

OKTOBER

YANOU GIJSEN



ARKUT



Gratis * 1000 exemplaren * www.medica.be * communicatie@medica.be

Brusselsestraat 246, 3000 Leuven * Tel: 016/20.68.69

VU: Liesel Siau * Medica vzw



INHOUDSTAFEL

WOORDJE VAN
DE PRAESES _____ 03

PLANNING VAN
OKTOBER _____ 04

VOORSTELLING
TEAM SPORT _____ 06

SPORTSPECIAL _____ 08

ONDERWIJSUPDATE
+ MONITORAAT _____ 12

VOORSTELLING
PRAESES + VICE _____ 13

ALMA REVIEW _____ 14

HOTSPOT VAN DE
MAAND _____ 16

WAT SCHAFT DE
POT + WEEKMENU _____ 18

SPONSORS _____ 20

GASTHUISBERGER
VAN DE MAAND _____ 22

EERSTE HULP BIJ
JE PLAYLIST _____ 24

HOROSCOOP _____ 26₂

woordje van de praeses

Beste Medicaners

Hopelijk hebben jullie het academiejaar alvast goed ingezet! Het belooft een semester vol nieuwe uitdagingen, leerrijke lessen en natuurlijk nieuwe herinneringen te worden. Medica kan jullie alvast helpen met dat laatste!

Hét hoogtepunt van vorig jaar? Zonder twijfel onze vijfde plaats op de 24 urenloop! Ook dit jaar gaan we hier weer volledig voor. Geen topprestatie zonder lopers en geen sfeer zonder supporters: we hebben jullie dus allemaal nodig! Trek dus alvast jouw sportschoenen aan, zet 21-22 oktober in je agenda en samen halen we opnieuw die vijfde plaats!

Is sporten toch niet zo jouw ding of wil je na het sporten ontspannen? Geen zorgen, want ook daarvoor voorziet Medica tal van activiteiten. Denk hierbij aan een gezellige petermeteravond, een spannende cultuurquiz, een onvergetelijke cantusweek en natuurlijk onze legendarische skiweek. Voor ieder wat wils dus!

Ben je het jaar gestart met de goede voornemens om jouw leerstof goed bij te houden? Onze liefvallige unit cursusdienst staat de hele maand voor jou klaar in de CuDi (Brusselsestraat 246).

Dan rest mij enkel nog jullie allemaal veel succes toe te wensen dit semester! Tot op de 24 urenloop, in Doc's bar of op de campus!

Groetjes,

Liesel *Jianu*



planning

maandag

dinsdag

woensdag

01

peter-meter
avond

06

cantusweek:
floor is cava

07

cantusweek:
bierfiets
06 K3

08

cantusweek:
ochtendcantus &
ultieme bangers
boardgame night **WGO**

13

Loterij

14

Opstart-
vergadering
Gala

15

5e plaats
cantus

20

international
avond

21

24 uren loop

22

24 uren loop

27

skiweek:
knusse avond

28

skiweek:
cantus

29

skiweek:
schaatsen

oktober

donderdag

vrijdag

zat

zon

02

Openingsevent

03

04

05

09

cantusweek:
hawai + mexico

10

11

12

16

cultuurquiz

17

Cantus der
BMW

18

UGSO
congres

19

23

WGO

24

25

26

30

skiweek:
pre-skifeest

31

TEAM SPORT



DIT IS MIJN 2^{de} Jaar in medica

FAVORIEETE SPORT: Triathlon (Grondboren)

ALS IK een Dier was, was IK een: cantor

GUILTY PLeasure: Industria LOPers KAPOTLOpen

IK HEB HONGER en BESTEL IN De aLma: maakt niet uit, zolang
IK maar kan afrekenen BIJ sonja

nooit meer cantussen

nooit meer BLOKpauses

Hoer in een Bordeel

STUDENT INDUSTRIEEL

Tuur Haeverans



DIT IS MIJN 1^{ste} Jaar in medica

FAVORIEETE SPORT: Lopen, fietsen, skiën en cantussen ;)

