

Pro-krant

nr. 175 | april 2019

Voor jongeren in het praktijkonderwijs



BLOEMENVELDEN

Het is lente. En dus zijn er op veel plaatsen in Nederland weer mooi gekleurde bloemenvelden. Toeristen zijn er dol op. Maar boeren hebben soms voor duizenden euro's schade door vertrapte bloemen. Daarom hebben ze dit jaar borden en hekken neergezet. Die moeten ervoor zorgen dat dagjesmensen en toeristen niet meer tussen de bloemen gaan staan, zitten of zelfs liggen.

Achternaam

Steeds meer Nederlanders veranderen hun achternaam. In 2018 besloten tweeduizend mensen hun naam te wijzigen. In 2012 waren dat er nog 1200. Mensen hebben verschillende redenen om een andere naam te kiezen. Omdat ze hem niet mooi vinden, bijvoorbeeld. Zo zijn er nog maar weinig mensen die Poepjes of De Dood heten. Mensen veranderen hun naam ook vaak na een scheiding. Of omdat hun naam slecht past bij hun beroep (een chirurg die Beenhakker heet). Het kost 835 euro om je naam te veranderen.

Monument



Veel inwoners van Utrecht willen dat er een officiële, jaarlijkse herdenking komt van de aanslag op 18 maart. Ook willen zij een blijvend monument voor de slachtoffers. Vorige maand schoot Gökmen T. drie mensen dood in een Utrechtse tram. T. werd na een korte zoektocht gearresteerd. Het is nog altijd niet duidelijk waarom hij de aanslag pleegde.

Partij Forum voor Democratie wint

Forum voor Democratie (FvD) is de grote winnaar geworden van de verkiezingen voor de Provinciale Staten. Die werden vorige maand gehouden. De partij van Thierry Baudet kreeg de meeste stemmen. GroenLinks heeft het ook goed gedaan. De PVV, het CDA en D66 verloren. Het FvD heeft niet alleen veel macht in de provincies. Maar krijgt straks ook veel zetels in de Eerste Kamer. Andere partijen moeten dan gaan samenwerken met het FvD. Dat zal niet zo makkelijk gaan. De partij heeft namelijk extreme ideeën, en is het bijna nooit eens met andere partijen. Ook heeft het FvD nog weinig duidelijke plannen voor de provincies.



Thierry Baudet wordt gefeliciteerd door andere Kamerleden.

Lees verder

Pagina 5

Help, ik heb hooikoorts!



Pagina 8

Alles over turnen



Pagina 9

The Avengers zijn terug!



Orkaan in Zuidoost-Afrika



Inwoners van een dorp in Mozambique staan in de rij voor eten.

Foto: ANP

In Mozambique is dringend hulp nodig. Het Afrikaanse land werd vorige maand getroffen door een orkaan. Minstens 750 mensen zijn doodgegaan door het natuurgeweld. En 400.000 mensen hebben geen huis meer.

Idai

Orkaan Idai kwam aan land in Mozambique. Daarna trok de orkaan naar de landen Malawi en Zimbabwe. Ook daar zijn grote problemen. Voor veel mensen kwam de

orkaan onverwacht. Door de storm staan grote delen onder water. Huizen en wegen zijn verwoest. Hele dorpen zijn weggespoeld. Het is de zwaarste orkaan ooit in het zuiden van Afrika.

Hulp

Reddingswerkers proberen iedereen te helpen, maar door het hoge water is het lastig om mensen te bereiken. Veel landen hebben hulp gestuurd naar Mozambique, met

soldaten, boten en helikopters. Zij brengen schoon water, voedsel en medicijnen naar de getroffen bevolking.

Rode Kruis

Het Nederlandse Rode Kruis heeft giro 7244 opengesteld om geld in te zamelen voor de slachtoffers van de natuurramp. Nederlanders hebben al 1,3 miljoen euro gestort. Het Rode Kruis gebruikt dit geld om opvangkampen met medische hulp in te richten.

Verkeerde land

Stel: je hebt een vakantie in Duitsland gepland, maar je komt terecht in Schotland. Dat overkwam de passagiers van een vliegtuig van British Airways. Het vliegtuig vertrok vanuit Londen en landde in de Schotse stad Edinburgh. De passagiers keken raar op toen de piloot zei: 'Dames en heren, welkom in Schotland'. Want ze hadden toch écht een ticket naar Düsseldorf gekocht. De luchtvaartmaatschappij gaat uitzoeken wat er mis is gegaan.

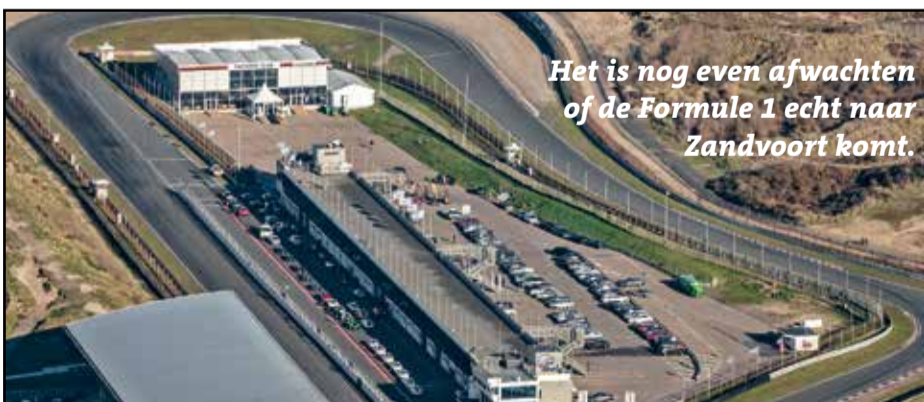
(Nog) geen Brexit

Eigenlijk zou Groot-Brittannië deze maand uit de Europese Unie (EU) stappen. Deze stap heet de 'Brexit'. Maar de Britten weten niet goed hoe ze dit moeten doen. Er zijn veel regels nodig, waarover politici het niet eens worden. Van de EU krijgt Groot-Brittannië tot 12 april de tijd om met een goed Brexit-plan te komen. En tot 22 mei om dit plan uit te voeren. Veel Britten hopen dat de Brexit helemaal niet doorgaat.



