

Bijlage VMBO-KB  
**2014**

tijdvak 2

**Nederlands CSE KB**

Tekstboekje

Lees eerst de vragen in het boekje Examen VMBO-KB. Zoek daarna de antwoorden op in de hierna volgende tekst. Je hoeft de tekst dus niet eerst door te lezen. Let op: deze tekst bestaat uit vijf bladzijden!

# Parkeerergernissen

## Hoge tarieven in de stad

Parkeren in het centrum van een stad is voor veel automobilisten een ergernis, vooral als het flink in de papieren loopt. En die kans is groot, want parkeren wordt steeds duurder. Maar er zijn alternatieven.



Met stip op nummer 1 in onze top-10 van parkeerergernissen: de hoogte van de parkeertarieven. Wij vroegen 1250 deelnemers aan ons internetpanel naar hun grootste parkeerergernissen bij het bezoek aan een stadscentrum. Twee derde vindt parkeren te duur. Bijna een kwart heeft geen auto, gaat nooit met de auto naar de binnenstad of ergert zich niet. Een enkeling is zelfs ronduit positief: "Wij hebben nieuwe

parkeergarages gekregen met ruime vakken en veel licht." Of vindt dat we niet moeten zeuren: "Zeker in de Randstad en ook elders in Nederland is het openbaar vervoer uitstekend. De leefbaarheid van dorps- en stadcentra gaat erop vooruit als we de auto thuislaten." Ondanks deze tegengeluiden zijn de ergernissen niet van de lucht. "Parkeren is duurder dan consumpties en de bioscoop." en "Vooraf schatten hoelang ik ga parkeren leidt tot te veel betalen, want boetes dreigen." De ooit zo gehate wielklem wordt niet genoemd. Deze is enkele jaren geleden door veel gemeenten afgeschaft, omdat hij tot veel agressie leidde en toeristen er niets van snapten. Hij wordt in de vier grote steden nog wel gebruikt bij structurele overtreders en wanbetalers. Betaalautomaten die slecht leesbaar of defect zijn, zijn ook een bron van ergernis. Evenals vooraf moeten inschatten hoelang je wilt parkeren.

### Auto-onvriendelijk

Uitzoeken wat de kosten zijn voor één uur parkeren is een hele opgave.

De websites van gemeenten zijn niet altijd duidelijk of geven onjuiste informatie. En elke stad heeft zijn eigen tariefopbouw. Zo onderscheidt Apeldoorn een piek- en basistarief binnen de betaalperiode en heeft Alkmaar een apart uitgaanstarief dat geldt op vrijdag- en zaterdagavond.

### **Dagkaart**

Ook in 2008 onderzocht de Consumentenbond de tarieven van parkeren op straat. Op Rotterdam na hebben alle steden hun hoogste tarieven sindsdien verhoogd, gemiddeld met 15%. Dit is bijna 4% per jaar en dat is hoger dan het inflatiecijfer in deze periode.

Voor consumenten is het niet duidelijk waarom de tarieven zo sterk stijgen: "Parkeren wordt elk jaar duurder zonder dat de kwaliteit omhoog gaat."

Grootste stijger is Hengelo. Maar deze stad heeft nog wel het op één na laagste tarief van de 30 steden. De tijden waarop de parkeertarieven gelden zijn in één op de drie steden veranderd. Vaak gaat het om een verlenging van de betaalperiode; je moet dan bijvoorbeeld 's avonds tot een later tijdstip betalen.

Wie de hele dag naar de stad gaat, is vaak goedkoper uit met een dagkaart. Maar dat hangt wel af van hoelang je van plan bent te parkeren. Zo kost in Almere een dagkaart meer dan acht keer het uurtarief. Sommige steden hanteren een maximaal dagtarief. Enkele hebben dagkaarten met verschillende parkeerduren, een aparte avondkaart en/of een zondag-, week-, of maandkaart.

