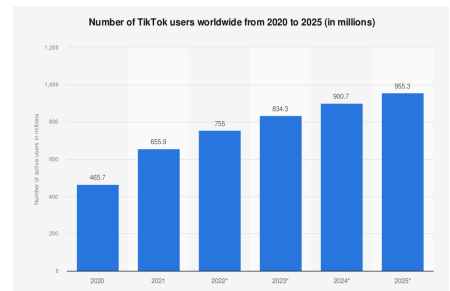
# De opkomst van TikTok:

## Van lipsync-app naar wereldfenomeen!

Tekst door: Chelsey Karansingh

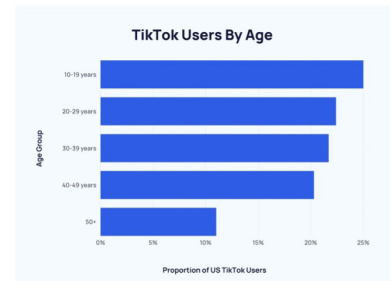
**TikTok, de wereldwijd bekende sociale-media sensatie, schepper van lollige video's, platform voor leuke dansroutines, wordt door miljarden mensen gebruikt. Het is een vast deel in het dagelijks leven voor hen en er komen steeds meer gebruikers bij, maar waar begon het eigenlijk? Hoe is het zo populair geworden?**

Eerst even herhalen voor degenen die het niet weten; Wat is TikTok? TikTok is een social media platform dat gebruikers in staat stelt om korte, op muziek gebaseerde video's te maken, bewerken en delen. Het ontstaan van het platform gaat terug tot de oprichting van "Musical.ly" in 2014 door Alex Zhu en Luyu Lang, waarmee gebruikers korte lip sync-video's op muziek konden maken, een concept dat al snel aansloeg bij jongeren. Tegelijkertijd lanceerde Byte Dance in 2016 in China "Douyin", een platform dat soortgelijk is aan Musical.ly maar met focus op korte videocontent. Het samengaan van Musical.ly en Douyin kwam in november 2017, toen ByteDance Musical.ly overnam voor ongeveer \$1 miljard en het integreerde met Douyin, wat de geboorte inluidde van TikTok als wereld fenomeen.



TikTok pakt men door zijn diverse content, waaronder dans uitdagingen, comedy skits, mini-edits van populaire shows en meer. Het bevat een "user-friendly interface" en een krachtig aanbevelingen-algoritme. Zijn algoritme benut machine learning om een gepersonaliseerde feed, een "For You page", samen te stellen op basis van likes en dislikes van gebruikers. Hierdoor serveert hij een eindeloze stroom boeiende inhoud, waarmee er langdurige betrokkenheid wordt gestimuleerd uit de kijkers. Er zit voor iedereen wel wat bij, maar het blijkt dat de app toch meer tieners aantrekt. De inhoud van TikTok wordt sterk beïnvloed door de jeugdcultuur, met veel populaire makers en trends die door jongeren zijn gestart. "Viraal" gaan betekent nog een stap in de richting van digitale populariteit en dat is wat vandaag telt, zie de beroemde TikTok sterren Khaby Lame en Charli D'Amelio bijvoorbeeld die hun bekendheid en fortuin uitsluitend via TikTok verdiende.

De app vormt wereldwijde banden en gemeenschappen tussen de videomakers en kijkers. Het cultiveert connecties door middel van gedeelde interesses, het aanwakken van creativiteit, het stimuleren van samenwerking en vieren van diversiteit. Met zijn wereldwijde bereik en inclusieve sfeer overstijgt TikTok grenzen, talen en culturen en smeedt de blijvende band tussen makers en publiek over de hele wereld. Het is gemakkelijk een van de meest invloedrijke social mediaplatforms geworden en maakt urenlang scrollen op de app heel makkelijk en verleidelijk.



# RedacCie's Choices

## Wat is je favoriete social media platform?



**Merel:** Voor mij is de winnaar duidelijk Instagram. Alleen de beste tiktoks bereiken de reals pagina op Instagram, wat mij weer wat uurtjes schermtijd scheelt. De mogelijkheid om zowel een openbaar verhaal als een verhaal voor een selecte groep te maken, zorgt ervoor dat ik up to date kan blijven van mijn vrienden hun leven, en zij van die van mij, zonder dat ik actief contact hoeft te zoeken. Wil ik dat iets maar kort gezien wordt? Verhaal. Wil ik iets vastleggen zodat ik er vaker op terug kan komen, of dat nieuwe volgers kunnen zien hoe cool ik ben? Post. Kortom, super veelzijdig die Instagram, echt mijn favoriet.

