

HvA CAMPUS NIEUWS



INDITNUMMER



6 ONZE OLYMPIËRS

Hoe combineren ze studeren met topsport?



9 HET GEHEIME LEVEN VAN VINGERAFDRUKKEN

Wat geven ze nog meer prijs?



10 GREEN KNOWLEDGE MILE

Hoe een slimme straat ook nog duurzaam wordt



12 SAMEN PROMOVEREN

Twee werelden in een onderzoek



Hoe word je **Docent van het Jaar?**



Over drie maanden wordt er weer een Docent van het Jaar gekozen. **Hoe zorg je dat jij bij de genomineerden zit?** Freke Heideman, docent aan de lerarenopleiding Biologie, behaalde de eretitel het afgelopen studiejaar en vertelt wat zij denkt dat haar een goede docent maakt:

- 1 'Ik heb Neurobiologie gestudeerd en daarna de lerarenopleiding gedaan. Daarna heb ik zeven jaar voor de klas gestaan: van VMBO-TL tot VWO. Dus ik ken de onderwijspraktijk goed en kan daardoor mijn lessen heel praktisch insteken. **Ik weet waar de knelpunten liggen als je voor de klas staat. Daar geef ik studenten concrete tips over.'**
- 2 'Wat studenten waarderen, is dat ik heel **toegankelijk** ben.'
- 3 'Ik gebruik veel **metaforen; die blijven hangen.**'
- 4 '**Wat ik vaak doe, is activerende werkvormen kiezen.** Bijvoorbeeld het Bloedsuikerspiegelspel. Dan spelen de studenten hormonen, glucose, de lever of de hersenen. Daar steken ze zoveel meer van op, dan wanneer ik gewoon over het onderwerp sta te vertellen.'
- 5 'Na afloop reflecteer ik altijd met de studenten op de werkvorm die we hebben geprobeerd. Op deze manier worden deze lessen heel bruikbaar voor hun toekomstige beroepspraktijk. **Zo leren ze zelf hun onderwijs activerend te maken, in plaats van zomaar te doen wat er in het boek staat.'**

Samen met een talentcoach een 'personal branding' creëren en een interactief cv maken?

Daarvoor kunnen studenten terecht bij de Young Talent Factory (YTF): het 'uitzendbureau 2.0' dat in september de deuren aan het Wibauthof heeft geopend. **YTF heeft als doel studenten te helpen bij hun professionele ontwikkeling.**

Door coaching, feedbacksessies en assessments krijgen studenten (beter) inzicht in hun persoonlijke en unieke talenten. Daarnaast leren ze zich op een eigentijdse manier te presenteren aan werkgevers: van multinational tot start-up. Ook organiseert Talent Factory evenementen zoals pitches, stage-markten, speeddates, trainingen en netwerkborrels, waar studenten met bedrijven en organisaties in contact kunnen komen.

ytf.nl



Young Talent Factory

Lantaarnpalen helpen je meer bewegen

Hoe kunnen wij ervoor zorgen dat meer mensen gaan bewegen in het Oosterpark? Die vraag kregen studenten van de minor Digital Life van de Gemeente Amsterdam. Zij ontwikkelden een app die mensen stimuleert meer te bewegen. **Bestaande beweeg-apps zijn vaak gericht op prestatie, maar deze app motiveert en verleidt om meer te gaan bewegen** en is afgesteld op persoonlijke doelen, niveau en omstandigheden. **Via beacons (sensoren die communiceren met je mobiele telefoon) aan de lantaarnpalen in het Oosterpark krijgt de gebruiker gepersonaliseerde berichten.** Als hij bijvoorbeeld langs een bankje loopt, hoort hij dat dit een mooie plek is om een warming-up te doen. In de app ziet hij dan een video met een oefening. De gebruiker wordt getriggerd de oefeningen te doen, doordat een behaald doel een beloning oplevert, zoals een gratis gezond drankje of korting op een salade bij een restaurant in de buurt. **Alle facetten van de app zijn door studenten ontwikkeld:** van de geprogrammeerde oefeningen tot de filmpjes, de app en de server. In een jaar tijd zijn er meer dan 350 studenten betrokken (geweest). hva.nl/bambea

UITGEKLEEDBYAMFI



AMFI zoekt de verbinding tussen mode en de maatschappij en focust zich op draagbare mode. Wat zijn eigenlijk de achtergronden van de trends die we zien op straat en op de campus?

Sara draagt haar Reebok Classic-sneakers. Dit model is gemaakt van leer en werd in eerste instantie in 1983 op de markt gebracht als hardloopschoen. Hij werd echter al snel razend populair onder modebewuste mannen en vrouwen en gedragen op gelegenheden variërend van de sportschool tot de werkvloer. Rond het begin van de jaren '90 raakte de Reebok Classic door de komst van onder andere de Nike Air en Adidas Superstar in de vergetelheid. Maar eind 2015 waren de Reebok Classics weer terug; te bewonderen aan de voeten van de fashionable Britse jeugd. In maart dit jaar presenteerde rapper Kendrick Lamar een eerbetoon aan deze sneaker in het museum Tate Modern waarin bekende Britse modeontwerpers (waaronder Agi & Sam, Holly Fulton en Alex Mullins) hun look op de sneakers hadden gebaseerd. Dit bewijst dat er eindeloos mee valt te combineren. Samen met een gescheurd t-shirt bijvoorbeeld, geven ze een casual smaakje aan een nette broek. De perfecte balans tussen comfort en stijl in combinatie met het androgyne ontwerp maakt deze classic helemaal de schoen van nu.

Door: Marjolijn Oostermeijer, 1e jaars student International Fashion and Branding.
Marjolijn is geïnteresseerd in kunst en cultuur en de rol die mode daarin speelt.