### **Parkeergarages**

De branchevereniging van winkeliers, Detailhandel Nederland, onderzoekt

jaarlijks de tarieven in parkeergarages. Aan de wens van consumenten om per minuut te kunnen betalen en niet per uur, wordt nog lang niet overal voldaan. Een van onze panelleden over dit onderwerp: "Betalen voor de duur van het gebruik zou wettelijk verplicht moeten zijn, net als bij telefonie en andere diensten." Uit het onderzoek van Detailhandel Nederland blijkt dat er wel steeds vaker met kleinere tijdseenheden dan per uur wordt gewerkt. Maar betalen per geparkeerde minuut is blijkbaar nog een brug te ver. De vergelijkbaarheid van de tarieven wordt er niet beter op als de ene garage een tarief per 13 minuten hanteert en de ander per 8 minuten. Bovendien blijkt dat de tarieven vaak zijn verhoogd wanneer er kleinere tijdseenheden dan voorheen worden gehanteerd. Van de 75 onderzochte garages hebben er 32 de tarieven verhoogd ten opzichte van 2011. De grootste stijgers zitten in Breda, waar de tarieven met 25% omhoog zijn gegaan. Er is maar één garage (Stadhuis-Muziektheater in Amsterdam) die de tarieven heeft verlaagd.

### **Alternatieven**

Om geld te besparen en het milieu te ontzien kun je de auto en het openbaar vervoer combineren. Parkeer aan de rand van de stad en ga verder met het openbaar vervoer. Of parkeer bij een station in de buurt van je woonplaats en ga met de trein naar de eindbestemming. Hiervoor zijn twee mogelijkheden: transferia en P+R-terreinen. Transferia liggen aan de rand van de stad en hebben een (shuttle)busverbinding met het centrum. Bij sommige steden kun je er gratis parkeren en tegen regulier tarief met het openbaar vervoer naar

de stad reizen. Of het openbaar vervoer is inbegrepen bij het – relatief lage – parkeertarief.

P+R-terreinen liggen bij NS of andere ov-stations en vanaf daar kun je per trein of ander openbaar vervoer verder reizen. Het onderscheid tussen transferia en P+R-terreinen is niet heel duidelijk. Zo noemen verscheidene steden hun transferia P+R-terreinen. Er zijn in ons land 90 P+R-terreinen bij NS-stations. Bij ongeveer 40 ervan moet je betalen; dit zijn vaak de parkeerterreinen bij de grote stations. NS-reizigers krijgen korting.

### **Met de auto naar Den Haag**

Stel dat je op een zaterdag een uur of zes in het centrum van Den Haag wilt winkelen. Op straat parkeren kost op de duurste plaatsen € 15,60; in de duurste parkeergarage € 18,00. Maar op het transferium 'P+R Hoornwijck' langs de A4 kost een dag parkeren inclusief een ov-dagkaart slechts € 2,00. Een andere mogelijkheid is parkeren op P+R-terrein Laan van NOI bij het gelijknamige treinstation: dat kost € 11,50, of € 4,50 voor wie een treinkaartje heeft. Daarbij komen nog de kosten voor trein of tram naar het centrum.

### **Op onze site**

Inmiddels zijn er telefoonapplicaties om gemakkelijk te betalen en apps om een parkeerplaats te vinden. (zie [www.consumentenbond.nl/parkeerapps](http://www.consumentenbond.nl/parkeerapps))

### **In Hengelo**

Hier stegen de tarieven in de afgelopen vier jaar flink. Wethouder

Jan Bron: "Deze stijging geldt alleen voor de hoogste tarieven, direct in het centrum. We willen auto's zo veel mogelijk laten parkeren in parkeergarages en niet op straat, zodat bezoekers van de stad niet tegen al dat blik aankijken."

### **In Rotterdam**

In 2009 verlaagde Rotterdam het hoogste tarief in het centrum en dat is sindsdien niet meer verhoogd. Andere tarieven in de binnenstad stegen. Wethouder Jeanette Baljeu: "De tarieven in het centrum waren versnipperd. We hebben nu één tarief in het centrum, dat is wel zo duidelijk. Per saldo is het tarief in het centrum iets gestegen."

### **Top 10**

Ergernissen bij parkeren in het stadscentrum:

- 1 hoogte van de parkeertarieven;
- 2 afrekenen gaat per uur, terwijl ik (veel) korter parkeer;
- 3 krappe parkeergarages / parkeerplaatsen;
- 4 lang moeten zoeken / te weinig parkeerplaatsen;
- 5 moeten betalen om te parkeren;
- 6 te weinig betaalmogelijkheden;
- 7 onduidelijke tariefinformatie bij de garage / parkeerplaats;
- 8 vieze/onveilige garages / parkeerplaatsen;
- 9 ten onrechte een parkeerboete krijgen;
- 10 pasjessysteem of betalen met app werkt slecht.