IK HEB een HEKEL aan: Industria LOPers

GUILTY PLeasure: PLATte roltrappen LOpen IN De LUCHThaven

nummer OP repeat: OHé kameraad

nooit meer cantussen

nooit meer BLOKpauses

winter

zomer

marie naert



DIT IS MIJN 2DE JAAR IN MEDICA

FAVORIETE SPORT: ATLETIEK

ALS IK EEN DIER WAS, WAS IK EEN: BEZIGE BIJ

FAVORIETE EVENEMENT VAN MEDICA: GALABAL

FAVORIETE SAUS OP EEN DURUM: LOOKSAUS

NOOIT MEER CANTUSSEN

ALTIJD ZWETEN

NOOIT MEER BLOKPAUZES

ALTIJD RILLEN VAN DE KOU

anouk smeyers

BOODSCHAP VAN ALGEMEEN NUT!

DAG SPORTIEVELINGEN!! TEAM SPORT ZORGT ERVOOR DAT DE 24 URENLOOP WEER EEN ONWAARSCHIJNLIJK SUCCES WORDT, MET HOPELIJK OPNIEUW VELE KNAALPRESTATIES VAN ONZE LOPERS ÉN SUPPORTERS MET ALS KERS OP DE TAART: DIE PRACHTIGE 5DE PLAATS!! DAARNAAST ZULLEN WE OOK NOG ENKELE ANDERE SPORTEVENEMENTEN IN GOEDE BANEN LEIDEN, ZOALS DE INTERFACULTAIRE BEKER, EEN HYROXWEDSTRIJD IN DOC'S BAR EN ZOVEEL MEER. MOEST JE INTERESSE HEBBEN MEE TE HELPEN AAN ÉÉN VAN DEZE PROJECTEN, SPREEK DAN ZEKER IEMAND VAN ONS AAN OF STUUR EEN MAILTJE NAAR SPORT@medica.be. BEGIN MAAR ALVAST VOOR DIT ALLES TE TRAINEN, EN ONTHOUD: LIEVER EEN...

de sportspecial





overwinning '24

verloop van de loop

1970

*eerste studentenloop
georganiseerd door VTK*

1972

ontstaan van de 24uren loop

1996

*individueel record van Pieter
Rijnders met 161 rondes*

2013

*Apolloon loopt als eerste
kring +1000 rondes*

2024

*VTK haalt Apolloon in in
de laatste ronde + HMK
wint van Industria*

2025

*Tuur Haeverans en zijn team
brengen HMK weeral
naar de 5de plek*

HET ONSTAAN VAN DE 24UREN LOOP

De eerste editie van de loop vond plaats in 1970 en werd georganiseerd door VTK, destijds duurde het maar 12uren zoals de studentenloop die nu plaatsvindt in Gent. In 1970 duurde de loop 18 uur en vanaf 1971 ontstond de echte 24uren loop, toen deden er echter nog niet zoveel kringen mee. Pas vanaf 1980 waren er 25 groepen die meededen, dit piekte in de jaren daarna tot 36. Na een poosje nam LOKO de organisatie over van VTK en werd het een groter evenement.

In 1985 werd het eerste wereldrecord gezet, er werden 915 rondes gelopen door Apolloon. In het jaar daarna werd het individuele record gezet, dat op de dag van vandaag nog steeds geldt, en dat door niemand minder dan Pieter Rijnders. Hij liep 161 rondjes op zijn eentje. In 1998 vond er een dodelijk incident plaats en werd het evenement stilgelegd.

We springen een aantal decennia verder tot 2022. In dit jaar was er een welgekende nek-aan-nek race

tussen VTK en Apolloon en werd er een record gezet.