Foto: ANP

Formule 1 in Nederland?



Het is nog even afwachten of de Formule 1 echt naar Zandvoort komt.

Foto: ANP

Coureur Max Verstappen reist de hele wereld over voor de Formule 1. Maar misschien kan hij over een paar jaar in zijn eigen land racen. Want de gemeenteraad van Zandvoort heeft vorige maand besloten

om 4 miljoen euro uit te geven om de Formule 1 naar de kustplaats te brengen. Om het race-circuit aan te passen voor de Formule 1 is nog minstens 10 miljoen extra nodig. Het is nog niet zeker of dat geld er is.

Special Olympics



Feest op Schiphol.

Foto: ANP

Blij gezichten op Schiphol vorige maand. Want de deelnemers aan de Special Olympics kwamen aan. De Special Olympics zijn de Olympische Spelen voor mensen met een verstandelijke

beperking. De Spelen waren dit jaar in Abu Dhabi in het Midden-Oosten. De Nederlandse ploeg deed mee met 13 verschillende sporten. En ze hebben maar liefst 70 medailles gewonnen.

Playmobil



Foto: Shutterstock

Jayden had een bijzondere collectie playmobil.

Goed nieuws voor playmobil-fan Jayden (12 jaar) uit Rijen. Hij heeft allemaal gratis playmobil gekregen. Dat komt omdat Jayden begin maart grote pech had. Hij was met zijn vader op weg naar een speelgoedbeurs. Mét zijn bijzondere collectie playmobil. Maar ze kregen een ongeluk. Een auto reed tegen hun aanhanger aan. Jayden en zijn

vader raakten gelukkig niet gewond. Maar bijna al het playmobil van Jayden was kapot. De eigenaresse van een speelgoedwinkel vond het zo zielig dat ze een actie begon. Ze riep mensen op om playmobil te sturen. En dat gebeurde: vanuit het hele land kreeg Jayden pakketjes. Inmiddels heeft hij meer dan tien grote dozen vol playmobil.

Een nieuw zeekoetje



Foto: Shutterstock

Caribische moeder-zeekoe met haar jong

In dierenpark Burgers' Zoo in Arnhem is vorige maand een zeldzaam dier geboren: een Caribische zeekoe. Het jong is helemaal gezond.

Zwanger

Caribische zeekoeien zijn tussen de twaalf en veertien maanden zwanger. Het zwangere zeekoe-vrouwtje hield het wekenlang spannend.

Maar uiteindelijk kwam het kalfje er dan toch uit.

Mannetje

De verzorgers weten nog niet zeker wat het geslacht van het jonkie is. Maar ze denken dat het een mannetje is.

Ali B voor ouderen



Foto: ANP

Ali B wil graag eenzame ouderen helpen.

Rapper Ali B gaat een concert geven voor eenzame ouderen. Dat vertelde hij in het televisieprogramma *De Wereld Draait Door*. 'Nog niet zo lang geleden bezocht ik een zorgcentrum in Amsterdam. Bij de ingang zat een vrouw in een rolstoel. Ze vroeg of ik een rondje met haar wilde lopen, niemand wilde met haar mee. Ik zong *Geef mij maar*

Amsterdam voor haar. Ze zong mee, dat ontroerde me enorm', vertelde de rapper in het programma.

Geweldig

Ali B belde daarna met AFAS, de plek waar hij zijn concerten geeft. Ali: 'De AFAS vol oudjes, ze vonden het idee geweldig!' Wanneer het concert precies zal zijn, is nog niet bekend.

Picasso teruggevonden



Foto: ANP

Arthur Brand met het schilderij.

Een beroemd schilderij van de Spaanse schilder Pablo Picasso (1881-1973) is teruggevonden. Na twintig jaar!

In 1999 werd het werk gestolen van een jachtschip. Het jacht was van een steenrijke Saoedi-Arabische sjeik. Zijn jacht lag toen in de haven van een Franse badplaats. De Franse politie heeft het schilderij nooit

kunnen vinden. Maar dat lukte een speciale kunstdetective uit Amsterdam, Arthur Brand, wél. Na vier jaar praten en onderhandelen werd het meesterwerk op 14 maart bij Brand thuis afgeleverd. Hoe, dat houdt Brand geheim. Hij heeft het schilderij, dat nu zo'n 25 miljoen euro waard is, overgedragen aan de verzekeringsmaatschappij.

Bertie in de politiek



Foto: ANP

Bertie Steur, bekend als Boer Bertie uit het programma *Boer zoekt Vrouw*, gaat de politiek in. Ze heeft een zetel in de Provinciale Staten. De boerin stond op plek tien van de verkiezingslijst van de Partij van Zeeland. Ze had niet verwacht zo veel stemmen te krijgen. 'Het ging me er eigenlijk om dat de partij genoeg stemmen kreeg. En nu heb ik er per ongeluk zelf heel veel gekregen', zei Bertie.

Daenerys ernstig ziek

Emilia Clarke, die de rol speelt van Daenerys Targaryen in de serie *Game Of Thrones*, heeft een ernstige hersenziekte. Dat deelde de 32-jarige actrice in een brief in de krant. Tot twee keer toe kwam ze in het ziekenhuis door een bloeding in haar hersenen. Dat gebeurde tussen de opnames van de serie door, eerst in 2011 en opnieuw in 2013. 'Ik balanceerde op het randje van de dood', zegt Clarke, met wie het nu beter gaat.