**Helena:** Snapchat vind ik leuker dan andere platformen omdat het meer een vorm van communicatie is door middel van foto's. Het is ook wat toegankelijker. Terwijl Instagram gewoon een platform voor het posten van foto's is en TikTok vind is te verslavend :)



**Anouk R:** Ik ga denk ik voor Pinterest. Op Instagram zit ik wel eens vast en blijf ik scrollen dus dat vind ik eerder gevaarlijk dan leuk en aan TikTok wil ik niet eens beginnen. Op Pinterest kan ik heel veel dingen vinden voor inspiratie en ga ik vooral ook op zoek naar nieuwe recepten.

**Ayla:** Mijn favoriete sociale media platform is Snapchat omdat communicatie vaak verloopt door middel van foto's sturen. Dit voelt wat persoonlijker omdat je zo ook elkaars gezichtsuitdrukkingen kan zien. Daarnaast vind ik het leuk om random gebeurtenissen vanuit mijn dag te delen met vrienden en gebruik hiervoor dan ook mijn privéverhaal op snapchat.



**Gabriel:** Instagram vind ik de leukste app, omdat het simpel en overzichtelijk is. Daarnaast heb ik niet het gevoel dat ik word overvloed door allerlei foto's of video's in tegenstelling tot een ander medium genaamd Tiktok. De drang om me bloot te stellen aan steeds meer foto's of video's heb ik niet echt wanneer ik Instagram gebruik.





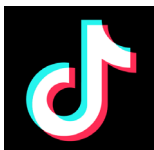
**Chelsey:** Mijn favoriete social media platform is YouTube, ik kan urenlang naar leuke videos over alles en nog wat kijken. Het meest kijk ik toch naar gameplay en conspiracy videos. Maar ik mag niet liegen want vlak daarachter zit TikTok als mijn tweede favoriete (die teveel tijd kan opeten 😊).

**Aniek:** Dit is voor mij toch wel Instagram. Het is handig om contact te houden met oude vrienden en neemt niet veel tijd in beslag. Ik moet hier wel bij zeggen dat ik op dit moment niet echt gebruik maak van andere sociale media platforms. Snapchat voelt meer als een soort Whatsapp, maar dan met foto's erbij. Tiktok, daar ga ik niet eens aan beginnen.



**Navjot:** Mijn favoriete platform is zonder twijfel Instagram. Ik houd van Instagram Reels en memes, waarbij de comment sectie echt hilarisch is. Bovendien kan ik op Instagram heel gemakkelijk met vrienden praten en afspreken. Zo spreek ik nog steeds dagelijks met een vriend van mij uit groep 4 van de basisschool, en dat alleen dankzij Instagram. We sturen elkaar dagelijks memes en Reels, waardoor er altijd wel iets te bespreken valt. Als groot voetbalfan geniet ik ook enorm van het voetbal gedeelte op Instagram, waar ik echt eindeloos urenlang kan scrollen. Vooral voetbalnieuws van pagina's zoals die van Fabrizio Romano vind ik fantastisch.

**Rens:** Vraag het mijn schermtijd en dan wint Instagram. Gelukkig verwijder ik het ook af en toe...



**Sammie:** Mijn lievelings sociale media is TikTok. Ik vind het heel fijn om tiktoks door te sturen en vind het algoritme het beste. Alle tiktoks die ik op mijn for-you page krijg vind sluiten bij mij aan en ik leer echt veel.

**Isabel:** Het sociale media platform waar ik het meest op te vinden ben, naast de wat praktischere platforms, is toch wel Instagram. Aan de ene kant vind ik dit altijd heerlijk want ik kan oneindig recepten en leuke filmpjes kijken. Aan de andere kant probeer ik zoveel mogelijk te beperken omdat te lang te doen, want het is ook wel weer een beetje zonde van mijn tijd.





# ACTIVITEITEN

8  
januari  
Mens-lunch

12  
januari  
Nieuwjaars-  
receptie

15  
januari  
Nieuwjaars-  
dinner



16  
januari  
ExcurCie  
avond

17  
januari  
Tafeltennis

24  
januari  
Gala





# JANUARI & FEBRUARI

7  
februari  
Wissel-ALV



15  
februari  
Just Dance



19  
februari  
Mens-lunch

15  
februari  
Valentijns-  
borrel



21  
februari  
Lunch-  
lezing



# Wat voor social media gebruiker ben jij?

## QUIZ

Tekst door: Rens Ursem

**H**eyyyyyyyyyyyyyyyyyyyyyyyyyyy, internetverslaafde! Ken jij mij? Ieder keer als je ja zegt op cookies, kijk ik even mee. Daarom weet ik best wel wat van je online gedrag en voorkeuren. Je houdt van fitness, dus hier zijn wat spierbundels en eiwitshakes! Dat rare filmpje waar je net iets te lang naar bleef kijken? Genoteerd, ik geef je meer! Capybara's? Ok I pull up.