Apolloon liep 1087 rondes en VTK 1085. In 2024 won VTK voor het eerst in 7 jaar

terug van Apolloon en dat deden ze in de laatste ronde. Wat was dat

spannend. Buiten de rivaliteit tussen VTK en Apolloon is er natuurlijk eentje die ons nog net iets nauwer aan het hart ligt. HMV vs Industria.



Het HoogMedischVerbond bestaat uit 6 kringen: Steil, Eros, KLA, Apollonia, Medicosoc en natuurlijk het prachtige Medica. Hier valt veel over te zeggen, dus om het kort samen te vatten heeft HMV Industria in 2024 slapen gelegd, en dat zonder genade. Het eerstejaarsteam bleek sneller te zijn dat het Speedteam van Industria. Dat zegt genoeg. Dus verzamel, smeer de keel en supporter voor HMV. En onthoud, liever een hoer in een bordeel, dan een student industrieel!

ONDERWIJSUPDATE

STARTERSDAGEN

VAN 17 TOT 19 SEPTEMBER WERDEN DE STARTERSDAGEN GEORGANISEERD. FIJN OM ZOVEEL NIEUWE GEZICHTEN TE ZIEN! WAS JE HIER OP AANWEZIG EN HEB JE OPMERKINGEN OF FEEDBACK? LAAT HET ONS GERUST WETEN VIA ONDERWIJS@MEDICA.BE.

IN HET EERSTE JAAR BMW STARTTEN 420 STUDENTEN, BIJ GENEESKUNDE MAAR LIEFST 610! WELKOM AAN ALLE NIEUWE GEZICHTEN.

WERKGROEP ONDERWIJS

DE EERSTE WERKGROEPEN ONDERWIJS (WGO) GINGEN DOOR OP 24/09. VOLGENDE AFSpraak OP 09/10 EN 24/10! ZIT JE MET EEN VRAAG OF PROBLEEM? OF DENK JE OOK GRAAG MEE NA OVER DE THEMA'S DIE JE OPLEIDING AANGAAN? AARZEL DAN NIET OM ONS AAN TE SPREKEN. JE KAN ONS ALTIJD BEREIKEN VIA ONDERWIJS@MEDICA.BE OF NOG BETER: KOM NAAR ÉÉN VAN DE TWEEWEKELIJKSE WGO'S.

ECTS

SOMMIGE ONDER JULLIE HEBBEN HET MISSCHIEN AL OPGEMERKT: DE ECTS FICHES HEBBEN EEN VOLLEDIGE NIEUWE LOOK GEKREGEN. INDIEN JE HIER FEEDBACK OF OPMERKINGEN OVER HEBT, LAAT HET ONS DAN GERUST WETEN VIA ONDERWIJS@MEDICA.BE.

VUL ZEKER DE STUDENTENBEVRAGING IN VOOR DE OPO'S WAARVOOR DEZE WORDT GEHOUDEN! ENKEL ALS MIN. 30% VAN DE STUDENTEN DEZE INVULT, IS HET EINDOORDEEL BINDEND EN MOET MEN MET DE FEEDBACK AAN DE SLAG.BEDANKT!

GRAAG VERWELKOMEN WE JULLIE ALLEMAAL OP HET VGSO CONGRES OP 18 OKTOBER!!!