Foto: Shutterstock

Mini GTST-film

De tv-serie *Goede Tijden Slechte Tijden* heeft een mijlpaal bereikt. Er zijn 6000 afleveringen uitgezonden. Om dit te vieren is er een mini GTST-film gemaakt. Voor deze speciale aflevering zijn de acteurs naar Lapland afgereisd. En dat was best afzien: de film werd opgenomen bij een temperatuur van -38 graden! De film draait om het vrijgezellenfeest van Amir. Voordat hij met Sjors in het huwelijksbootje stapt, wordt Amir door zijn vrienden meegenomen naar Lapland. Daar wacht een bijzondere gast op hem: reisleidster Romy (gespeeld door *Wie is de Mol*-winnares Sarah Chronis) ... De GTST-minifilm is op 5 april om 20.00 uur te zien op RTL 4.



Foto: ANP

Paard van De Mol

Britt Dekker heeft een paard gekregen van John de Mol. De presentatrice gaat een aantal programma's maken voor Talpa, de zender van De Mol. In plaats van salaris vroeg Dekker een paard als betaling. 'En dat was goed', schrijft een dolgelukkige Britt op Instagram. 'John zei tegen mij dat hij heel veel van dieren houdt. Hij heeft mij een vriend voor het leven gegeven: de witte hengst George!'



De mannen van StukTV.

Foto: ANP

StukTV wint weer

StukTV, Marije Zuurveld en Don (ook wel bekend als GameMeneer) zijn de grote winnaars van de VEED Awards. Deze prijzen voor de beste YouTubers werden vorige maand uitgereikt in AFAS Live in Amsterdam.

StukTV

Meer dan drieduizend jongeren kwamen af op de uitreiking. Er waren in totaal ruim 2,2 miljoen stemmen uitgebracht. StukTV won de prijs voor beste kanaal, beste muziek en beste serie

(*Jachtseizoen*). Het is al de vijfde keer op rij dat de mannen van StukTV (Giel, Thomas en Stefan) de prijs voor het beste kanaal winnen.

Beste man/vrouw

Marije Zuurveld en Don wonnen allebei twee awards. Don kreeg de awards voor beste man en beste gaming YouTuber. Marije nam de prijzen voor beste beauty YouTuber en beste vrouw mee naar huis. Ze droeg haar award op aan het pas overleden model Lotte van der Zee.

BN'ers online

Zanger **Jim Bakkum** heeft een zware tijd achter de rug. Zijn pasgeboren dochter lag in het ziekenhuis: 'Ons kleine meisje moest worden opgenomen met een infectie. Wat volgde waren 12 dagen met pieken en dalen. Maar het allerbelangrijkste is dat ze nu thuis is!'



Zanger **Douwe Bob** heeft een boete gekregen. Omdat hij twee beveiligers van een ziekenhuis heeft bedreigd. Hij bracht een vriendin die onwel geworden was naar het ziekenhuis. Hij kreeg ruzie met de beveiligers. Op Facebook zegt de zanger: 'Ik schaam me voor wat die avond is gebeurd. Ik maakte me zorgen om mijn vriendin. Ik raakte in paniek. De beveiligers ervoeren mij als bedreigend en dat begrijp ik. Ik ben de volgende dag teruggegaan om mijn excuses aan te bieden. Met de gezondheid van mijn vriendin is het gelukkig goed afgelopen.'

Rapper **Lil' Kleine** was op vakantie in Bali. En kwam er daar achter dat dolfijnen mishandeld worden voor de toeristenindustrie. Hij roept mensen op om nooit meer met de dieren te zwemmen. 'Die dolfijnen zitten levenslang opgesloten in een kooi. Kun je je voorstellen dat je onschuldig in gevangenschap zit om mensen te entertainen? Dit is de dolfijnenhel.'

Help, ik heb hooikoorts!

Veel mensen worden blij als het warmer wordt. En als de zon gaat schijnen en bomen en bloemen in bloei staan. Maar voor anderen is de lente juist een tijd van niezen, snotteren en tranende ogen. Want zij krijgen dan hooikoorts.

Pollen

Hooikoorts is een allergie. Het is een van de meest voorkomende allergieën. Zeker 1,5 miljoen Nederlanders heeft er last van. Als je hooikoorts hebt, ben je allergisch voor sommige pollen. Pollen zijn de voortplantings-cellen van grassen, planten en bomen. Het zijn superkleine stuifmeelkorreltjes. Die waaien door de lucht mee met de wind. Zo verspreiden ze zich over vele kilometers.

Histamine

Op warme, winderige dagen kunnen er miljoenen pollen in de lucht zweven. Komen die terecht op je neusslijmvlies, oogbollen of in je luchtwegen? Dan reageert je lichaam daarop. Je afweersysteem maakt histamine aan. Op zich is dat goed, want dit stofje zorgt



Mensen met hooikoorts zijn allergisch voor pollen.

ervoor dat gevaarlijke indringers onschadelijk worden gemaakt. Je lichaam maakt bijvoorbeeld ook histamine aan bij de steek van een insect.

Slijmvliesen

Maar mensen met hooikoorts maken te veel histamine aan. Hierdoor worden de slijmvliesen in hun keel, neus en ogen rood, en zwellen ze op. Hooikoorts-patiënten niezen veel. En ze hebben jeuk, tranende ogen en een loopneus. Ze kunnen ook benauwd worden en zich koortsig voelen.

Regen

De klachten verschillen per jaar. Er kan veel of weinig stuifmeel in de lucht zitten. Hooikoorts-patiënten zijn vaak blij als het regent, want dan blijft er minder stuifmeel in de lucht hangen. Droog weer en wind zorgen juist voor veel stuifmeel in de lucht. En dus voor meer klachten.

Huisarts

Wil je weten of je hooikoorts hebt? Ga dan naar de huisarts, die kan een allergietest bij je doen.

Wat kun je ertegen doen?