## Parkeertarieven op straat in het centrum

Plaats	Hoogste uurtarief	Wijziging ten opzichte van 2008	Hoogste tarief op	Dagkaart
Amsterdam	€ 5,00	4%	ma-za 9-24 uur / zo 12-24 uur	€ 30
Utrecht	€ 4,26	8%	ma-za 7-1 uur / koopzondag 12-18 uur	€ 29,90
Hilversum	€ 3,40	21%	ma-za 9-24 uur / koopzondag 12-18 uur	€ 24,20
Eindhoven	€ 3,20/€ 2,40	28%	ma-vr 9-21 uur / za 9-18 uur / zo 12-17 uur	
Rotterdam	€ 3,00	-10%	ma-zo 9-23 uur	
Apeldoorn	piek: € 2,83 basis: € 2,22	piek: 30% basis: 2%	piek: za 10-16 uur / basis: ma-vr 8-18 uur, koopavond tot 21 uur, za 8-10 en 16-18 uur / koopzondag 12-18 uur	
Delft	€ 2,80	22%	ma-za 10-22 uur / zo 14-20 uur	€ 23
Haarlem	€ 2,75	10%	ma-za 9-23 uur	
Arnhem	€ 2,60	30%	ma-za 9-18 uur / koopavond tot 21 uur / koopzondag 12-17 uur	
Den Haag	€ 2,60	8%	ma-za 9-24 uur / zo 13-24 uur	
Maastricht	€ 2,60	8%	ma-za 8-18 uur / koopavond tot 21 uur / koopzondag 12-17 uur	
Den Bosch	€ 2,50	14%	ma-za 9-24 uur / zo 14-24 uur	€ 20
Dordrecht	€ 2,50	14%	ma-za 9-22 uur	
Leeuwarden	€ 2,50	4%	ma-za 8-22 uur	
Leiden	€ 2,48	24%	ma-za 9-21 uur / zo 13-21 uur	€ 12,40
Almere	€ 2,40	20%	ma-za 7-24 uur / zo 12-24 uur	€ 24,40
Amersfoort	€ 2,40	9%	ma-za 9-22 uur / koopzondag 12-17 uur	
Zwolle	€ 2,40	20%	ma-za 9-20 uur / koopavond tot 21 uur / koopzondag 13-17 uur	
Nijmegen	€ 2,35	18%	ma-za 9-18 uur / koopavond tot 21 uur / koopzondag 9-18 uur	

Alkmaar	€ 2,30	21%	ma-za 9-21 uur / koopzondag 12-17 uur	€ 20
Enschede	€ 2,30	15%	ma-za 9-19 uur / koopavond tot 21 uur / koopzondag 12-19 uur	
Groningen	€ 2,20	22%	ma-wo 9-22 uur / do-za 9-24 uur	
Tilburg	€ 2,20	5%	ma-za 9-2 uur / zo 12-2 uur	€ 15,10
Amstelveen	€ 2,00	17%	ma-za 9-18 uur / koopavond tot 21 uur / koopzondag 11-17 uur	
Breda	€ 2,00	18%	ma-za 9-22 uur / koopzondag 13-18 uur	
Helmond	€ 2,00	17%	ma-za 9-19 uur / koopavond tot 22 uur / koopzondag 12-17 uur	€ 12,50
Purmerend	€ 2,00	25%	ma-za 9-18 uur / koopavond tot 21 uur / koopzondag 12-17 uur	€ 6,90
Deventer	€ 1,94	10%	ma-vr 9-20 uur / koopavond tot 21 uur / za 9-19 uur / koopzondag 12-17 uur	€ 9
Hengelo	€ 1,90	36%	ma-za 9-18 uur / koopavond tot 21 uur	
Zoetermeer	€ 1,24	8%	ma-za 9-18 uur / koopavond tot 21 uur / zo 12-17 uur	€ 6

- Peilperiode: maart-april 2012
- Voor sommige parkeerplaatsen geldt een maximale parkeerduur.
- Dagkaarten gelden in sommige steden alleen op vergunninghoudersplaatsen.
- De genoemde tarieven gelden alleen voor de genoemde tijdstippen. In de avond gelden in sommige gemeenten andere tarieven.
- Deventer, Leiden en Zoetermeer: in de praktijk ben je voor een uur parkeren iets meer kwijt dan het berekende uurtarief, in verband met een minimale inworp.
- Eindhoven: € 3,20 geldt voor twee parkeerterreinen, € 2,40 voor de rest van het centrum. De tarieven zijn inclusief € 0,20 'mobiliteitstoeslag' per parkeertransactie.
- Alkmaar: op vrijdag- en zaterdagavond geldt een tarief van € 3 per uur.