En ik word ook steeds slimmer. Binnen 7 vragen kan ik zien, wat voor social media gebruiker jij bent. Of moet ik zeggen: social media ontvanger? Uiteindelijk bepaal ik wat je ziet en steeds meer wat je doet. Probeer deze quiz te doen zonder op je telefoon te kijken, ik zie je toch wel, ...hihi

Vraag 1 - Hoe actief ben jij op social media?

- A. Ik houd iedereen in de gaten maar post zelf nooit iets
- B. Ik spam iedereen met memes
- C. Ik ben influencer
- D. Ik beperk me (vooral) tot WhatsApp

Vraag 2 - Ik houd van TikTok, omdat je maar blijft scrollen. Daar ben ik blij mee. Hoe langer je kijkt, hoe beter. Niet alleen TikTok, maar ook instagram, youtube en snapchat buiten dit mechanisme uit. Aan welke verlies jij de meeste tijd?

- A. TikTok
- B. Instagram
- C. Youtube
- D. Snapchat

Vraag 3 - Waarom zit je op social media?

- A. Contact houden met mijn vrienden
- B. De quality content
- C. FOMO
- D. Gewoonte

Vraag 4 - Wat is jouw digitale syntaxis?

- A. Ik maak grammaticaal correcte zinnen zonder gekkigheid (soms zelf een punt erachter.)
- B. ik ben erg relaxed ik doe eig niet aan hoofdletters of interpunctie
- C. praat gwn zo 😂😂😂
- D. 😂😂😂

## Interlude-SPELIDEE! Russisch Reel-ette.

Clickbait is ons niet vreemd. Het is een slim trucje om ervoor te zorgen dat je toch eventjes gluurt naar de content. Ik weet natuurlijk van die ene klik op dat filmpje en laat je er meer van zien. Dit kunnen van die onlyfans reclames zijn (die ik nooit krijg). Verzamel een paar vrienden, of maak ze eerst, en ga bij Instagram naar de reel-page. Scroll om de beurt verder tot iemand een overduidelijke sus-clickbait heeft. Diegene moet leven met de eeuwige schaamte.

Als al zeker is in de vriendengroep dat men verdachte content krijgt, kun je 3 op een rij spelen.

Vraag 5 - Hoe vaak ben je online op een dag?

- A. Rond 8 uur
- B. Rond 6 uur
- C. Rond 4 uur
- D. Rond 2 uur

Vraag 6 - Wat doe je in de pauze bij een college?

- A. Ik ga (enigszins) doelloos scrollen tot het college weer begint en ik door kan gaan met doelloos scrollen terwijl ik half oplet.
- B. Ik ga even wandelen
- C. Ik praat als een sociaal wezen
- D. Ik filosofer in stilte

Vraag 7 - Wat voor content post jij?

- A. Foto's van mijn huisdieren
- B. Mijn duckface
- C. Vakantiekiekjes
- D. Promotie voor mijn online cursus

Als je overal op hebt geantwoord en je maakt deze quiz in je uppie, dan is het tijd voor de laatste vraag:

Hoe vaak heb je bij het lezen van deze editie op je telefoon gekeken? Als je al op je telefoon hebt gekeken, waarom heb je dat gedaan? Als je het niet hebt gedaan, waardoor keek je niet? Als cookie-monster ga ik niet vertellen wat je bent. Dat houd ik voor mezelf. Wat ik je bied, is zelfreflectie en privacyschending. Wijs me wat vaker af, al maak ik dat wel erg moeilijk voor je ;)

# AI & Studeren

Tekst door: Merel Kouwenhoven

**A**ls afgestudeerd MNW'er en huidig geneeskundestudent verlang ik vaak terug naar de goede oude tijd dat ik les had over calculus en quantum, in plaats van dat ik alle organen, bloedvaten en zenuwbanen uit mijn hoofd moet leren. Wie heeft daar nou zin in? Toch zijn er in onze wereld steeds meer mogelijkheden om leren makkelijker en aantrekkelijker te maken. Wie heeft er nou niet een vriendin die elke dag een lesje Spaans moet doen omdat er anders een boze groene uil voor de deur staat, of een buurjongen die zichzelf de gitaar leert bespelen (rip jouw oren)?

Educatieve apps zoals de groene uil (ik noem geen namen) maken slim gebruik van de trucs die sociale media apps ook gebruiken om je verslaafd te maken. Want hoe leuk is het nou om een streak op te bouwen door foto's naar elkaar te sturen, en dan te pronken met die getallen bij je vrienden? Oké, misschien was dat tien jaar geleden vooral populair, maar apps om talen mee te leren gebruiken deze techniek nog volop. Het werkt goed, want mensen blijven dagelijks terugkomen om hun streak te behouden. Er zijn uiteraard nog veel meer trucs om mensen zoveel mogelijk tijd in de apps te laten besteden, zoals bonussen verdienen als je een lesje foutloos afrondt en tegen andere gebruikers battlen om zo de week erna in een hogere ranking te kunnen strijden.