EVALOP BEVRAGING



**MEER LEREN IN MINDER
TIJD? ONTDEK HOE!**

START TO STUDY

Infosessie monitoraat

BMW: 3 oktober 2025 van 10u30-11u30

GNK: 7 oktober 2025 van 13u-14u

THK: 9 oktober 2025 van 13u-14u

LAW: 26 september 2025 van 9u30-10u30

Meer info? Scan de QR-code



PRAESES



DIT IS MIJN 3DE JAAR IN MEDICA

FAVORIETE SPORT: atletiek

GROOTSTE ERGERNIS: middenvakrijders

NUMMER OP REPEAT: IRIS - THE GOO GOO DOLLS

IK HEB HONGER EN BESTEL IN DE ALMA: vol-au-vent

GALABAL

24uren LOOP

UITGAAN IN FAKBARS

UITGAAN OP DE OUDE

LIESEL SIAU

VICE-PRAESES



DIT IS MIJN 2DE JAAR IN MEDICA

FAVORIETE VAK: HOW TO BE LIESEL

GROOTSTE ERGERNIS: HET SLAAFJE ZIJN VAN LIESEL

IK HEB HONGER EN BESTEL IN DE ALMA: alma burger

NUMMER OP REPEAT: Liesel die io vivat zingt

ALTIJD RILLEN VAN DE KOU

ALTIJD ZWETEN

UITGAAN IN FAKBARS

UITGAAN OP DE OUDE

JAKOBIËN DE DOOY



ALMA REVIEW



spaghetti

Vandaag was het weer tijd om een lekkernij van de alma te testen: de spaghetti.

De saus? Lekker vol en precies de juiste viscositeit (zoals de betere fysicus het graag heeft). De verhouding pasta-saus had iets gulziger gemogen aan de sauskant?

Het ontbreken van brood? Da's een gemis dat je pas voelt wanneer je met een leeg handje naar de sausrestjes op je bord tuurt. Dit is trouwens op te lossen met een portie frietjes die je gratis kan afhalen. Maar dat is natuurlijk niet helemaal hetzelfde als een knapperig sneetje gezond.

Maar bon, ondanks die kleine zondes: een prima gerechtje dat de honger even stevig op pauze zet. Al moet gezegd — de spaghetti van ons mama blijft nog altijd de onverslaanbare kampioen.



HOTSPOT IN LEUVEN

L'uovo, Brusselsestraat 74

Welkom bij de rubriek Hotspot van de maand, waarin ik je voorstel aan plekjes die mijn Leuvense leven naar een hoger niveau tillen. En wat is nu een betere plek om mee te beginnen dan de Doc's? Wel, dat is het Italiaanse restaurant L'uovo. Je las het goed: er zijn betere plekken in Leuven om je tijd te spenderen.

Dit is geen doorsnee promotiemagazine waarin ik de evenementen van Medica in de spotlights zet om zo wellicht een stapje dichterbij een gratis drankje te komen. Nee, dit is een studentenmagazine waarin ik mijn kritische mening geef en credibiliteit op de eerste plaats zet. Er zullen dus geen collageenpillen aangeprezen worden, zoals influencers dat dagelijks doen.



Bon, tijd om het te hebben over L'uovo – mijn persoonlijke favoriet in Leuven. Dit restaurant is een pareltje dat ik eigenlijk voor mezelf wou houden, maar dat zou nogal egoïstisch zijn. Het is een Italiaans restaurant met overheerlijke pasta's, pizza's en onveilig weinig zitplaatsen. Kom dus liefst niet allemaal tegelijk, want het blijft wel mijn hotspot.

Dit is het type restaurant dat ik hoog aangeschreven zie worden door een recensente die er net een tikkeltje meer verstand van heeft dan ik. Dit puur omdat hier kwaliteit boven de 'aesthetic' en hype geplaatst wordt. Dit is een doorsnee restaurant waar je kan genieten van je eten zonder eerst overprikkeld te worden door alle funky, trendy namen..

Als ik een pasta scampi wil bestellen, mag dat ook zo op de kaart staan en niet met 500 verschillende culinaire termen waar we, geef het maar toe, allemaal geen flauw benul van hebben. Ook interesseert het me niet wat de 367 specialiteiten van de dag zijn en dat deze met verse groenten uit overgrootmoeders' tuin bereid worden.