Op de foto: medestudent Sára Hrotkó (1e jaars student International Fashion and Branding)



COMMON ROOM KOHNSTAMMHUIS



VENAE



BOOT

Campus Gezondheid en Campus Sport en Voeding

- Op de daken van het Dr. Meurerhuis en het Nicolaes Tulphuis zijn 525 zonnepanelen per dak aangebracht. De aanleg van deze zonnepanelen maakt onderdeel uit van een HvA-UvA initiatief om de panden te verduurzamen op vijf verschillende plekken in de stad. Gezamenlijk beslaan de panelen de oppervlakte van de Dam, en leveren energie voor 200 huishoudens.
- Het onderkomen van studievereniging Venae van de faculteit Gezondheid is onlangs vernieuwd en opgefrist. Doel is het aantrekkelijker maken van de studievereniging, zodat ze verder kan groeien.

Amstelcampus

- Op de begane grond van het Kohnstammhuis – de plek waar voorheen Canon Copyshop en Athenaeum Boekhandel gevestigd waren – is deze zomer de 'Common Room' ingericht. Hier hebben studie- en studentverenigingen een eigen plek op de campus gekregen. Dit vergroot de zichtbaarheid van, en het contact tussen, de verenigingen.
- De centrale locatie van de Buurtwinkel voor Onderwijs, Onderzoek en Talentontwikkeling (BOOT) vind je vanaf nu op de 12e verdieping van het Wibauthuis, kamer 12A12.
- Sinds eind oktober stelt BOOT haar 'best practices' tentoon op de 1e etage van het Wibauthuis, in de audio-/videotour 'Ontmoet de Stad'.
- Het Juridisch Spreekuur (HJS) is deze zomer verhuisd naar het Muller-Lulofshuis. Naar de tweede verdieping, kamer 02A08.

Leeuwenburg

Ook in de Leeuwenburg is een Common Room geopend. Daar kan gestudeerd worden, maar verenigingen en studenten kunnen daar ook activiteiten organiseren. De ruimte is met weinig middelen opnieuw ingericht; met een frisse kleurstelling en comfortabel maar strak meubilair. 'Overleggen, socializen en werken in een prachtige eigen ruimte. Wij zijn er blij mee!' aldus enkele studenten.

Heb jij ook nieuws over jouw campus? Laat het ons weten via amstelcampus@hva.nl

Wie heeft de beste Researchpitch?

Om de relevantie van het toegepaste onderzoek van de HvA nog eens te onderstrepen, heeft de HvA de jaarlijkse Research Awards in het leven geroepen. Welk onderzoek heeft het meeste impact? En welke medewerker en welke student doet de beste researchpitch? We komen het te weten op 7 december tijdens de finale. Deze twee kandidaten namen deel aan de halve finale. Ook al hebben ze de finaleplaatsen niet mogen behalen, geven ze ons toch graag inzicht in hun onderzoek.

Guido Jansen
Student Informatica en medewerker Citizen Data Lab
Heeft gepitcht: afstudeerscriptie en vervolgonderzoek voor Citizen Data Lab



Fadie Hanna
Docent PABO en Universitaire PABO
Heeft gepitcht: Gezamenlijk onderzoek met UvA en ASKO, een Amsterdamse onderwijsstichting



‘Hoe kunnen we data uit de wijk dichterbij de mensen brengen?’

‘HvA heeft een nieuwe ambitie, maar begeleidt onderzoek nog op een oude manier’

‘Voor mijn afstudeerscriptie heb ik in opdracht van Citizen Data Lab en de Gemeente Amsterdam de website Buurtinzicht ontwikkeld. Citizen Data Lab en de gemeente willen dat de bewoners meer eigenaarschap voelen over de stad en hun wijk, en zelf problemen kunnen oplossen. Om dat te stimuleren is het van belang dat data over de wijk een stuk toegankelijker worden. Buurtinzicht moet een website worden waar je die data kunt vinden.

Deze data zijn afkomstig uit het Basisbestand Gebieden Amsterdam, waarin de gemeente sinds 2005 allerlei informatie over alle wijken verzamelt. Het zijn heel veel data, verzameld voor en door experts, maar voor gewone bewoners niet echt begrijpelijk en toegankelijk. Het is een Excel-sheet met zo’n 500 kolommen. En wat betekent het als er staat ‘Wwb trede 1 en 2’? Ik ben aan het onderzoeken hoe we deze data dichterbij de mensen kunnen brengen.

Daarnaast ben ik aan het onderzoeken of mensen dit soort informatie ook nuttig vinden. Ik doe dat door een sentimentanalyse op Twitter. Ik kijk wat de mensen op Twitter bezig houdt. Waar wordt veel over gesproken? Kunnen we hier onderwerpen uithalen? Ik breng vraag en aanbod van informatie over de wijken in kaart.’ ◀

‘Onderzoek moet impact hebben op de beroepspraktijk, maar we zien dat die impact in de praktijk nogal tegenvalt. Wij hebben daarom onderzocht hoe de onderzoeksbegeleiding zo kan worden vormgegeven dat meer afstudeeronderzoeken impact hebben op de beroepspraktijk, én natuurlijk voldoen aan de criteria van de opleiding.

Wij hebben hiervoor een jaar lang vier afstudeeronderzoeken gevolgd. Onze conclusie is dat het goed is om de opdrachtgever als partner bij het onderzoek te betrekken. Nu gaat de student naar een bedrijf of organisatie en vraagt om een probleem en daarmee houdt de inbreng van de praktijk op. Wij stellen voor om de opdrachtgever continu te betrekken. Te bespreken welke literatuur relevant is, wat de data betekenen of wat de conclusies van het onderzoek kunnen betekenen voor de opdrachtgever.

Door deze dialoog krijgt het afstudeeronderzoek veel meer betekenis voor de opdrachtgever. Ook adviseren wij om dit thema op te nemen in het beoordelingsformulier. Nu is dat teveel gericht op afstudeervaardigheden. HvA heeft een nieuwe ambitie, maar zit nog vast in de oude begeleidingsvorm van afstudeeronderzoek. Met dit onderzoek willen wij de discussie te starten.’ ◀



GOVERT VIERGEVER
ROEIEN, 4 ZONDER STUURMAN
BEHAALDE 5DE PLAATS

Onze Olympiërs

Hoe combineren ze studeren en topsport?