Sociale media apps kunnen je ook eindeloos meldingen sturen als je weer een nieuw berichtje hebt, of als je favoriete influencer een nieuw filmpje heeft geplaatst. Die meldingen kan je gelukkig helemaal customisen, maar als je nog geen lesje Spaans hebt gedaan, is het toch wel fijn om daar aan herinnerd te worden. Sommige apps gebruiken AI voor deze meldingen om ze op zo optimaal mogelijke tijdstippen te versturen, in plaats van op vaste tijdstippen. Wat het beste schijnt te werken, is om 24 uur na het vorige gebruik van de app een melding te sturen. Tja, wat zijn mensen soms toch voorspelbaar. Elke dag krijg je weer zo'n melding. "Vergeet niet om vandaag een les Spaans te voltooien!". En elke dag veeg je deze melding weg, want daar heb je toch helemaal geen tijd voor in de tentamenweek. Tot er na 7 dagen staat: "Hmm, deze

meldingen blijken niet te werken. We zullen stoppen met herinneringen sturen". En dan ben je bang dat je zonder die reminders de cursus helemaal zal vergeten, en klik je toch maar op die melding.

Goed, dat 'nuttige' apps gebruik kunnen maken van de verslavende technieken van de 'nutteloze' sociale media is wel duidelijk, maar ook sociale media zelf kan bijdragen aan beter studeren. Zo zijn er talloze 'educators' te vinden op instagram, tiktok en youtube, en als je een beetje handig bent met feit van fabel onderscheiden kan je dit handig inzetten tijdens je studie. Zo had ik mechanica en elektriciteit en magnetisme nooit gehaald zonder mijn held Michel van Biezen op youtube. De fysiologie bij geneeskunde had ik nooit begrepen zonder NinjaNerd, en voor scheikundige vakken had ik wel meer dan 3 verschillende platvormen nodig om er ook maar iets van te begrijpen... Short-form content zoals tiktok filmpjes en insta-reels geven de mogelijkheid om ezelsbruggetjes kort maar krachtig over te brengen. Ook nieuwe dingen leren buiten de studie-onderwerpen gaat makkelijk via sociale media. Het leren via korte leereenheden gericht op een specifiek inzicht heet ook wel micro-learning. Algemene kennis, taalweetjes, geschiedenis, noem het maar op, er is vast wel een content-creator aan gewijd. Een van mijn persoonlijke favorieten is Blair Imani van "Smarter in Seconds", die in elk filmpje binnen een minuut bijvoorbeeld een historische gebeurtenis uitlegt of laat zien hoe je je eigen taalgebruik inclusiever kunt maken.

Naast sociale media wordt ook AI steeds prominenter in ons (studenten)leven, en een verslagje schrijven zonder Chat-GPT is niet meer weg te denken (sorry not sorry). ChatGPT gebruiken om je verslagen te schrijven mag nu niet meer, maar als je naar je gevoel heel het internet hebt afgezocht en je snapt iets nogsteeds niet, kan een korte zoekopdracht in ChatGPT je misschien wel weer vooruit helpen.

Sociale media worden vaak weggezet als boosdoeners, tijdverspilling, verslavend en volgens sommige boomers verpest het zelfs deze wereld. AI wordt gezien als gevaarlijk en onwenselijk. De argumenten hiervoor zijn zeker niet te ontkennen en de bedreiging die de snel ontwikkelende AI kan vormen voor de samenleving moet serieus genomen worden. Je moet voor jezelf maar bedenken hoe ver jij wil gaan met je schermtijd, maar de positieve kanten van sociale media en AI mogen wat mij betreft ook wel wat vaker belicht worden. Micro-learning is the future!



# MENS-fluencers

Gemaakt door: Ayla Choi

## Robin Paalvast, eerstejaars

Hey Menson! Ik voel me ontzettend gevleid dat mijn foto is uitgekozen tussen al die mogelijke opties. Op deze foto staat mijn introgroepje van de introweek die ik in augustus 2023 heb mee mogen maken. Het was ontzettend gezellig en een geweldige manier om de studievereniging MENS te leren kennen. Veel vrienden overgehouden uit deze groep en daarnaast ook nog heel veel andere leuke mensen leren kennen tijdens de introweek, zowel uit andere introgroepjes als van MENS zelf. Een geslaagde opening van een nieuwe fase van mijn leven!! 🙌 Volg me allemaal even op insta 😊.



## Menno van Kooten, derdejaars

Hoi allemaal! Wat leuk dat jullie even mijn instagram komen stalken! Als je dit jaar eerstejaars bent, ken je deze mooie roze shirtjes zeker nog wel van de introductieweek! We hadden deze foto gemaakt met alle papa's en mama's van de introweek en natuurlijk hadden we allemaal ons mooie shirtje aan ;) De introductieweek was dit jaar zoals altijd erg leuk net als het introductieweekend natuurlijk! Een goede manier om de zomer af te sluiten en het studiejaar te beginnen!!