De inrichting is heel eenvoudig: gezellig, maar niet zó gezellig dat ik het charmant zou noemen. Ook bevindt het toilet zich in een gang die haast niet lijkt te eindigen. Het interieur is dus geen hoogvlieger, maar de eerste hap van je maaltijd doet dat meteen vergeten. Mijn persoonlijke favoriet is de pasta scampi, maar elk gerecht zit er gewoonweg boenk op.

Het restaurant is dus vrij simpel georganiseerd. Dat geldt ook voor de bediening, alles wordt hier genoteerd op een menukaart en je cola zero krijg je uit een blikje. Al bij al vind ik dat geen afknapper, ik vind dat dit net wat meer persoonlijkheid en warmte geeft aan de zaak.

Nog een voordeel is dat ik mijn banksaldo durf te bekijken nadat ik hier gegeten heb. Een pasta kost maximaal 17,50 euro, een pizza is rond de 11 à 13 euro en dan krijg je al een flinke portie. Ook kan je hier zowel pasta's als pizza's afhalen.

Kortom, allemaal naar de L'uovo als je het mij vraagt.



WAT SCHAFT DE POT

delhaize - 40 euro

3 RODE PAPRIKA'S	2,97
KOMKOMMER	0,99
KERSTOMATEN 250G	1,99
4 BANANEN	2,15
2 NECTARINE GEEL	1,50
2 RODE UIEN	1,99
RODE PESTO	1,19
CRACKERS - VOLKOREN	2,05
3 MOZARELLABOLLEN	1,60
ZAKJE SLA	1,79
4 STUKS AFBAKBRODEN	0,59
KOEKJES CIGARETTES	1,49
SPIRELLI PASTA	0,59
VARKENSGEHAKT 300G	3,39
MAIS	1,99
WRAPS	2,98
1L MELK	1,38
TACO SHELLS	2,65
ONTBIJTGRANEN	2,25
2 ADVOCADO'S	3,32
NETJE KNOFLOOK	1,49
1L FANTA	1,37
TOTAAL	40,71

WEEKMENU



MAANDAG

PASTA PAPRIKA

- 2 PAPRIKA'S
- 1 RODE UI
- SPIRELLI
- MOZARELLA
- 2 TEENTJES KNOFLOOK

GROENTEN GROF SNIJDEN, OLIE TOEVOEGEN EN KRUIDEN MET ZOUT, PEPER EN BASILICUM
NADIEN IN DE OVEN VOOR 15 MIN OP 220 GRADEN,
TENSLOTTE MIXEN MET DE MIXER

DINSDAG

TACO TUESDAY!!!

- SAUS VAN GISTEREN
- MAIS
- 1 ADVOCADO
- KOMKOMMER
- TOMAATJES
- GEHAKT
- TACO SHELLS
- ½ RODE UI

WOENSDAG

WRAPS

- WRAPS
- KOMKOMMER
- GEHAKT
- TOMAATJES
- MAIS
- SLA

DONDERDAG

PASTA BOLOGNAISE

- SPIRELLI
- TOMATENSAUS
- ½ UI
- 1 PAPRIKA
- 2 TEENTJES KNOFLOOK
- GEHAKT
- MOZZARELLA

ONTBIJT + MIDDAG

ONTBIJT: CORNFLAKES MET MELK

MIDDAGETEN:

- CRACKERS MET PESTO/ MOZARELLA
- CRACKERS MET TOMAAT? SLA EN KOMKOMMER
- OVENBROOD MET PESTO EN MOZARELLA
- BROOD MET KOMKOMMER, TOMAAT EN SLA

SPONSORS

Swapfiets

AMONIS



DEFENSIE

Uw toekomst. Onze missie.