Maar liefst 15 van de Nederlandse atleten die meededen aan de Olympische Spelen deze zomer studeren aan de HvA. Wij spraken met roeier [Govert Viergever](#) en hockeyster [Kitty van Male](#). Hoe combineren ze HvA met topsport? Topsportcoördinator [Dennis van Vlaanderen](#) vertelt hoe de HvA bijdraagt aan de ontwikkeling van Amsterdam als topsportstad.

Govert Viergever: 'De Olympische Spelen waren een onvergetelijke ervaring. Zelfs al had ik mij er een voorstelling van kunnen maken hoe fantastisch het zou zijn, dan overtrof het die verwachtingen nog steeds. Het is het grootste evenement ter wereld. Punt. Iedere venue lijkt wel een complete stad. En dat jij daar als atleet de hoofdact bent; dat vond ik helemaal bijzonder.'

We kwamen om een medaille te halen en dat is niet gelukt. Maar op het hoogste niveau zijn de verschillen nu eenmaal heel klein. En je moet toch je meerdere erkennen in een ploeg die beter is. Maar die nuance

had ik absoluut niet meteen te pakken, hoor. Het is inherent aan de Spelen dat het moment dat je over de finish komt, je pas over vier jaar weer mag. Er zit dus een ingebouwde melancholie in. Aanvankelijk was ik enorm teleurgesteld. Maar toen ik later de journalisten en fans sprak en de lovende reacties op de sociale media las, kreeg ik wel door: het is eigenlijk heel speciaal. En dan 's avonds, gaat de partyfase in.

Ik studeer Sport, Management en Ondernemen. Het voordeel: de leraren zijn erg sportminded en betrokken. Als ik op trainingskamp moest, kon ik op een ander moment een toets of les inhalen.

'Als sporter wil je geen stress van een zeurende opleiding'





KITTY VAN MALE
HOCKEY DAMES
BEHAALDE ZILVER

Ik had ook een begeleider vanuit het Topsport-programma en ik mocht een jaar langer studeren. Dat soort zaken geven je rust. Als sporter heb je al stress genoeg; je wilt geen stress van een zeurende opleiding. Op de campus van de opleiding Sport, Management en Ondernemen zit een sportschool. Als ik in tijdnood kwam, kon ik daar trainen. Wat ik ook fijn vond aan de HvA, is dat alles erop is ingericht dat je gezond moet kunnen eten. Het is een relaxte omgeving om te kunnen presteren.

September 2015 begon het laatste jaar voor de Olympische Spelen. Dat hele jaar is het erop of eronder; dan moet je je plek op de Spelen veilig stellen. Aanvankelijk heb ik mijn studie op een lager pitje gezet. Maar het moment dat ik hoorde dat ik daadwerkelijk was geplaatst voor de Spelen, veranderde dat. Toen heb ik in de laatste zes maanden nog stevig aan mijn studie getrokken. Op trainingskampen verveel je je toch een ongeluk, dus het was lekker dat ik mijn studie had. Toch had ik er in de allerlaatste weken voor Rio geen tijd en energie meer om te studeren. Mijn studiebegeleider haalde mij over om mijn rust te pakken.

Ik ben nu mijn scriptie aan het afronden. Daarna ga ik voor Tokyo 2020. Mijn studie zag ik als iets voor na mijn Olympische carrière, maar misschien ga ik nu toch al ondernemen; naast het roeien. Je moet het zo zien: als je jezelf ten doel stelt dat je een van de beste van de wereld wilt worden en je haalt het; dat geeft zo'n goed gevoel over jezelf. *Als dit me lukt, kan ik alles.* Dat is het meest waardevolle wat ik aan de Olympische Spelen heb overgehouden.' ◀

Kitty van Male: 'Enerzijds ben ik heel trots dat ik op de Olympische Spelen heb gestaan, anderzijds vind ik het nog steeds zuur dat het zilver is geworden. Sinds de Spelen ben ik vooral stage aan het lopen; in januari sluit ik weer aan bij het Nederlands team. Ik wil nog wel door tot het WK.'

De combinatie studeren en topsport vind ik wel pittig. Het is fijn dat het kan en dat ik zelf met mijn lessen kan schuiven, maar het blijkt toch heel lastig om tentamens te verschuiven. Ik moet ze gewoon maken op de dagen dat ze worden aangeboden. Dus als ik er dan niet ben, moet ik de herkansing maken.



'Ik ben een beetje de eeuwige student, maar voor mij is dat de goede manier'

Toen ik in 2010 begon met mijn studie, speelde ik al voor Oranje. Om het jaar schrijf ik me uit bij mijn studie: in het jaar van de Olympische Spelen en van het WK. In die jaren train ik 9x per week. Ik vind het dan echt te duur om een fulltime studie te betalen, terwijl ik maar een dag per week naar school kan. Dan kan ik me beter focussen op het sporten. Ik ben daardoor wel een beetje een eeuwige student, ja. Maar voor mij is het de goede manier, omdat ik allebei goed wil doen.

We hebben dit half jaar vanuit het Nederlandse team meer ruimte gekregen om ons op onze studie te

focussen. Het stagejaar is het moeilijkste te combineren met topsport, dus ik pak nu mijn kans. Ik loop stage bij Rotterdam Sport Support, allemaal verschillende projecten om minder bededen te ondersteunen en meer te laten sporten. Na een brief aan de Examencommissie kon ik mijn stage-uren uit mijn tweede jaar toevoegen aan mijn derdejaarsstage. Dat is wel bijzonder; eigenlijk mag je je derde jaar niet beginnen als je tweede jaar niet af hebt. Daarin hebben ze wel

echt meegedacht. Ik heb nog geen gebruik gemaakt van de fitness aan de Wibautstraat, maar ik vind het wel fijn dat het er is. Wat ook fijn zou zijn: als er voor de topsporters slaapkamers/rustruimtes waren. Wij moeten als hockeyers iedere middag anderhalf uur onze rust pakken: een boekje lezen of slapen. Toevallig wonen mijn ouders vlakbij en doe ik dat dagelijks bij hen. Maar als zij niet vlakbij woonden, zou ik zo'n rustruimte wel nodig hebben.' ◀

DENNIS VAN VLAANDEREN TOPSPORTCOÖRDINATOR



'We hebben zo'n 200 topsportstudenten; verspreid over de hele HvA'

Dennis van Vlaanderen: 'Zeventien jaar geleden begonnen we voor topsporters met de Johan Cruyff University – nu de Johan Cruyff Academy. Daar kon je onder begeleiding commerciële economie studeren. Maar gaandeweg wilden we topsportstudenten meer studiekeuze geven. Toen hebben we de Topsport Academie Amsterdam (TAA) opgericht en nu kan een topsporter in principe iedere studie kiezen die hij of zij wil. Inmiddels hebben we zo'n 200 topsportstudenten verspreid over de hele HvA, in meer dan 40 studierichtingen.