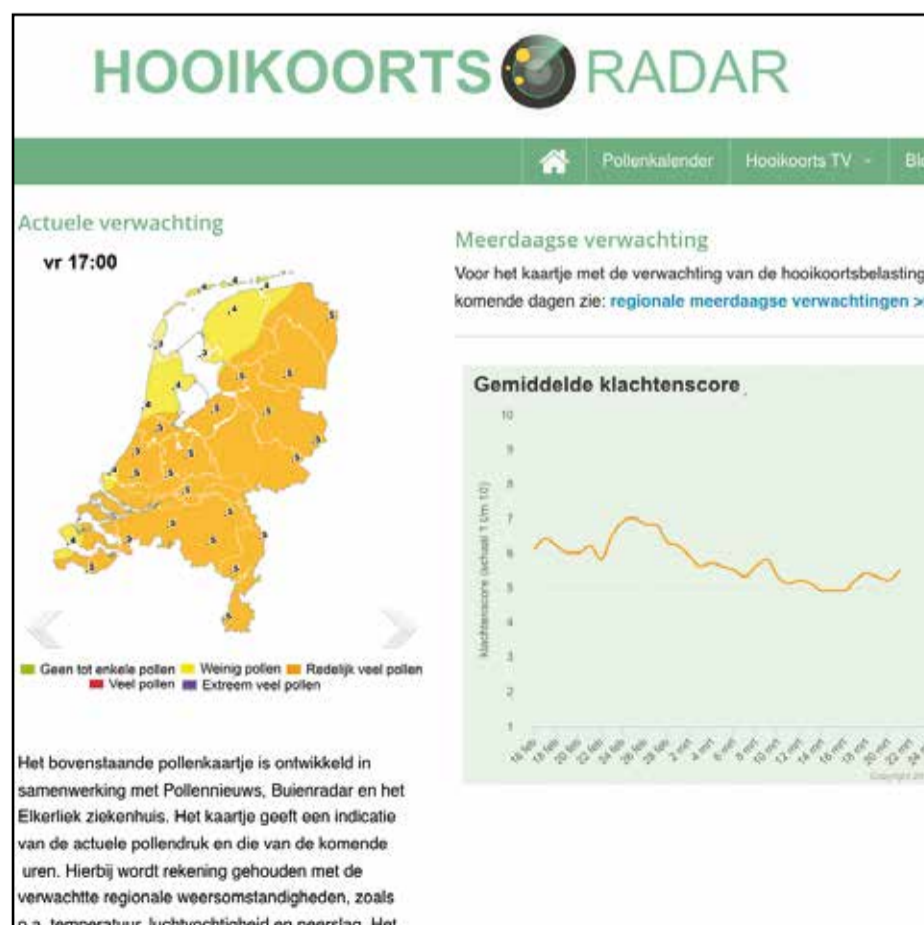
Bij de apotheek zijn medicijnen verkrijgbaar. Die helpen tegen jeukende ogen, of een snotterige neus. Er zijn hooikoorts-medicijnen in de vorm van tabletten, druppels en sprays. Deze medicijnen helpen je niet van de hooikoorts af, ze maken alleen de klachten minder erg.

Vermijden

Om klachten te voorkomen, kun je proberen om zo veel mogelijk pollen te vermijden. Door bijvoorbeeld je ramen en deuren dicht te houden. En je haren te wassen als je buiten bent geweest. Zodat er geen pollen op je kussen komen als je gaat slapen.

Wasgoed

Laat je wasgoed niet buiten drogen. En wil je hardlopen?



Op de hooikoortsradar zie je hoeveel pollen bij jou in de buurt zijn.

Doe dit dan aan de kust. Verder kan het helpen om wat vaseline in je neusgaten te smeren. En om een zonnebril te dragen.

Therapie

Heb je echt heel veel last van hooikoorts? Dan kan je bij de huisarts vragen om 'allergie-immunotherapie'. Door deze therapie is er een kans dat je van je allergie geneest. Maar dat kan soms jaren duren.

HOOIKOORTSRADAR

Wil jij weten of je veilig naar buiten kunt? Kijk dan op de hooikoortsradar: hooikoortsradar.nl. Je ziet hier precies waar er pollen in de lucht zitten, en hoeveel.

‘Lol maken, maar ook hard werken’

De PrO-krant gaat op bezoek bij Rico (16 jaar). Hij loopt stage bij Meesterbakker Van Iersel in Tilburg. Zijn stagebegeleider René is heel tevreden over Rico: ‘Een eerlijke en beleefde jongen die altijd op tijd is.’

Hoe ben je op deze stageplek terechtgekomen?

‘Ik wil graag in de horeca werken en deed een snuffelstage van drie dagen bij deze bakkerij. Dat vond ik meteen leuk. Ik zit nu in mijn vijfde week en hierna mag ik nog vier weken.’

Hoe is het op je stage?

‘We hebben het heel gezellig. Een beetje lol maken, maar ook hard werken. Ik werk nu op de afdeling banket. Volgende week begin ik op de broodafdeling. Ik denk dat ik daar geschikter voor ben. Want bij banket moet je soms lang achter elkaar hetzelfde doen. Na een half uur verlies ik mijn concentratie. En dan ziet het er allemaal niet meer zo netjes uit. Mijn stagebegeleider René heeft er gelukkig begrip voor.’

Hoe ziet de broodafdeling eruit?

‘Veel dingen gaan daar met machines, maar toch blijft het ook handwerk. De desembroden worden bijvoorbeeld met de hand gevormd en krijgen 24



Rico maakt progres-taartjes.

uur de tijd om te rijzen. Mijn collega vertelde dat er wel 3000 tot 4000 kilo deeg doorheen gaat op een dag!

Heb je speciale kleding aan?