GASTHUISBERGERS VAN DE MAAND



Elias

studierichting: *2e bachelor geneeskunde*

favoriete saus op een durum: *looksaus*

hobby's: *lopen en fitness*

favoriete evenement van medica: *24 uren loop en de startersweekfeestjes*

dit staat op mijn bucketlist: *een marathon lopen*

favoriete plek in de bib: *achtersterij in de leeszaal*

grootste ergernis: *blokperiode*

favoriete vak: *anatomie*

ik heb honger en koop in de Alma: *kippcurry met rijst*

hoogtepunt van het jaar: *interrailen met de vriendengroep*



Jana

studierichting: *2e/3e bachelor geneeskunde*

favoriete saus op een durum: *curryketchup*

hobby's: *lopen, fitness, muziek luisteren (en keihard meezingen)*

favoriete film: *Frozen, the cold never bothered me anyway*

nummer op repeat: *Narcotic - Liquido*

guilty pleasure: *kokosijs*

grootste ergernis: *trage wandelaars*

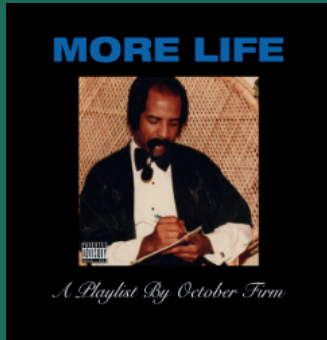
favoriete drankje: *apérollelll of een espresso martini*

als ik een dier was, was ik een: *koe in Zuid-Frankrijk*

EERSTE HULP BIJ JE PLAYLIST



SWEET DISPOSITION - THE TEMPER TRAP



PASSIONFRUIT - DRAKE



LITTLE FLIES - FLEETWOOD MAC



NEW GOLD - GORILLAZ



KEEP MOVING - JUNGLE



SHOW ME LOVE - ROBIN S



LOSERS - BALTHAZAR



MURDER ON THE DANCEFLOOR - SOPHIE ELLIS-BAXTOR



GOOD DAYS - SZA

EERSTE HULP BIJ JE PLAYLIST



Oyster jam - dublon



Les Nuits - Nightmares On Wax



Pop the bottles - Duan Wasi



Infinite Promises - the Logano Project



Easy to remember - St Germain



Mission Venice - Nightmares on Wax



Les Mysteres de Rio - Brazilian Love affair project



Down in LA - Bolden.

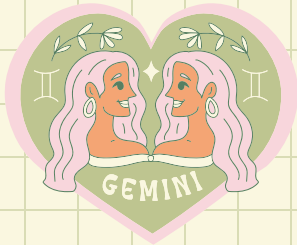


Echo Sax No.3 - Caleb Arredondo

HOROSCOOP



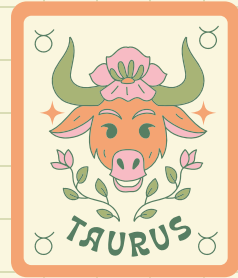
ER HANGT MAGIE IN DE LUCHT TIJDENS DE 24URENLOOP, EN JIJ VOELT HET ALS GEEN ANDER. EUFORIE OVERVALT JE WANNEER JE JE GRENZEN VERLEGT – DIT IS JOUW MOMENT OM TE SCHITTEREN. GRIJP DEZE KANS MET BEIDE HANDEN, WANT ZULKE ENERGIE KOMT ZELDEN TWEE KEER.



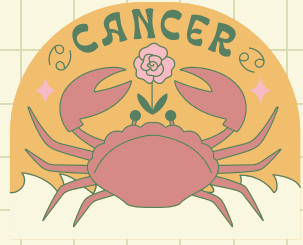
JE SOCIALE BATTERIJ DRAAIT OVERUREN, VOORAL OP DE OUDE MARKT. LET OP DAT JE OOK TIJD MAAKT VOOR JE SYLLABUS, OF OP Z'N MINST WEET WAAR JE DIE GELATEN HEBT. EEN GESPREKJE AAN DE TOOG KAN UITGROEIEN TOT EEN GROEPSWERK... OF MEER?