## Heike Spreen, tweedejaars

In november 2023 gingen we met het bestuur een weekendje weg om even te relaxen. Toen we op de heenweg een bordje van een pannenkoekenhuis genaamd 'Hans en Grietje' zagen, moesten we daar wel heen. Het was buiten al een sprookje, maar toen we binnenkwamen liepen we al helemaal een speelparadijs voor kinderen binnen!



# Toxiciteit van social media

Tekst door: Navjot Singh

**S**ocial media, het virtuele spektakel waar geen kaartje voor nodig is maar alleen een wachtwoord en wifi-verbinding, is een veelzijdig fenomeen van de 21e eeuw. Voor sommigen is het een carrière, voor anderen een hobby, maar voor iedereen een bron van eindeloze memes, filmpjes en onverwachte ontmoetingen met figuren uit het verleden waar je eigenlijk al lang geen contact meer mee wilde hebben. Het is als een kroeg zonder sluitingstijd, waar de gesprekken nooit lijken te eindigen en waar je soms onbedoeld verzeild raakt in discussies over de beste manier om een pizza te eten. Achter het digitale gordijn van deze wereld van pixels en emoticons, waar elke emoji een verhaal vertelt en elke like een applaus is, schuilt echter een schaduwzijde: de duistere aantrekkingskracht van toxiciteit.

Stel je voor: je scrollt rustig door je feed, genietend van een grappige video van Drake, wanneer plotseling een vloedgolf van haatdragende opmerkingen je overspoelt als een ongevraagde tsunami van meningen. Het is alsof internet trollen de virtuele straten overnemen en schreeuwen tegen iedereen die het horen wil (of niet). Het is een wild westen van woorden, waar de enige regel lijkt te zijn: "Eerst schieten, dan vragen".

Als we onze mening zouden moeten baseren op het comments gedeelte van Instagram Reels, zou de gevangenis voller zijn. Het is als een absurde komedie, waarbij de hoofdrolspelers voortdurend hun beste beledigingen uitwisselen in een poging de ander te overtreffen. Maar laten we niet vergeten dat achter elk scherm een echt mens schuilgaat, met echte gevoelens en echte kwetsbaarheden. Misschien is het tijd om een beetje meer empathie toe te voegen aan onze digitale dialogen, een vleugje medeleven tussen de hashtags en retweets.

De toxiciteit van sociale media gaat verder dan een paar vervelende opmerkingen. Het kan een verontrustende impact hebben op ons mentale welzijn, ons zelfbeeld en zelfs onze relaties. Het is alsof we allemaal zijn geabonneerd op een realityshow waarin ons leven wordt beoordeeld en gewogen op een schaal van likes en shares. Maar laten we eerlijk zijn, geen enkele hoeveelheid filters, likes of shares kan de realiteit verbergen dat de online wereld een schijnvertoning is, een zorgvuldig samengestelde façade die vaak ver verwijderd is van de werkelijkheid.

Misschien is het tijd voor een digitale detox, een stapje terug uit de constante informatiestroom en herinneren dat het echte leven niet altijd perfect gefilterd is. Laten we streven naar een onlinewereld waar empathie de nieuwe valuta is en waar de kracht van woorden niet wordt gemeten in tekens, maar in hun vermogen om te verbinden en te inspireren.

Laten we samen streven naar een onlinewereld die niet alleen leuk maar ook vriendelijk is, waar we kunnen lachen zonder anderen naar beneden te halen en waar de enige 'viral' die we willen verspreiden die van vriendelijkheid en medeleven is.

Hier zijn twee wijze en inspirerende quotes van de grote digitale filosoof, Anita Max Wynn: "W's in the shaaatttt" en "To the rest of you: the non-believers, the underachievers, the tweet and deleters, you guys make me sick to my stomach, fam."





# Mensblog: Rens de influencer

(exclusive content).

**Tekst door: Rens Ursem**

Wij zijn de eerste generatie die opgegroeid is met opkomende sociale media. En dat is bijzonder. Een telefoon-vrije jeugd hadden we niet, maar de iPad is ons ook nog niet met de paplepel ingegoten. Door onze vierkante ogen is er een hele digitale wereld ontstaan. Dat gaat gepaard met een ongemakkelijk gevoel, voor mij tenminste. Het is uiteindelijk een systeem dat ervoor gemaakt is om ons te entertainen, zodat we langer blijven kijken.

Recentelijk deed ik mee aan een danscompetitie op NPO1, Project Dans. Dat was een geweldige ervaring. Ik kon eindelijk de influencer worden van MENS! In de aanloop van de première kon ik niet wachten om erover te posten, en om te kijken hoeveel mensen er aandacht voor hadden. Het grootste deel van het tv-programma speelde zich voor mij dus af op social media. Want als je iets leuks hebt om te delen, ben je ook benieuwd naar de reactie.