‘Een wit T-shirt en een spijkerbroek was goed, zeiden ze. Ik heb ook werkschoenen met een stalen neus, voor de veiligheid. Verder moeten we allemaal een haarnetje op als we de bakkerij binnengaan.’

Je moet zeker vroeg opstaan?

‘Ik begin om zeven uur. Ik sta om kwart voor zes op om te kunnen ontbijten. Het is ruim een half uur fietsen naar de bakkerij. Ik vind vroeg opstaan geen punt, maar ik ga wel rond negen uur naar bed.’

Wat voor werk doe je zoal?

‘Vanochtend hebben we cakejes met fondant gemaakt. Fondant is een soort glazuur.

Bovenop hebben we rood poeder gespoten. Dat ziet er mooi uit. En de cakejes drogen daardoor minder snel uit. Bij één cakeje ging het mis, toen zaten René en ik onder de rode vlekken. Dat was wel lachen. Ik maak ook progres-taartjes. Dat is typisch Tilburgs gebak met schuim en nootjes. Als ze klaar zijn, gaan ze de vriescel in op -20 graden. Die vriescel is net zo groot als een klaslokaal!’

Een pacemaker onder je huid

Soms zie je aan de buitenkant niks, maar is er toch iets aan de hand met iemand. Dat is ook het geval bij Rico.

‘Toen ik 12 jaar was, kreeg ik een pacemaker. Dat is een apparaatje onder je huid, dat ervoor zorgt dat je hart in het goede ritme klopt. In het begin was het erg wennen. Ik mocht toen bijvoorbeeld niet ver boven mijn hoofd tillen. En ik was bang dat de pacemaker eruit zou vallen. Het was een dikke bobbel in de buurt van mijn hart. Nu zie je er niks meer van, behalve een litteken.’

Rico merkt weinig van de pacemaker. ‘Ik heb er alleen



Een pacemaker is een apparaatje dat ervoor zorgt dat je hart in het goede ritme klopt.

nog last van in de overgang van zomer naar winter. Dan steekt het in mijn borst.

De overgang van een hete oven naar de vriescel is gelukkig geen probleem.’

Meesterbakker

Het Tilburgse familiebedrijf Van Iersel bakt al brood en banket sinds 1946. Walter van Iersel was 15 toen hij met een bakfiets brood verkocht van deur tot deur. Hij haalde alle diploma's voor het bakkersvak en begon zijn eigen bakkerij. Het hele gezin hielp mee. De jongens werkten in de bakkerij, de meisjes in de winkel. Inmiddels is dochter Mieke de baas. Het bedrijf heeft dertien winkels en ongeveer honderd medewerkers.

Wil je zien hoe het brood en banket wordt gemaakt bij Van Iersel? Bekijk dan de filmpjes op vaniersel.meesterbakker.nl/informatie/ons-vakmanschap.

Les over sexting

Op school leer je niet alleen taal en rekenen. Je krijgt ook 'burgerschap'. Dat is les over de samenleving, over de wereld om je heen. In deze rubriek lees je elke maand iets over burgerschap op school. Deze keer: **Een gastles over sexting.**

Sexting. Heb je daar wel eens van gehoord? Zo ja, dan was dat vast niet in de les. Over sexting praten doe je eerder met je vrienden. Maar klas 5B van de LUCA praktijkschool in Amsterdam praatte er wél over. Samen met hun docent en een gastdocent. In een speciale les bekeken ze een filmpje over sexting. Daarna hadden ze het over wat sexting betekent. En wat de risico's zijn.



Appen over seks

'Wat is sexting?', vraagt Ilse, de gastdocent, aan de klas. Er wordt een beetje gelachen. 'Appen met iemand over seks', zegt een meisje dan. 'Sexy filmpjes en foto's sturen!', roept haar klasgenoot. En dat klopt. Sexting betekent seksueel getinte berichtjes, foto's of filmpjes versturen. Sexting bestaat uit twee Engelse woorden: *sex* (seks) en *texting* (sms'jes verzenden).

Normaal

De meesten in de klas hebben vrienden die aan sexting doen. Er is één jongen die het zelf doet. Daar schaamt hij zich niet voor. 'Ik heb het ook gedaan. Op snapchat', zegt hij. 'Dat kan toch gebeuren? Iedereen doet het!' Het is normaal dat pubers aan sexting doen, vindt Ilse. 'Tieners ontdekken hun seksualiteit. Vroeger sprak je af achter het fietsenhok. Nu stuur je een foto.' Sexting zelf is niet

het probleem. Het probleem is dat jongeren elkaars blootfoto's delen en online zetten.

Risico's

Klas 5B kent de risico's van sexting. 'Mensen kunnen de foto's delen ze met anderen', zegt iemand. 'Je denkt dat je diegene kan vertrouwen, maar later krijg je misschien ruzie.' Een ander zegt: 'Ja, dan staat die foto van jou op het internet en kan iedereen het zien!'

Eindopdracht

Aan het einde van de les mogen de leerlingen hun mobieltje pakken. Ze moeten een waarschuwing schrijven op hun telefoon. Voor brugklassers die de risico's niet kennen. Als de leerlingen willen, mogen ze hun waarschuwing delen op social media. En dat doen ze. 'Pas op met sexting! Alles kan gebeuren. Het kan je leven verpesten.' Dat deelt een leerling met de brugklassers.

Een ander soort les

De les over sexting werd gegeven door Ilse van Mediawegwijs.

Mediawegwijs geeft gastlessen over media. Zodat jongeren leren hoe je verstandig omgaat met sociale media. En hoe je media gebruikt om je doelen te bereiken.

De leerlingen vinden de les leuk. 'Het is belangrijk om hierover te leren,' zegt een meisje aan het einde van de les. Ze vindt het leerzaam om de mening van haar klasgenoten te horen. 'Normaal zijn sommige mensen heel stil, maar nu deed iedereen mee.'