JE CHARMEERT IEDEREEN – ZELFS DE PROF DIE DACHT DAT JIJ TE LAAT WAS. DE OUDE MARKT WORDT JOUW PODIUM, MAAR HOU JE OGEN OPEN: NIET ALLES WAT SCHITTERT IS GOUD,



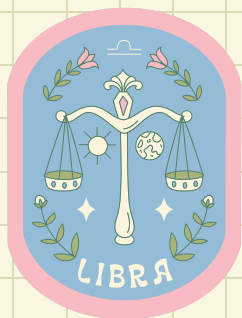
STRUCTUUR IS JOUW BESTE VRIEND, MAAR LAAT RUIMTE VOOR SPONTANE MOMENTEN. EEN VERLOREN STUDENTENKAART IN DE ALMA KAN LEIDEN TOT EEN VERRASSENDE ONTMOETING EN EEN GRATIS DESSERT. SOMS ZIT HET GELUK IN EEN ONVERWACHT FRIETBAKJE.



JE MIST DE ZOMER, MAAR EEN WARM BLIK IN DE ALMA KAN MEER DOEN DAN SOEP. LAAT JE NIET OPJAGEN DOOR DE DRUKTE; ECHTE CONNECTIES ONTSTAAN VAAK JUIST ALS JE EVEN ALLEEN BENT. MISSCHIEF VIND JE MEER DAN KOFFIE BIJ DAT ENE TAFELTJE.



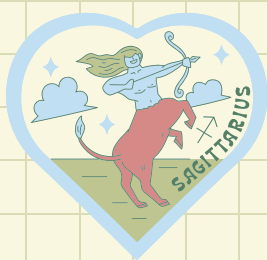
ALLES PLANNEN IS JOUW SPECIALITEIT, MAAR HET LEVEN AAN DE UNIEF KOMT ZONDER DRAAIBOEK. EEN MISGELOPEN AULA BRENGT JE NAAR EEN ANDERE CAMPUS EN MISSCHIEF NAAR EEN VERRASSENDE CONNECTIE IN DOC'S. DURF VERDWALEN. **26**



Na wat TWIJFEL vind je je ritme. FOCUS DIT JAAR OP BALANS, maar wees NIET BANG om de STUDIE ÉCHT serieus te nemen. Het BETAALT ZICH sneller uit dan je denkt.



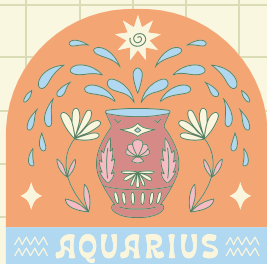
NIET ALLES OF Iedereen gaat met je mee DIT academiejaar. Een BREUK kan PIJN doen, maar maakt PLAATS voor GROEI. Laat LOS wat je TEGENHOUDT.



Je zoekt vaak naar méér, maar DIT JAAR LEER JE waarde zien in wat je al HEBT – vrienden, kansen, rust. NIET elke ONTDEKKING vraagt om vertrek.



Je bent al bezig met de BLOK van Januari, maar Laat ruimte voor het ONVERWACHTe. Een kort intermezzo in DOCS kan de PERFECTE motivatieboost zijn. En wie weet... studeer je BINNENKORT niet ALLEEN meer?



Je denkt BUITEN DE LIJNTJES en bent vaak de ORIGINELE GEEST in de groep. TIJDENS een GROEPSOPDRACHT kan er iets ONTSTAAN dat verder gaat dan academisch – zeker als die ene STUDIEGENOOT jouw SPOTIFY-PLAYLIST waardeert.



Je zwemt mee met de sfeer, maar voelt soms de DRUK. Laat je HART spreken – of het nu op de PANSVLOER van de Oude Markt is of TIJDENS een BIBSESSIE. Het UNIVERSUM FLUISTERT iets, LUISTER goed.



**COPY
DE RAAF**

MEDICASTUDENTEN KRIJGEN
OP VERTOON VAN DE LID-
KAART 20% KORTING