In diezelfde tijd zat ik véél te veel achter een beeldscherm. Soms een schermtijd van 7 uur per dag. Achteraf gezien had ik veel liever tijd gemaakt om te sporten, te wandelen of een boek te lezen. Tijd die ik liever niet op mijn telefoon had gezeten. Hoe komt het dat ik niet achter dat scherm vandaan kom?

Ik heb geen discipline en ben gemaakt voor fame  
Social media is ervoor gemaakt om te blijven kijken

Dus in strijd met mijn aard ging ik die schermtijd decimeren. Misschien ken je de strategieën. Ik legde mijn telefoon uit het zicht, zette een tijdslot op mijn FOMO apps en nadat dit niet werkte, verwijderde ik instagram. De kop eraf! De scrollbare apps zijn namelijk het ergste. Dit laatste hielp aanzienlijk. Ik had sneller door dat ik betekenisloos op mijn telefoon zat.

Toch download je de app weer. Ik wilde graag het nieuws van dat programma delen en het moment na het posten zat ik onophoudelijk te gluren door dat glazen schermpje. Mijn productiviteit was laag, want ik was continu benieuwd wie er twee keer tikten op m'n post.

Gelukkig was mijn carrière als influencer van korte duur, maar ik heb wel een Nobelprijswaardige theorie. Hoe meer je bezig bent met instagram, is ook hoe meer instagram bezig gaat zijn met jou, en dat is zonde. Ik vind het heel moeilijk om onverschillig iets te posten op social media, omdat je toch iets wilt delen met je netwerk. Tegelijkertijd heeft het sociale netwerk allerlei manieren om je gekluisterd te houden. Ik bedoel, instagram heeft nu een feed, stories, reels, en notities?! Je krijgt bijna FOMO binnen de app. En ik hoop dat jullie je er ook wel in herkennen. Sociale media hebben niet alleen een verslavende werking, maar een verslavende functie. Maar, wij hebben nog buitengespeeld, beste reizigers. Laten we een aanwezigheid op social media van meer dan 2 uur niet normaliseren.

Instagram verwijderen helpt daarbij, mijn telefoon verstoppen helpt daarbij, maar er is nog een laatste troef. Pak eens een tekenblaadje, boek, of legobouwpakket naast je laptop. Probeer op tijden dat je je telefoon wilt pakken, juist te schetsen bijvoorbeeld. We zijn gewend om gefaseerd gefocust te blijven. Het is beter om een andere laagdrempelige activiteit te doen dan scrollen, in plaats van van onszelf te verwachten dat we direct non-stop productief zullen zijn. Ik heb liever dat ik met mijn hoofd in de wolken zit, dan in de cloud.

Volg me op m'n socials voor meer.



# Invloed social media gebruik op de jeugd

Tekst door: Anouk Reilink

**H**et gebruik van sociale media neemt de laatste jaren exponentieel toe, voornamelijk bij de jeugd. Via sociale media kanalen kunnen mensen in contact komen met elkaar, maar ook uren scrollen door Tik Tok en Instagram. Wat voor invloed heeft het gebruik van sociale media op de jeugd?

Een belangrijk onderdeel van ons leven is welzijn (vraag maar aan bestuur). Verschillende onderzoeken hebben gekeken naar de correlatie tussen het gebruik van sociale media en de levensvrede van de jeugd. Een studie aan de Universiteit Utrecht heeft aangetoond dat er een significant verband is tussen het problematische sociale media gebruik en de levensvrede bij adolescenten. Adolescenten die veel sociale media gebruiken hebben de neiging om een lagere levensvrede te hebben. Aan de Universiteit van Gent is een onderzoek gedaan naar de link tussen schermgebruik en sociale relaties bij kinderen van de lagere school, maar hier is geen verband gevonden. Hier is uitgekomen dat de impact van de online wereld op het welzijn op die leeftijd quasi onbestaand is. Komt het verschil in resultaat door het verschil in leeftijd of omdat de Belgen een hogere levensvrede hebben dan de Nederlanders?

Naast welzijn zijn er ook andere factoren die wellicht beïnvloed kunnen worden door het gebruik van sociale media. Empathie is een van deze factoren. In een onderzoek aan de Universiteit Utrecht is er gekeken naar de relatie tussen sociale media gebruik en empathie bij adolescenten (leeftijd 10-19 jaar). Hieruit is gebleken dat het sociale media gebruik significant positief samenhangt met empathie, wat meer het geval was voor meiden dan voor jongens. Het onderzoek laat zien dat sociale media gebruiken bij adolescenten een bevorderende factor kan zijn voor het empathisch vermogen.