De leerlingen vonden het ook



'We mochten zelfs onze telefoons op tafel houden!'

leuk dat het een les was zonder boeken, en mét filmpjes.

'We mochten zelfs onze telefoon op tafel houden!'

Heb je spijt?

'Wat als je een naaktfoto hebt gestuurd en spijt krijgt?', vraagt Ilse. 'Aan die persoon vragen of hij het wil verwijderen,' zegt een leerling. 'En anders naar je ouders gaan.' Maar een andere leerling vindt dat geen goede oplossing. 'Dat ligt aan de religie en cultuur van die ouders. Sommige ouders zijn open. Maar andere ouders begrijpen dat helemaal niet.'

Heb jij spijt van een foto, maar wil je niet naar je mentor of ouders? Op helpwanted.nl kun je anoniem met deskundigen chatten. Ook kun je de foto van internet laten verwijderen. Dat doe je via meldknop.nl.

Turnen: kracht én lenigheid

Je hebt het vast wel eens op tv gezien: turnen. Dunne, lenige meisjes die ingewikkelde sprongen maken. Of heel gespierde mannen die in de ringen hangen. Deze maand gaan zes Nederlandse turners naar Polen. Van 10 tot 14 april worden daar de Europese kampioenschappen gehouden.

Gymnastiek

Turnen lijkt op gymnastiek. Maar gymnastiek is veel ouder. Duizenden jaren geleden deden mensen al aan gymnastiek. Dat is een soort turnen zonder toestellen. Die toestellen werden pas veel later uitgevonden, in de 19^e eeuw. Inmiddels is turnen een Olympische sport.

Sterk

Turnen doe je niet in een team, maar alleen. Turners doen oefeningen op verschillende toestellen. Bij turnen is het belangrijk dat je lenig bent. Maar je moet ook sterk zijn. De oefeningen zijn meestal kort, want ze zijn heel zwaar.

Toestellen

Er zijn verschillende toestellen. Zoals het paard, de rekstok, de ringen en de evenwichtsbalk. Het paard is een hoog toestel. Turners springen er overheen.



Foto: Shutterstock

Bij turnen zijn er verschillende toestellen, zoals de rekstok.

De ringen hangen aan touwen. Turners trekken zich op aan de ringen. En komen niet meer op de grond.

Vloer

Je kunt ook turnen op een grote mat. Dat zijn vloeroefeningen. Er zijn veel verschillende

vloeroefeningen. Bekend zijn bijvoorbeeld de radslag en de handstand. De salto ken je vast ook wel. Turners draaien dan heel snel in de lucht.

Jury

Doe je mee aan een wedstrijd? Dan krijg je voor elke oefening

punten van de jury. Zij kijken of de oefening helemaal goed gaat. En er mooi uitziet. De turner die de meeste punten haalt, wint de wedstrijd.

Wil je meer weten over turnen en over verenigingen bij jou in de buurt? Kijk dan op kngu.nl.

Het Formule 1-seizoen is begonnen



Max Verstappen gaat op de foto met een fan.

Foto: ANP

De eerste Formule 1-wedstrijd van het nieuwe seizoen zit erop. De race werd gehouden in het Australische Melbourne. 'Onze' Max Verstappen deed het goed: hij eindigde als derde. Hij begon de race op plek vier en kwam dankzij een mooie inhaalactie op het podium met de nummers

één en twee. Dat waren de Finse racer Valtteri Bottas en de Britse coureur Lewis Hamilton. Hamilton is op dit moment wereldkampioen van de Formule 1. De volgende race was op 31 maart in Bahrein. Maar toen was deze krant al naar de drukker.

Wat zegt Anne van der Breggen?

'Als je geen doelen meer hebt, kun je beter stoppen'

– Anne van der Breggen

Wielrenster Anne van der Breggen werd vorig jaar wereldkampioen. Daarna ruilde ze haar racefiets in voor een mountainbike. Binnenkort doet ze mee aan een meerdaagse mountainbike-wedstrijd in Zuid-Afrika. 'Ik denk niet dat ik win. Maar ik geniet er enorm van. Ik rijd rond met een grote glimlach. Ik hou van afwisseling. Het houdt me ook fris, zo'n nieuw avontuur. En dat heb ik nodig.'



Foto: ANP

Hier lees je elke maand een opvallende uitspraak van een sporter.

Alle superhelden verzamelen!

Misschien was je nog aan het bijkomen van de film *Captain Marvel*. Maar deze maand komt het vervolg alweer uit: *The Avengers: The Endgame*.

Avengers

In de vorige stripheldenfilm van Marvel draaide het vooral om Captain Marvel, een vrouwelijke superheld. Maar in deze film komen alle Marvel-superhelden weer bij elkaar. Het is de vierde film over dit bijzondere team: The Avengers. Het team bestaat uit bekende superhelden zoals Iron man, Thor, Hulk, Captain America en Black Widow.

Stenen

De film begint waar *Captain Marvel* is geëindigd. In die film moest Marvel het opnemen tegen buitenaardse wezens die de aarde aanvielen. De gevolgen van deze strijd zijn enorm. De grote schurk Thanos is erin geslaagd om alle *Infinity Stones* te bemachtigen. Dat zijn zes belangrijke stenen die je superkrachten geven.

Strijd

Thanos heeft de helft van al



Kan het team van superhelden het universum nog redden?

het leven in het universum uitgewist. De Avengers hebben weinig tijd om te rouwen om hun vrienden en familie. Ze moeten namelijk opnieuw de strijd aan met Thanos. Ant-Man en Captain Marvel helpen de

Avengers hierbij. Zo hopen ze Thanos te verslaan en de doden die hij veroorzaakt heeft weer tot leven te wekken.

Puzzel

The Avengers: The Endgame is

vanaf 24 april te zien in de bioscoop. Op marvel.com lees je er meer over, en kun je alvast een voorfilmpje bekijken. Vergeet niet de puzzel te maken in deze krant. Wie weet win jij een filmprijs!