Topsport combineren met een studie vraagt om informeel en formeel maatwerk. Het informele maatwerk zijn de regelingetjes waarbij je geen officiële toestemming hoeft te vragen, zoals een uurtje eerder weg of schuiven met je lessen. Dat bespreek je met je docent of studietoestel. Het formele maatwerk zijn de meer officiële aanpassingen, zoals het op afstand maken van toetsen. Hierover krijgt de topsporter advies van de studentendecaan. Daarnaast heeft iedere faculteit een topsportcoördinator. Deze zes topsportcoördinatoren vormen samen met een studentendecaan en een examencoördinator het Kernteam TAA. Dit team ervoor dat de hele HvA hetzelfde beleid voert op topsportgebied.

Natuurlijk onderhoudt de HvA ook contact met het NOC*NSF en de sportbonden; om hen duidelijk te maken wat wij als Topsportacademie doen en hoe wij topsporters opleiden om zowel op onderwijs- als sportgebied hun mogelijkheden optimaal te benutten.

Met onze aanpak sluiten wij aan op de ambitie van de Gemeente Amsterdam, om topsportstad te worden. Hiervoor nodigt het Centrum voor Topsport & Onderwijs (CTO) toptalenten uit om in Amsterdam te komen trainen in een aantal bondgestuurde programma's: o.a. damesvoetbal, honkbal, zwemmen, roeien. Om te zorgen dat deze topsporters ook kunnen kiezen voor een opleiding die ze willen, werken Caland Lyceum (voortgezet onderwijs), ROC Amsterdam, HvA, de UvA en de VU samen met het CTO. En we zorgen ook dat ze kunnen doorstromen van de ene onderwijsvorm naar de andere.' ◀



Het geheime leven van vingerafdrukken

Met 700 foto's van kussenslopen keerde HvA-onderzoeker Anouk de Ronde terug van het muziekfestival Lowlands. Op de kussenslopen vingerafdrukken van zo'n 150 festivalbezoekers. Het begin van een omvangrijk onderzoek – samen met het Nederlands Forensisch Instituut (NFI), de Politieacademie en TU Delft – naar hoe er meer informatie uit vingerafdrukken kan worden gehaald.

‘Nu kijken opsporingsdiensten alleen naar de lijnen in een vingerafdruk’, vertelt Anouk. ‘Ik kijk ook naar de stand van de vingerafdrukken en hun positie op het voorwerp, waar ze worden achtergelaten. Vanuit het idee: als je bier drinkt, laat je andere vingerafdrukken achter op het flesje, dan als je ermee slaat.’ Anouk werkt samen met collega Ward van Helmond, die onderzoek doet naar de chemische samenstelling van vingerafdrukken. En wat die ons kan vertellen over wat de verdachte heeft gegeten, gedronken of gebruikt. Als je veel Cola Light drinkt bijvoorbeeld, leidt de afbraak van aspartaam tot een hoge concentratie fenylalanine (een aminozuur) in je vingerafdrukken. Voor zowel Anouk en Ward is dit promotieonderzoek voor het lectoraat Forensisch Onderzoek.

Het smoren van een pop

Op Lowlands hebben 150 proefpersonen twee verschillende handelingen verricht met een kussensloop: het smoren van een pop versus het verschonen van een kussen. ‘De proefpersonen kregen verf op hun vingers en wij kijken of er verschil te zien is tussen vingerafdrukken op de kussenslopen waarmee ze de pop hebben gesmoord of die ze hebben verschoond.’ Aan Wards onderzoek deden zo'n 450 festivalgangers mee. Zij gaven vier vingervegen af en vulden een vragenlijst in met vragen over hun gebruikelijk eet- en drinkpatroon, maar ook wat ze in de afgelopen 24 uur hadden gegeten, gedronken of gebruikt.

