



# MANNA 24

16 Mei - 20 Mei : EindWeek

Hey VTK'ers!

Het is zover, de laatste week van het semester. Het is weer bijna tijd om weer weg te kruipen achter de cursussen en te verlangen naar de tijden waarop dit moment nog zo ver weg leek.

We sluiten het semester af met de SlaapmutsjesGoliarde van NieuwFeest, waar je eindelijk je goliarde expert pin kan gaan ophalen, en de laatste cantus van OudFeest,

Eline en Arthur.

Ook organiseren de sporties een mindfulness workshop zodat jullie allemaal relaxed door de examens kunnen.

Vanuit VTK willen we jullie alvast bedanken om dit jaar en alle events zo episch te maken. Tot volgend jaar!

Veel liefs,  
Lauren, Gwendolyn en Anouk



voorraad  
strekt

Volgende shots  
zullen voor 1 euro te  
verkrijgen zijn:  
-Whiskey  
-Amaretto  
-Limoncello

OudFeest zal aanwezig zijn om de  
goliarde-expert pinnetjes uit te delen  
aan de getrainde boitters die zich  
bewezen hebben dit semester. Vergeet  
jullie zakdoekjes niet want dit belooft  
zeker een emotioneel moment te  
worden!

## Slaapmutsjes- Goliarde

Na het knallende afscheid van  
OudFeest op de OverdrachtsGoliarde  
zal NieuwFeest nog een allerlaatste  
boit organiseren voor we onze  
zomerslaap ingaan. Om het slapen  
te bevorderen zullen er slaapmutsjes  
te koop zijn aan studentikoze prijzen  
(hiermee bedoelen we geen echte  
mutsen maar shots natuurlijk xxx). Er  
zijn zelfs geruchten dat de mythische  
slapende Anck misschien een  
verschijning zal maken op de toog of  
in een hoekje.

Er zijn gratis plateaus zolang de

## Final race

Om het semester in schoonheid af te  
sluiten eindigen we ons laatste keer  
lopen op maandag met een final race.  
We spreken af om 19u30 @Gusb om  
een rondje rond de watersportbaan te  
lopen.

Wie kroont zich tot snelste loper  
en loopster van de snelste Gentse  
Faculteit? Waag je kans en geniet van  
gratis pizza, misschien verras je jezelf  
en kom jij met de beker thuis!

Trek die loopschoenen aan en tot dan!  
xxx

# Mindfulness

Binnenkort komen de examens er weer aan en dat gaat gepaard met een hele hoop stress. Om jullie hierop voor te bereiden zal er een sessie mindfulness gegeven worden. Dit is een meditatievorm waarbij je leer om met je volle aandacht in het hier-en-nu te zijn. Je leert er met je aandacht in het heden te zijn zonder jezelf te laten afleiden en meegetrokken te worden in negatieve gevoelens en gedachten.

We spreken af om 18u45 aan het Breathworks Mindfulness centrum. Naast de sessie worden jullie ook verwend met koffie, thee en koekjes.

Inschrijvingen openen op 10/05 om 19:00

# ZwanenzangCantus

Geachte vrienden,

Het einde van het semester nadert, deadlines sluipen dichterbij, en hier en daar neemt een paniekaanval de bovenhand. Velen lopen permanent met een laagje angstzweet op hun voorhoofd. "Fuck, weer teveel gezopen dit semester", "volgend jaar ga ik naar alle lessen", "vanaf nu sluit ik mij op en begin ik te studeren". De drie meest uitgesproken zinnen in Gent en omstreken, slechts één van hen bevat een kern van waarheid. Degenen wiens laatste semester bezig is (onze zwanen), zullen we op deze cantus extra in de bloemetjes zetten.

Aan de zeldzame groep die er de komende weken toch nog in slaagt om hun semester te redden: Kom nog

een laatste keer zuipen voor je je grot inkruipt. Aan degenen waarvoor alle hoop verloren is: Kom nog een laatste keer zuipen, het is nu toch te laat.

Woensdag 18/05 gaat de laatste cantus van het semester door. Deze cantus is open voor VTK leden en kost €8.

Ook zal de cantor van volgend jaar verkozen worden. Ieder van jullie zal een stem hebben.

Geïnteresseerden kunnen zich kandidaat stellen voor VTK Cantor '22-'23.

Indien je een cantusnummer wilt aanvragen en/of voorzingen kan je dat via deze link aanvragen, waar je ook kan kandidaat stellen voor cantor. <https://forms.gle/bMVGXvFChETF5rs5>

Nog eenmaal,  
VTK! Ut vivat, crescat et floreat!

Het cantusteam '21-'22,  
Elien, Anckaert, Tibo, Nicolas en Jan



# VTKalender

## Maandag 16/05

|       |                          |           |
|-------|--------------------------|-----------|
| 19.00 | FRiS AV 8                | Plateau   |
| 19.00 | BEST Ledenvergadering 13 | VTK Groen |
| 19.30 | Final race               | GUSB      |
| 21.00 | SlaapmutsjesGoliarde     | Delta     |

## Dinsdag 17/05

|       |             |             |
|-------|-------------|-------------|
| 19.00 | Mindfulness | Breathworks |
|-------|-------------|-------------|

## Woensdag 18/05

|       |                  |       |
|-------|------------------|-------|
| 20.00 | ZwanenzangCantus | Delta |
|-------|------------------|-------|

# Puzzel van de week

De winnaar van vorige week is Xander Boudry! Jouw prijs ligt in VTK Blauw te wachten.

Als laatste puzzel van het jaar hebben we een Consecutive Sudoku voor jullie.