Op sociale media kanalen zoals WhatsApp worden er veel afko's en de zogenaamde 'sociale media taal' gebruikt. Er wordt nog weleens geklaagd over het feit dat 'het echte Nederlands' langzaam maar zeker verdwijnt, dus is de vraag of het gebruik van sociale media invloed heeft op de taal en schrijfvaardigheid van de jeugd. De Radboud Universiteit heeft onderzocht of middelbare schoolleerlingen na bloot-

stelling aan sociale media-taal zelf ook meer gebruik gingen maken hiervan. Er werd geen effect gevonden: leerlingen die hier veel aan werden blootgesteld, gebruikten zelf het taalgebruik niet meer dan leeftijdsgenoten. Er is ook gebleken dat het gebruik van sociale media geen negatieve invloed heeft op schrijfvaardigheid.

Verder blijkt dat het gebruik van sociale media een invloed heeft op het gebruik van geweld. Blootstelling aan geweld heeft een negatieve impact op de mentale gezondheid, de schoolprestaties en relaties van de jeugd. Geweld komt steeds meer voor bij de jeugd in de online wereld, bijvoorbeeld in de vorm van online pesten. Daarnaast blijkt dat op sociale media kanalen meer beelden zijn van fysieke vormen van geweld. Sommige vormen van geweld blijven in de online wereld, maar andere zijn direct gerelateerd aan face-to-face vormen van geweld.

Er is vast ooit tegen je verteld dat je voordat je gaat slapen niet achter een scherm moet zitten, omdat je anders moeilijker in slaap valt. Maar heeft het gebruik van sociale media ook invloed op slaap? Uit een onderzoek van Tandon et. al. is gebleken dat 'fear of missing out' (FoMO) gestimuleerd wordt door sociale media gebruik en dat het kan resulteren in verstoringen van slaap. Daarnaast kan het ook de kwaliteit van slaap verminderen. Het onderzoek laat zien dat welzijn ook een invloed heeft op het compulsief gebruik van sociale media, wat samen met slaapgewoontes de relatie tussen FoMO en slaapgerekte versterkt.

Daarnaast bestaat er ook 'social media fatigue'. Ondanks dat mensen het gebruik van de online wereld fijn vinden door de snelheid en het gemak, worden ze ook constant blootgesteld aan heel veel informatie. Een onderzoek van Liu et al. heeft aangetoond via observaties en interviews dat jonge mensen zich steeds meer vergelijken met anderen en overbelast raken door de hoeveelheid informatie en sociale interacties om zich heen. Het overprikkeld raken door de online socialisatie komt steeds meer voor bij de jeugd en wordt social media fatigue genoemd.

Kortom, het gebruik van sociale media heeft verschillende invloeden op de jeugd, het een positiever dan de ander. De meeste negatieve invloeden komen door overmatig gebruik van sociale media, wat lang niet voor de gehele jeugd geldt. Mocht je merken dat je welzijn of slaap achteruit gaat door sociale media gebruik, verwijder dan vooral wat apps ;)!



# De kunst van memes:

Een delicaat evenwicht vinden tussen lachen en onaangename stiltes

Tekst door: Gabriel Mante

**E**r is niets meer awkward dan wanneer je een meme aan je vriend laat zien en hij niet lacht; er is ook niets meer awkward dan wanneer je een meme te zien krijgt en nep lacht. Je kent het wel. Memes, de hedendaagse vorm van humor die overheersend is op sociale media, kunnen zowel de krachtigste lijm als de meest subtiele slijtzwam zijn in sociale interacties. Het lijkt erop dat we in een tijdperk leven waarin memes culturele valuta zijn die ons verbinden en veel meer zijn dan alleen foto's of plaatjes. Wat maakt een meme nu eigenlijk grappig? Is het de herkenning van gedeelde ervaringen, de absurditeit van de afbeelding, of de onverwachte wending in de tekst? Hoe dan ook, de kunst van het memen lijkt een subtiele dans te zijn tussen gedeelde humor en het vermijden van ongemakkelijke stiltes.



In de wereld van memes is timing alles. Het is niet alleen belangrijk om de juiste meme op het juiste moment te laten zien, maar ook om te weten wanneer je moet stoppen met het herhalen van die ene hilarische meme die je ooit hebt gevonden. Een lach die te lang doorgaat, verandert al snel in een awkward stilte. Memes lijken soms op die ene vriend die te lang blijft hangen op een feestje - grappig in het begin, maar na verloop van tijd vraag je je af wanneer hij nu eindelijk vertrekt. Bovendien is er de universele ervaring van de neppe lach. Iedereen heeft wel eens een meme gezien die eigenlijk niet zo grappig was, maar uit sociale beleefdheid wordt er toch een geforceerde glimlach getoond. Het lijkt wel alsof we geprogrammeerd zijn om te reageren met een lach, zelfs als we de humor niet echt begrijpen. Dit fenomeen roept de vraag op: lachen we om de meme, of lachen we om het idee dat we moeten lachen?