*Naar een artikel van Else Meijer,  
Consumentengids, juli/augustus 2012*

## Wacht, kom hier!



(1) Tot voor kort waren hondenbezitters dun gezaaid in mijn kennissenkring. Schrijvers, journalisten en kunstenaars gaven namelijk de voorkeur aan een kat als huisgenoot. Een kat hoeft immers 's ochtends vroeg niet uit te laten. Katten zijn van nature luie beesten, die zich aanpassen aan de levenswijze van het baasje. De foto's zijn er om het te bewijzen. Liet een schrijver van mijn generatie zich portretteren ter gelegenheid van zijn nieuwe boek, dan kwamen de volgende drie statusattributen meestal ook prominent in beeld: een rijk gevulde boekenkast, een brandende sigaret en de poes des huizes. Maar op dat punt zijn de tijden veranderd. De toonaangevende intelligenten van nu doen eerder iets met televisie, internet of marketing dan met boeken en kunst en zweren bij een kerngezonde levensstijl zonder nachtelijk doorhalen en sigaret.

(2) Nemen ze een huisdier, dan wordt het dus waarschijnlijk een hond. Het liefst een waarmee je je kunt vertonen in de frisse buitenlucht; een exclusief exemplaar met zorgvuldig bijgeschaafde hondenmanie-

ren. Een hond als huisdier is de trend, zoals blijkt uit het snel groeiende netwerk van diensten en bedrijven dat zich bezighoudt met het verzorgen, uitlaten, amuseren en opvoeden van honden. Hun baasjes kijken intussen aandachtig naar het televisieprogramma van de Amerikaanse hondenfluisteraar Cesar Millan en proberen zich de beginselen van de hondenpsychologie eigen te maken.

(3) Een vriendin van mij gaat al ongeveer tien maanden allerlei cursussen af met de hond waar ze drie dagen in de week op past. Het hondje in kwestie is een Australian shepherd (Aussie) een ras dat uitzonderlijk slim en eigengereid is. Het is het soort hond waar je maar beter meteen een boerderij en een kudde schapen bij kunt nemen, omdat het razend energieke werkhonden zijn. Ook zijn het honden die per se een taak willen uitvoeren. Als je toevallig in de stad woont met een piepkleine achtertuin waar niets anders te hoeden valt dan de vogeltjes en een paar slome vissen in de vijver, dan gaat zo'n hyperintelligent wonderhondje uit pure verveling zelf wel een taakje bedenken en uitvoeren. Nuttige taakjes, zoals de bank slopen of al het beddengoed in huis bij elkaar drijven.

(4) De Aussie van mijn vriendin bleek geen enkele moeite te hebben met de lessen op de hondenschool. Al snel mochten ze samen naar de speurtraining en de speciale opleiding van speurhonden voor reddingswerkzaamheden. Tot haar

ontzetting bleek dat mijn vriendin  
75 daar een dagtaak aan heeft. Wan-  
neer honden in de puberteit komen,  
vertikken ze het namelijk om simpele  
commando's op te volgen.

**(5)** Ik ging met haar mee naar  
80 hondenschool De Gabber, waar  
trotse hondenbezitters in een halve  
kring om de cursusleider geschaard  
zitten en met een frons van concen-  
tratie luisteren naar zijn tips over de  
85 juiste lichaamsverzorging en de  
nieuwste inzichten op pedagogisch  
gebied. Kan de hond overweg met  
andere hondjes of vertoont ze  
onzeker en bij vlagen zelfs agressief  
90 gedrag in spelsituaties? Komt dat  
misschien doordat ze aan te weinig  
prikkel wordt blootgesteld of is het  
probleemgedrag juist het gevolg van  
overstimulatie? En hoe verloopt de  
95 zindelijkheidstraining?