Agenda

Als de lente komt ...



Foto: Shutterstock

... dan geef ik jou: tulpen uit Amsterdam ... Nou ja, tulpen uit Amstelveen. Want daar mag je zélf tulpen plukken. In de Zomerbloemen Pluktuin staan maar liefst 25.000 tulpen in vijftig verschillende kleuren. Je mag de tulpenbedden niet alleen bewonderen. Maar je

mag de tulpen ook oogsten. Met bol en al kun je de tulpen uit de grond trekken, en thuis in een vaas zetten. In het weekend zijn er in de pluktuin ook kinderactiviteiten. Tulpen plukken kan tot en met 30 april. Kijk voor meer informatie op zomerbloemenpluktuin.nl.

Tulpenfestival



Foto: Shutterstock

Ook Amsterdam staat deze maand in het teken van de tulp. Er loopt een kleurrijk lint van honderdduizenden tulpen door de hoofdstad. Want voor de vijfde keer wordt het Tulp Festival gehouden. Ook in tuinen van musea en hotels zijn tulpen in alle soorten en

kleuren te bewonderen. Je kunt zelf een tulpenroute afleggen, lopend of met de fiets. Maar er is ook een gidsje met informatie over de tulpen en de mooiste plekjes van Amsterdam. De gids is vanaf 1 april verkrijgbaar bij musea en hotels en kost €2. Kijk op tulpfestival.com.

Alles over klimaatverandering

De afgelopen maanden heb je vast veel gehoord en gelezen over het klimaat. De regering van Nederland heeft nieuwe plannen gepresenteerd voor het klimaat. Veel scholieren vinden de plannen niet ver genoeg gaan. Zij staakten om de regering duidelijk te maken dat het klimaat belangrijk is. Waar wat is er nou precies aan de hand met het klimaat?

Het weer

Het klimaat, daarmee wordt eigenlijk het weer over een langere periode bedoeld. Het weer verandert. Het wordt namelijk steeds warmer op aarde. Niet snel, en ook niet heel veel. Het gaat maar om een paar graden. Toch zijn de gevolgen groot. Die klimaatverandering is de schuld van de mens. Dat zit zo:

Warmte

De aarde heeft een mooie manier gevonden om zichzelf warm te houden. De zon verwarmt de aarde. Die warmte blijft hangen in de atmosfeer. Dat is een laag lucht die om de aarde hangt. In de atmosfeer zitten gassen. Zoals methaan en koolstofdioxide. Deze gassen houden de warmte vast.

CO₂

Maar de laatste jaren wordt te

veel warmte vastgehouden. Dat komt omdat er steeds meer CO₂ (koolstofdioxide) in de atmosfeer zit. En CO₂ is een gas dat warmte vasthoudt.

Verbranden

Hoe komt die CO₂ in de lucht? Dat doen wij zelf. We verbranden elke dag veel olie, benzine, gas en kolen. Zo wekken we energie op om onze auto's te laten rijden. Om onze huizen te verwarmen. En om onze

fabrieken te laten draaien. Bij dat verbranden komt niet alleen energie vrij. Maar ook veel CO₂.

Gevolgen

Langzaam worden de zomers en winters warmer. Met grote gevolgen. Zo valt er in veel gebieden steeds meer regen. Terwijl het in andere delen van de wereld juist steeds droger wordt. Steeds vaker zijn er hittegolven, of flinke

stortbuien. Door de warmte smelt het ijs op de Noord- en Zuidpool. Door al dit extra water ontstaan overstromingen.

Windmolens

Alle landen kunnen iets doen tegen CO₂-vervuiling. Door bijvoorbeeld windmolens of zonnepanelen te gebruiken om energie op te wekken. Want daar komt geen CO₂ bij vrij. Kijk voor meer informatie op klimaatgids.nl.



Windmolens wekken energie op, zonder dat er CO₂ bij vrijkomt.

Foto: Shutterstock

Wat kun jij doen?

Iedereen kan bijdragen aan een beter klimaat. Een paar tips:

- Neem vaker de fiets of de trein in plaats van de auto. Vliegtuigen stoten heel veel CO₂ uit. Boek dus zo min mogelijk vliegvakanties.
- Eet minder vlees. Door de vleesindustrie komt er namelijk veel CO₂ in de lucht.
- Eet groente en fruit uit Nederland. Dat betekent dat je producten van het seizoen eet. Dus geen aardbeien in de winter, of boerenkool in de zomer. Buiten het seizoen komen deze producten namelijk uit verre landen (met het vliegtuig). Of uit



Afval scheiden helpt!

Foto: Shutterstock

- kassen, en die verbruiken veel energie.
- Scheid afval zoals plastic, papier, glas en groenafval. En gooi zo min mogelijk eten weg. Bij afvalverwerking komt namelijk veel CO₂ in de lucht.

- Verbruik minder energie. Dus laat geen lichten branden als dat niet nodig is. Trek een trui aan in plaats van de verwarming hoger te zetten. En droog je was buiten, in plaats van in de droger.

De regering

De regering gaat de komende jaren veel doen om de uitstoot van CO₂ te verminderen. Zoals:

- Elektrische auto's worden goedkoper. Deze auto's zijn schoner dan auto's die op benzine rijden.
- In 2030 moet 70 procent van al onze energie 'groen' zijn. Dus afkomstig van windmolens en zonnepanelen.
- Kook jij thuis op gas? Dat gaat veranderen. In 2050 moeten miljoenen huizen van het aardgas af.
- In 2050 mag de industrie geen CO₂ meer uitstoten. Fabrieken worden omgebouwd en moeten dat vaak zelf betalen.

Nederlanders zijn nóg gelukkiger

Nederland staat dit jaar op de vijfde plek in de lijst met gelukkigste landen van de wereld. Dat is een plek hoger dan vorig jaar. Helemaal bovenaan staat Finland.