Een ander aspect van memes is de gemeenschappelijke taal die ze creëren. Het delen van memes is als het uitwisselen van geheime codes die alleen begrepen worden door degenen die tot dezelfde online subcultuur behoren. Het is een vorm van communicatie die verder gaat dan woorden en vaak diepgeworteld is in internetcultuur en trends. Maar net zoals bij elke taal, kan er sprake zijn van miscommunicatie. Wat voor de ene persoon grappig is, kan voor de ander volkomen onbegrijpelijk zijn. Het risico op de ongemakkelijke situatie is dus altijd aanwezig.

De evolutie van memes lijkt parallel te lopen met de veranderingen in onze sociale interacties. In een wereld waarin digitale communicatie de boventoon voert, worden memes de bouwstenen van onze online conversaties. Maar met deze evolutie komt ook de uitdaging om de juiste balans te vinden tussen humor en ongemak. Het is een constante zoektocht naar de perfecte meme die niet alleen grappig is, maar ook de gemoedstoestand van het moment weerspiegelt.

In conclusie, de wereld van memes is complex en dynamisch. Het is een wereld waarin lachen en ongemak hand in hand gaan. Het vermogen om de juiste meme op het juiste moment te tonen, vergt niet alleen gevoel voor humor, maar ook een diep begrip van de sociale context. Memes zijn meer dan alleen afbeeldingen met tekst; ze zijn de spiegels van onze collectieve lach en het haperen van onze digitale conversaties. Dus, de volgende keer dat je een meme deelt of er een te zien krijgt, bedenk dan dat het meer is dan alleen een grappige foto - het is een kunstvorm die ons verbindt en soms ook in verlegenheid brengt.

# Futoshiki

Tekst door: Aniek van den Brink

3			<		<	
	∨					
					>	
∧						
			>			
∧	∧				<	
		∧				
4						

Dit is net even een andere puzzel dan normaal. Gelukkig zijn de regels simpel:

- Vul de vakjes zo in dat de getallen 1 t/m 5 één keer in elke rij en elke kolom staat
- De getallen moeten voldoen aan de vergelijkingstekens (groter/kleiner dan)

# Hitori

Tekst door: Aniek van den Brink

<b>2</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>2</b>
<b>2</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
<b>1</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>2</b>
<b>6</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>5</b>	<b>4</b>
<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>2</b>
<b>4</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	<b>5</b>

Nog een nieuwe puzzel! De regels zijn als volgt, de vakjes moeten ingekleurd worden zodat:

- Geen enkel getal meer dan één keer ongekleurd voor komt in een rij of kolom
- Twee ingekleurde vakjes elkaar niet horizontaal of verticaal aanraken
- De ingekleurde vakjes geen gebied afsluiten in het rooster (langs de rand of binnen het rooster)



# SUDOKU

Puzzel door: Charlotte van den Brink

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

Deze sudoku is iets anders dan een normale sudoku. Je moet namelijk in de grijze vakken ook de getallen 1 t/m 9 kloppend invullen. Dit maakt het iets moeilijker!

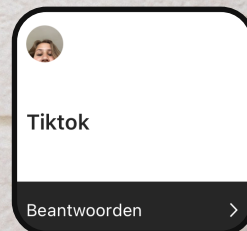
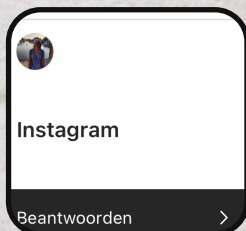
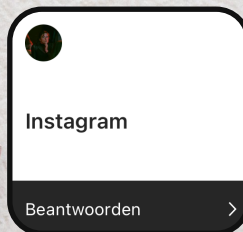
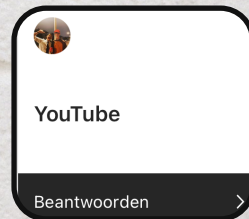
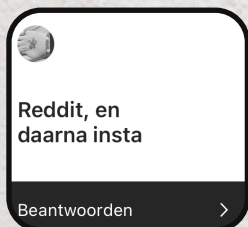
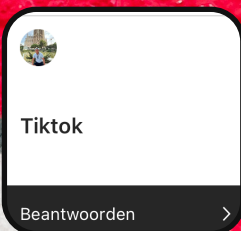
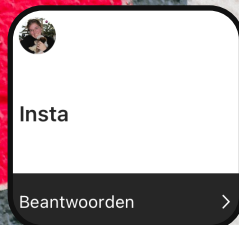
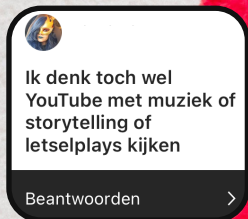
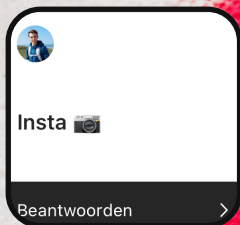
# SUDOKU

Puzzel door: Charlotte van den Brink

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

# Pleinvraag

Wat is jouw favoriete sociale media?







G  
A  
L  
A



2  
0  
2  
4