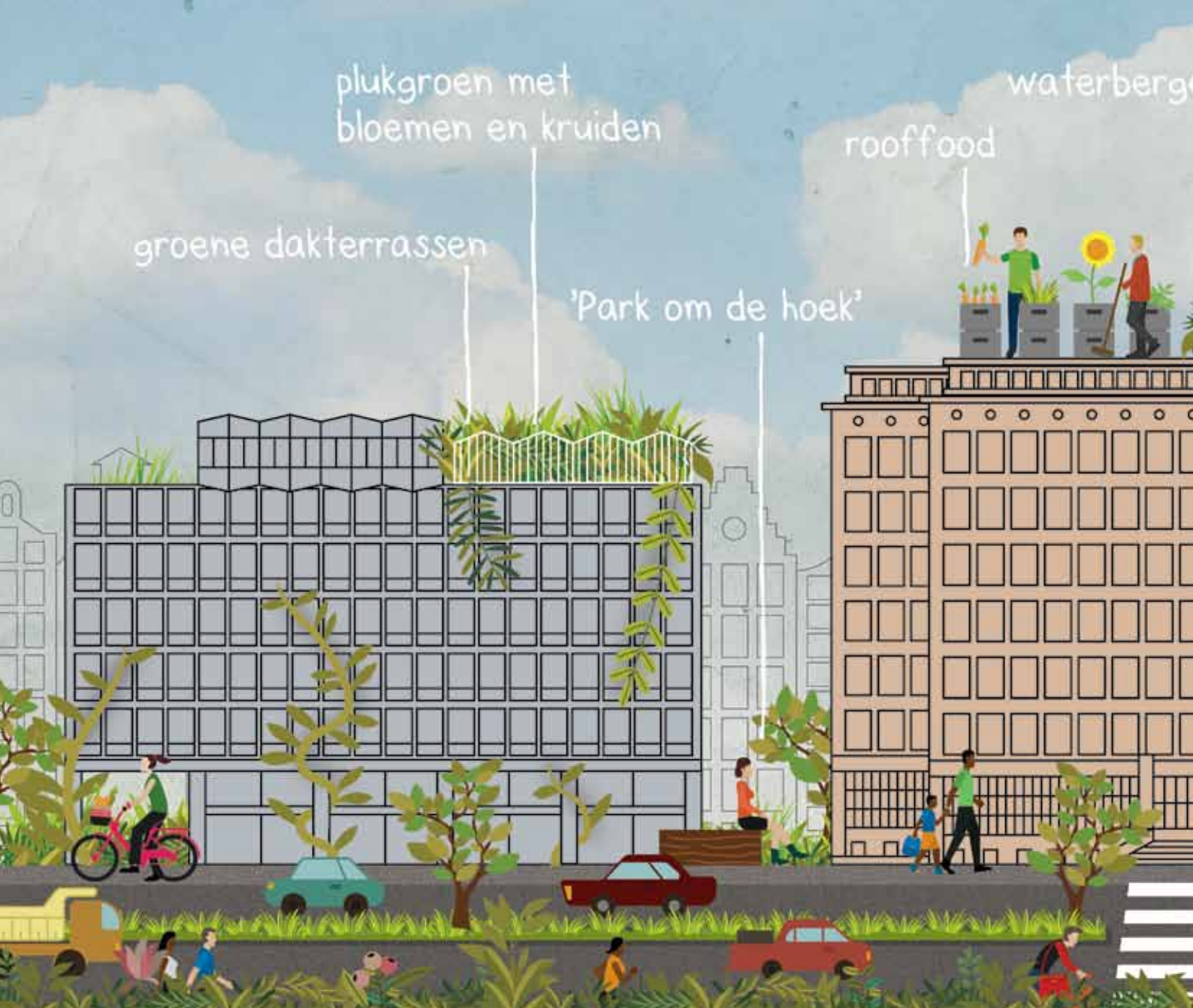
Lading messen

Op Lowlands zag Anouk eigenlijk al meteen verschil tussen de stand van de vingerafdrukken. Maar nu moet ze de 700 foto's gedetailleerd analyseren om dit met statistieken hard te maken, zodat de stand van de vingerafdrukken straks als bewijs kan worden gebruikt in rechtszaken. Maar waarom heeft Anouk eigenlijk voor kussenslopen gekozen? Flesjes genoeg op Lowlands... ‘Een plat vlak, zoals

een kussensloop, is veel makkelijker te fotograferen. Ik moet eigenlijk nog een werkwijze ontwikkelen voor een mes of een flesje. Bovendien wilden we iets doen wat wel veilig is. Iets kapotslaan met een flesje of een lading messen meenemen naar Lowlands is niet het beste idee.’

Hand modelleren

Maar dit is wel de volgende fase van het onderzoek. ‘Op de HvA doe ik onderzoek met stagiaires, naar het gebruik van een mes, flessen of een schroevendraaier. Wij draaien nu de eerste proefjes om te kijken of er überhaupt verschil te zien is. Als dat zo is, komen deze na de kussenslopen aan de beurt.’ In de nog verdere toekomst wil Anouk misschien wel op basis van vingerafdrukken modelleren hoe die hand stond. Maar voorlopig is ze nog bezig de 700 foto's te analyseren. Zowel Anouk als Ward verwachten volgende zomer hun onderzoek te kunnen publiceren. ◀



plukgroen met bloemen en kruiden

waterberg

rooffood

groene dakterrassen

'Park om de hoek'

GROENE DAKEN

Langs de Knowledge Mile zijn al meerdere groene daken te vinden, o.a. op ZOKU, het Benno Premselahuis en Casa 400. Deze daken zijn publiek toegankelijk. Bovenop ZOKU is er plukgroen met bloemen en kruiden en er zoemen bijen rond.



GROENE GEVELS

De gebruikers van het Metropoolgebouw - waar ZOKU ook zit - onderzoeken samen met De Gezonde Stad hoe ze de gevel en de stoep kunnen vergroenen. Dat kan variëren van plantenbakken tot hangende tuinen en pergola's boven de stoep.



end dak

Green Knowledge Mile



De Knowledge Mile wordt behalve slim ook groen. Het barst van de ideeën en initiatieven van ondernemers en bewoners om de daken, muren en straten te vergroenen. Daarmee komt een van de doelstellingen, namelijk om bij te dragen aan duurzaamheid, tot bloei.