Top 5

De andere landen in de top vijf zijn Noorwegen (2), Denemarken (3) en IJsland (4). Deze landen staan al jarenlang bovenaan de lijst. Nederland heeft Zwitserland ingehaald. Nog nooit stond Nederland zo hoog op de lijst. We doen het stukken beter dan onze burens. Groot-Brittannië staat op 15, Duitsland op 17, België op 18 en Frankrijk op 24.

Onderwerpen

In totaal staan er 156 landen op de lijst. De lijst wordt opgesteld door de Verenigde Naties (VN). De VN kijkt naar belangrijke onderwerpen, zoals het verschil tussen rijk en arm in een land. En hoe goed het onderwijs in een land is, en de gezondheidszorg. Ze kijken ook naar hoe oud de inwoners van



Nederland staat op de vijfde plek in de lijst met gelukkigste landen.

Foto: Shutterstock

een land worden. En of ze veel vrijheid hebben.

Zuid-Sudan

Op de allerlaatste plek staat het Afrikaanse land Zuid-Sudan,

met daarboven de landen Centraal-Afrikaanse Republiek en Afghanistan. Sinds de eerste lijst van de VN, in 2012, zijn er behoorlijk wat verschuivingen geweest. Zo is het Afrikaanse

land Benin er flink op vooruitgegaan. Het land is vijftig plekken gestegen. Syrië en Venezuela zijn het meest gedaald, door oorlog en crisis in die landen.

Foto van de maand

In deze rubriek zie je iedere maand een bijzondere foto uit het nieuws.

Lentekoeien

De koeien in Nederland konden hun geluk niet op. Na een lange winter in de stal mochten de dieren op de eerste dag van de lente weer naar buiten. Dat werd een hoop gedartel, zoals hier op een boerderij in Soest.



Foto: ANP

Puzzel mee met PrO!

Op deze pagina staat een puzzel.
Onder de goede inzenders verloot
de PrO-krant een filmprijs.



Woordpuzzel

W	N	T	H	C	A	R	K
N	E	I	M	U	K	A	N
E	O	D	U	R	W	I	R
N	R	V	U	Z	E	E	E
E	G	H	T	W	D	Z	M
T	C	E	S	N	E	I	I
S	A	L	O	R	E	S	U
M	M	D	K	R	E	T	S

Oplossing:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

In het vierkant hiernaast zijn 14 woorden verstopt. De woorden kunnen alle kanten op staan. Ook schuin. Een letter kan meer dan een keer worden gebruikt. Als je de woorden wegstreept, blijven er 9 letters over. Deze letters vormen een woord. Dat is de oplossing van de puzzel.

Deze woorden zitten in het vierkant verstopt:

- | | | |
|----------|----------|------------|
| 1 Team | 6 Schurk | 11 Kostuum |
| 2 Kracht | 7 Held | 12 Tijd |
| 3 Sterk | 8 Mier | 13 Stenen |
| 4 Zwak | 9 Donder | 14 IJzer |
| 5 Weduwe | 10 Groen | |

Stuur je oplossing vóór 19 april 2019 naar:

PrO-krant
Oplossing puzzel
Postbus 10208
1001 EE Amsterdam

*Vergeet niet je eigen naam en adres te vermelden.
En een postzegel op de envelop te plakken!*

De winnaar van de vorige puzzel (oplossing: 'Helderziend')

- Camilla Pont uit Wijchen

Camilla krijgt een filmprijs van *What Men Want*.

Van de redactie

Beste lezer,

Op pagina 10 heb je kunnen lezen hoe het komt dat de aarde opwarmt. En ook wat je zelf kunt doen voor het klimaat. Tijdens het schrijven van het artikel kwam ik erachter dat ik al best 'groen' bezig ben. Bij mij thuis wordt al het afval fanatiek gescheiden.

We gebruiken de fiets vaker dan de auto en we eten meestal groente en fruit van het seizoen. Maar toch kan ik nog veel beter mijn best doen. Ik heb namelijk nog wel een auto. En ik kook nog op aardgas. Ik heb zelfs geen groene stroom, en mijn wasdroger en verwarming staan iets te vaak aan. Genoeg verbeterpunten dus, waar ik de komende maanden aan wil gaan werken. En jij, hoe 'groen' ben jij eigenlijk?

Tot volgende maand!

Willemijn Steutel, redacteur



Colofon



Uitgever	Eenvoudig Communiceren BV
Hoofdredactie	Willemijn Steutel
Eindredactie en vormgeving	Nicolet Oost Lieveense
Medewerkers	Dorien Beekveldt, Hanneke van der Werf
Lesbrief	Ida Schuurman
Abonnementen	(088) 110 20 85 abonnementen@eenvoudigcommuniceren.nl
Contact	PrO-krant, Postbus 10208, 1001 EE Amsterdam redactie@eenvoudigcommuniceren.nl
Verschijsing	10 keer per jaar
Prijzen 2018/2019*	1 exemplaar, geen lesbrief € 80,00 2-4 exemplaren, met lesbrief € 64,00 5-9 exemplaren, met lesbrief € 53,00 10-14 exemplaren, met lesbrief € 47,50 15 of meer exemplaren, met lesbrief € 36,00 50 of meer exemplaren, met lesbrief € 28,00 100 of meer exemplaren, met lesbrief € 25,00

* Prijzen per exemplaar.
Opzeggen: twee maanden voor aflopen van abonnementsjaar.

> Bij een groepsabonnement kunt u zich aanmelden voor de **digitale weekkrant**. Meer informatie: Marianne Verhallen, m.verhallen@eenvoudigcommuniceren.nl.

> Meld u aan voor de **gratis lesbrief** met vragen en opdrachten via m.verhallen@eenvoudigcommuniceren.nl.

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.