GROENE PILAREN

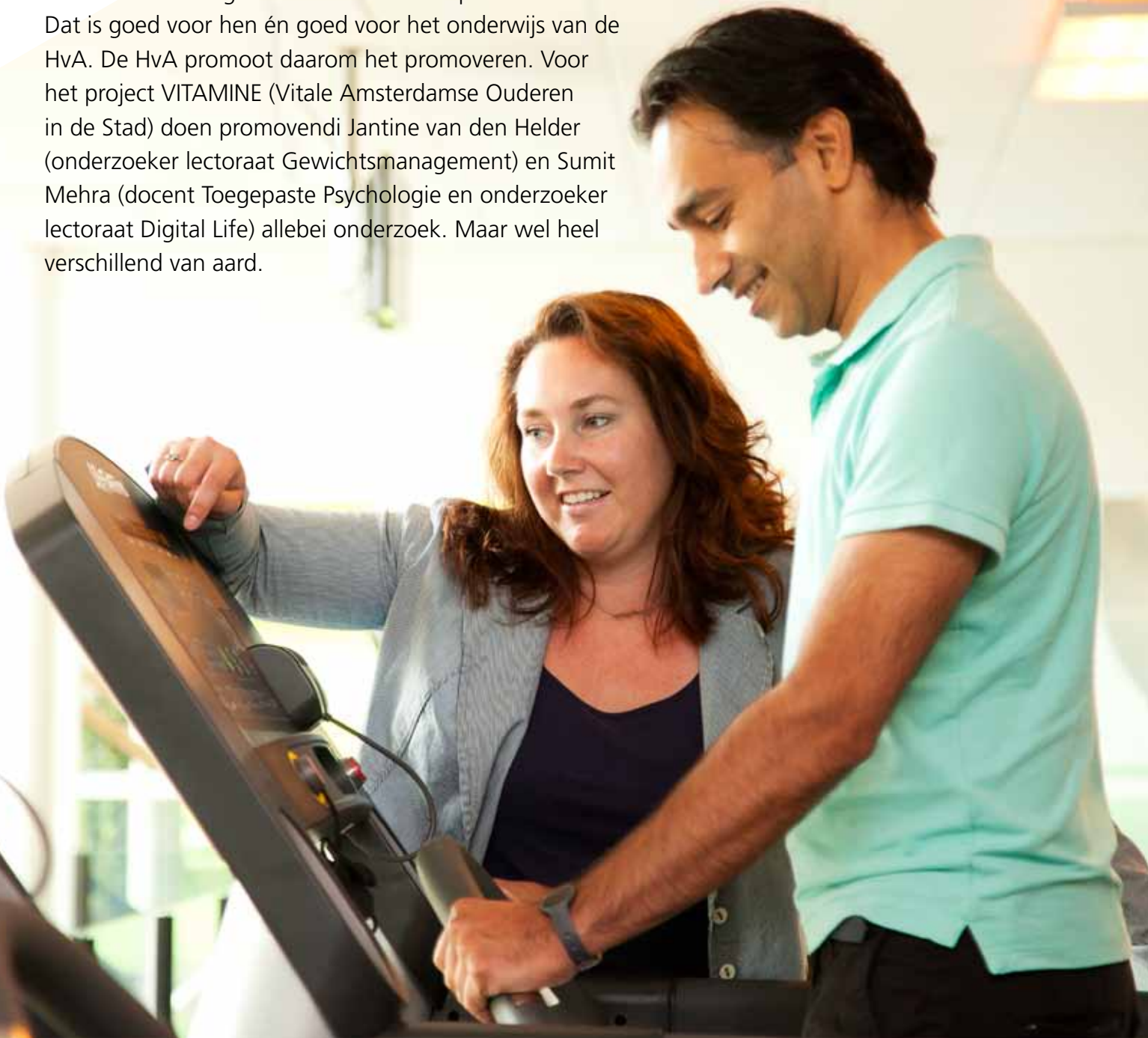
Langs de Weesperstraat staan meerdere gebouwen met pilaren (40 stuks) op vaste afstanden van elkaar. Als daar groen omhoog kan klimmen ontstaat er een mooie groene allee. Ook werken bewoners op drie plekken langs de Wibautstraat aan hun eigen 'Park om de hoek'.

WATERBERGING

Het HvA Benno Premselahuis heeft een groen, waterbergend dak. Het daklab is een experimenteerplek met een munt- en kruidentuin ('rooffood') en vele slimme toepassingen waarmee onderzoek wordt gedaan hoe we de stad groener, leefbaarder en klimaatbestendiger kunnen maken.

'Wij zijn **twee werelden** in één

Steeds meer collega's van de HvA willen promoveren. Dat is goed voor hen én goed voor het onderwijs van de HvA. De HvA promoot daarom het promoveren. Voor het project VITAMINE (Vitale Amsterdamse Ouderen in de Stad) doen promovendi Jantine van den Helder (onderzoeker lectoraat Gewichtsmanagement) en Sumit Mehra (docent Toegepaste Psychologie en onderzoeker lectoraat Digital Life) allebei onderzoek. Maar wel heel verschillend van aard.



onderzoek'

Sumit: 'In Nederland loopt al dertig jaar het programma "Meer bewegen voor ouderen". Dat is een programma waarbij ouderen één keer per week naar een gymles gaan.'

Jantine: 'Maar een uurtje gym per week is natuurlijk te weinig. Ouderen halen hun beweegnorm nauwelijks. Zeker niet in Amsterdam, als ze drie hoog achter wonen met een trappetje. De beweegnorm is: vijf keer in de week een half uur matig intensief bewegen (bijvoorbeeld een stevige wandeling). Plus twee keer per week krachttraining voor ouderen.'

S: 'Dus het simpele advies is: vaker trainen. Maar dat is makkelijker gezegd dan gedaan voor ouderen. Gymles kost geld. En het kost geld en energie om daarheen te reizen. Daarom bedachten we: als ze nou eens thuis gaan trainen; aanvullend op de gymles. Dat kan ook!'

J: 'We hebben een training ontwikkeld, die ze met huis-, tuin- en keukenmaterialen kunnen doen.'

S: 'Dat betekent dat je bijvoorbeeld krachttraining doet met een halfvolle boodschappentas in plaats van een halter, slalomt tussen voorwerpen op de vloer, of bijvoorbeeld het keukenkastje in- en uitruimt. Oefeningen waar de ouderen echt iets aan hebben in het dagelijks leven.'

J: 'Daarnaast hebben wij voor de ouderen een voedingsinterventie ontwikkeld: een eiwitrijk dieet dat het verlies van spieren tegengaat. Wij proberen dit met voedingsmiddelen te doen die je gewoon bij

de supermarkt koopt, in plaats van voedingssupplementen uit zakjes. Dat houdt in dat je als ontbijt in plaats van een boterham een bakje kwark eet, met muesli en fruit. Ook eieren, volkorenbrood, peulvruchten, soja-producten en andere zuivelproducten zijn eiwitrijk. Vleeswaren zijn natuurlijk de grootste bron.'

S: 'Een thuistrainingsprogramma heeft zo zijn voordelen, maar is best moeilijk om vol te houden. De sociale functie die de gymles heeft, ontbreekt thuis en soms is er daardoor een lage motivatie. Wij onderzoeken of je dit kunt oplossen door een ICT-functie toe te voegen. Als ouderen op een tablet hun eigen oefeningen kunnen selecteren, instructiefilmpjes kunnen bekijken en met een trainer kunnen skypen, houden ze het dan langer vol?'

J: 'Wat interessant is, is dat Sumit en ik ons in twee totaal verschillende onderzoekswerelden bevinden. Maar wij leren elkaars taal wel steeds beter spreken. Mijn doel binnen dit onderzoek is, bijvoorbeeld, om aan te tonen of de interventies effect hebben op het fysiek functioneren van de ouderen. Hiervoor draai ik een gerandomiseerde effectstudie (randomised controlled trial, RCT), waarmee wij het effect van onze interventies kunnen aantonen.'

S: 'Een RCT is een behandeling toepassen op één groep en niet op de andere groep. Van beide groepen meten we aan het begin hoe fit de deelnemers zijn. En na een half jaar meten we weer; om te kijken wat het effect is.'

J: 'En dan hopen we dat de deelnemers van de groep die de behandeling krijgt, minder achteruit zijn gegaan. Wij hebben de 240 mensen in deze effectstudie, deze keer opgesplitst in drie groepen: de controlegroep (doet gewoon de wekelijkse gymles), de tweede groep krijgt de bewegingsinterventie, de derde de beweging- en de voedingsinterventie. Wij denken natuurlijk dat combinatie voeding en bewegen het meeste effect heeft.'

URBAN VITALITY

Het onderzoek VITAMINE valt onder het speerpunt Urban Vitality, en is faculteitoverstijgend en interdisciplinair. Deelnemers zijn: de vier lectoraten Fysiotherapie, Oefentherapie, Digital Life en Gewichtsmanagement, die vallen onder de faculteiten Gezondheid, DMCI en BSV. De lectoren begeleiden twee promovendi en drie andere onderzoekers.

S: 'Jantine zit in een wereld waar RCT's de gouden standaard zijn, maar deze vorm van onderzoek is relatief traag. Voor ontwikkelingen die snel gaan, zoals de ICT, té traag. ICT'ers zoals ik, zijn gewend te werken met trial en error. Als het ene niet werkt, proberen we wat anders.'

J: 'Dus als wij merken dat de Skype-knop duidelijker kan, wil Sumit dit meteen verbeteren. Maar ik heb er belang bij dat mijn onderzoeksdata niet vervuilen, doordat de context ineens verandert. Toevallig vonden wij dat die Skype-knop wel veranderd mocht worden, maar ineens de ouderen een activity tracker aanbieden, gaat niet.'

S: 'Dus als ik grotere dingen wil veranderen, doe ik dat in kleinere, iteratieve parallelstudies.'

J: 'Wij hopen dat als we klaar zijn, dat de app en de aanpak wel echt de maatschappij in kunnen. Dat ouderen dit thuis kunnen gaan doen.' ◀



Eilanden in een oceaan van gebouwen

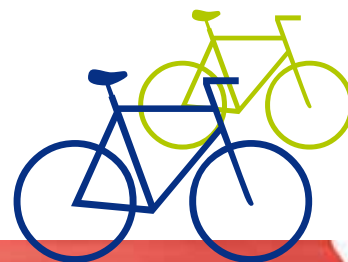
Het Daklab op het Benno Premselahuis was op 9 september één van de decors van dakfestival ROEF. Naast de HvA namen zeven andere bedrijven en instellingen deel als host voor het evenement. **Ieder dak had een eigen programmering.** Zo kon je op het dak van de Theaterschool een molecuulair ijsje proeven bij muziek van singer-songwriters. Volkshotel nam het publiek mee naar de Badplaats, met hottubs en verrekijkers. En bij Zoku kon je een balletje roof-pingpong slaan.

Op het Benno Premselahuis stond de 3D-bodyscanner van het Fashion Technology Lab en werd het Hemelswaterbier geschonken, gemaakt van regenwater dat is opgevangen op de Amstelcampus. Een dj maakte er een feestje van. **Het uitverkochte ROEF telde ruim 1000 deelnemers, waarvan er zeker 300 à 400 op het dak van het Benno Premselahuis geweest zijn.** Het festival heeft daarmee in- en uitzicht geboden op het daklandschap van de Weesper- en Wibautstraat, maar bezoekers tevens laten kennismaken met de veelzijdigheid van de HvA. In alle opzichten dus voor herhaling vatbaar!

Conradhuis wordt niet meer gerealiseerd

De HvA ziet definitief af van de realisatie van het Conradhuis. Hiertoe heeft het College van Bestuur begin november besloten, mede gehoord het advies van de Centrale Medezeggenschapsraad. De afgelopen maanden is de bouw van het Conradhuis, gepland voor 2018 als laatste nieuwbouwpand op de Amstelcampus, heroverwogen. In dat kader zijn alternatieve scenario's voor het huisvesten van studenten en medewerkers onderzocht. Uit het onderzoek blijkt dat ook zonder het Conradhuis de hogeschool alle onderdelen van de organisatie goed onderdak kan bieden. Uitgangspunt is en blijft daarbij om faculteiten en ondersteunende diensten zo optimaal mogelijk te huisvesten, maar tegelijkertijd zo efficiënt mogelijk met de beschikbare ruimte om te gaan. Dit kan onder andere door de bezettingsgraad te verhogen, waarbij optimalisatie van de roostering een belangrijke rol speelt. Het komende half jaar worden de huisvestingsscenario's verder uitgewerkt, waarmee eventuele verhuisbewegingen voor iedereen helder zullen zijn voor de zomervakantie.

Promotiedag voor de fietsenkelder



Terwijl de fietsnietjes op straat uitpuilen, **staat de fietsenkelder onder het Wibauthuis bijna leeg.** Hoe kan dat nou? En vooral, wat kun je er tegen doen? Een aantal studenten van de minor Inspirerend Leiderschap, zocht naar de antwoorden op die vragen. **Uit een enquête bleek dat studenten en medewerkers onvoldoende op de hoogte zijn van het bestaan van de fietsenstalling.** Daarnaast vonden ze het gewoon makkelijker in een nietje te stallen, ook omdat je voor de fietsenkelder een pasje nodig hebt. Na de enquête hebben de studenten een bijeenkomst georganiseerd met belanghebbenden zoals ondernemers, gemeente en de omgevingsmanager van de Amstelcampus. Verschillende oplossingen zijn besproken, zoals het mogelijk weglaten van de pasjes. Dit leertraject sloot af met een promotieperiode voor de fietsenkelder, waarbij er een rode loper leidde naar de stalling. **Het heeft er in geresulteerd dat de kelder nu zonder pasje toegankelijk is en duidelijker zichtbaar is in het straatbeeld.** Een nieuwe lichter studentengaat komend jaar verder met dit leertraject.

Yara Said (links) en Ester Steenwinkel



Design-studenten 'get real'

Ester Steenwinkel (docent Product Design) en Yara Said (ontwerper bij The Refugee Company) deden samen een project met vierdejaarsstudenten Product Design. Opdracht was om voorwerpen te ontwerpen die het alledaagse bestaan van vluchtelingen in de asielzoekercentra (AZC's) dragelijker maken.

Ester Steenwinkel gaf leiding aan het project:

'De studenten vonden het heel spannend om Yara te ontmoeten. Zij hadden een beeld bij vluchtelingen van gezinnen en ouderen waar je moeilijk mee kan praten. En ineens zat daar deze leuke meid. Zelfde leeftijd, zelfde interesses, vloeiend Engels. Het klikte meteen. Maar het project was wel een uitdaging, hoor. Want van het bureaucratische COA (Centraal orgaan Opvang Asielzoekers), mag je niets. De studenten bedachten allerlei oplossingen, maar altijd was er wel iets tegen de regels. We spraken dus veel met de studenten over het omzeilen van die regels. Zo'n vijftig studenten deden er mee. De ene groep hield zich bezig met de privacyproblemen in een AZC. Een mooi product was bijvoorbeeld de kluizen die je aan een stapelbed kunt vastmaken. Zodat de vluchtelingen hun spullen achter slot en grendel kunt doen. De andere groep hield zich bezig met het eten in de AZC's. Bijvoorbeeld, een rooster om noten mee te roosteren. De geur daarvan brengt de vluchtelingen in gedachten terug naar huis. En het geeft ze de kans iets bij te dragen aan de etensbereiding.'

Yara Said had de rol van ervaringsdeskundige bij het project:

'Ik ben nu negen maanden in Nederland. Ik ben overgestoken vanuit Turkije met 45 mensen op een rubber speedboot van 6,5 meter. In Damascus heb ik de kunstacademie gedaan. Ik vind dit project Product Design wel goed voor de studenten; 'to get real'. Volgens mij is dit de bedoeling van design. Natuurlijk kun je een mooie bureaustoel ontwerpen. Maar beter kun je je vak inzetten om oplossingen te ontwerpen voor mensen die geen luxe kennen. Mijn favoriete ontwerp was een bord van gerecycled gras. Zó esthetisch én goedkoop te produceren. In het AZC is het een en al plastic waarmee je eet. Plastic bordjes, plastic bekers, plastic bestek. Een berg afval; en het voelt alsof je van minder belang bent. Een andere favoriet van mij was de 'clandestine coffeemaker', een hele kleine Turkse cafetière, die je kunt verstoppen in het AZC. Koffie drinken is misschien geen eerste levensbehoefte, maar wel een belangrijk ritueel voor de verbinding tussen mensen.'

5X EFFECTIEF BRAINSTORMEN

ACTIVITEITEN

NOVEMBER

22 november 2016

Lectorale Rede (Legal Management)

Dhr. Mr. Dr. Arnt Mein breekt een lans voor de professional die oog heeft voor de waarborgfunctie van het recht, en bespreekt de balans tussen meebewegen en tegenwicht bieden.

hva.nl/agenda

29 november 2016

Comedytrain On Tour

Een avondvullend programma in het Kohnstammhuis met bekende comedians? Meld je gratis aan voor de Comedytrain! hva.nl/floor

DECEMBER

7 december 2016

Finale Research Awards

Het beste HvA-onderzoek op een presenteerblaadje! Laat je inspireren tijdens de finale van de Research Awards. hva.nl/researchaward

22 december 2016

Workshop Deep Democracy

Besluitvorming met aandacht en waardering voor andere opvattingen. Geen compromis. Werkelijke consensus. Zonder te polderen. hva.nl/agenda

MAART

7 maart 2016

Verkiezingsdebat Tweede Kamer Verkiezingen

De studievereniging van de opleiding Bestuurskunde BSKA organiseert samen met FLOOR op een groot verkiezingsdebat. Een boeiend programma, met o.a. politici en workshops. hva.nl/floor

Colofon

HvA Campus Nieuws Jaargang 6, #2 – 2016
Bureau Nieuwbouw 020 595 3902
amstelcampus@hva.nl, hva.nl/amstelcampus
Redactioneel advies en realisatie Esther Barfoot **Redactie** Brenda Baars, Esther Purmer
Vormgeving DATBureau **Fotografie** Het Klikt Fotografie, Niki Boomkens (Roef p.14), ANP (p.6 en 7) **Druk** Opmeer Drukkerij bv
Illustratie Moederschap (p10-11) **Met dank aan** Anne van den Eijnden, Suzanne Okkes, Lisette Wegener



1 Negatief brainstormen! Bedenken wat je absoluut niet wilt, is soms makkelijker (en leuker)

Jerke van der Woerd – SZ



2 Edge Storming. Verleg je grenzen, door de (randen van) huidige grenzen te verkennen. Hoe de situatie er net over de rand uitziet, brengt nieuwe inzichten.

Brenda Baars – BN



3 Doe de brainstorm niet zittend maar staand, en laat je inspireren door een andere plek dan kantoor. Zoals bijvoorbeeld hotel ZOKU op de Weesperstraat.

Maarten Terpstra - FDMCI



4 Vraag een buitenstaander. Iemand van een andere afdeling of van een andere organisatie kan met verrassende nieuwe ideeën komen en de groep daar ook in meenemen of op een ander spoor zetten.

Chantal Schmidt-Giphart - COM



5 Bij Role Storming brainstorm je vanuit de rol van een ander. Levert soms net de invalshoek op die je vanuit jezelf niet kon bedenken.

Esther Purmer – BN

Volgende editie: 5x Duurzaam op kantoor. Geef ons jouw beste tip hoe je eenvoudig duurzamer kunt werken via amstelcampus@hva.nl. De meest bijzondere inzendingen delen we de volgende keer.