**(6)** Trainer Olivier Wiegman (34),  
eigenaar van De Gabber, traint sinds  
vier jaar honden op een terrein aan  
de Zuider IJdijk in Amsterdam. “De  
100 puppencyclessen worden elke maand  
gegeven en zijn behoorlijk intensief”,  
vertelt hij. Tien lessen van anderhalf  
uur in vier weken, waarin voornamelijk  
wordt gewerkt aan basisvaardig-  
105 heden zoals netjes aan de lijn lopen,  
en de commando's 'zit', 'lig', 'wacht'  
en 'kom hier'. En dat is nog maar het  
halve werk, want ook thuis moet  
regelmatig met een jong hondje  
110 geoefend worden, liefst dagelijks, net  
zolang tot het gewenste gedrag een  
gewoonte is geworden. Wiegman  
raadt een vervolgcursus dan ook ten  
stelligste aan. Dat bestrijdt de poten-

115 tiële verveling van de hond en komt  
de band met de baas ten goede.  
**(7)** Hij vindt het niet overdreven dat  
er veel psychologisch jargon over de  
cursisten wordt uitgestort. “Het is  
120 heel belangrijk dat onervaren eigen-  
naars iets gaan begrijpen van  
hondenpsychologie en lichaamstaal”,  
zegt hij. “Ze moeten hun honden  
leren ‘lezen’. Daar gaat soms meer  
125 tijd, geld en energie inzitten dan ze  
van tevoren verwacht hadden. Maar  
alle aandacht die de hondenbezitters  
in het begin in de training stoppen,  
krijgen ze later dubbel en dwars  
130 terug. Het is namelijk veel gemakke-  
lijker om probleemgedrag te voor-  
komen dan om je hond in een later  
stadium te corrigeren. Dat zien  
sommige mensen niet meteen en dan  
135 vragen ze zich mopperend af waar ze  
aan begonnen zijn. Daarom is het  
niet alleen essentieel dat ik mijn  
cursisten op het hart druk om de  
training consequent vol te houden,  
140 maar vooral dat ik ze leer begrijpen  
waaróm dat zin heeft.”  
**(8)** En kennelijk vinden velen inder-  
daad dat het loont, al die moeite om  
van zo'n rondstuiterend kanonskogel-  
145 tje op pootjes de stoere, altijd  
betrouwbare metgezel van je dromen  
te maken. Over gebrek aan belang-  
stelling hebben de deskundigen op  
dit gebied naar eigen zeggen name-  
150 lijk niet te klagen: hun trainingspro-  
gramma's zijn altijd volgeboekt. Zelf  
houd ik het na deze verbazingwek-  
kende kennismaking met de nieuwe  
trend nog maar even bij poezen, ik  
155 ben een beetje ouderwets in die  
dingen.

*Naar een artikel van Emma Brunt,  
Vrij Nederland, 19 mei 2012*





Claartje was op weg naar het slachthuis. Toen ze bloed rook sprong ze dwars door een deur en zette het op een lopen. Ze kreeg zoveel verdovingsschoten op zich afgevuurd dat zelfs een olifant al was gaan liggen. Maar Claartje rende verder. Door tuintjes en over schuttingen. Dwars door het verkeer. Ze brak een achterpoot en ging verder. Uiteindelijk stormde ze op de etalage van een kunstenaar af. Daar, tussen het glas en de beeldjes, bleef ze liggen.

Het verhaal van Claartje kwam in het nieuws en dat was haar redding. Twee broers kochten haar en brachten haar naar De Leemweg waar ze mocht blijven. Daar bleek dat Claartje drachtig was. Ze kreeg haar kalf op drie poten. Nu, vijftien jaar later, maken Claartje en haar zoon Rinus het uitstekend. Ze staan nog altijd onafscheidelijk bij elkaar in het weiland.

Hierboven ziet u niet Claartje, maar Felius. We hadden ook Sjoerdje kunnen laten zien. Of Victoria. Of Sterre. Of Halina. Of een van de 40 andere runderen bij De Leemweg met zo'n opmerkelijk verhaal. Want bij De Leemweg krijgen deze dieren een tweede kans. Ze kunnen voortaan genieten van een goed leven. De meeste vleeskoeien worden niet ouder dan twee jaar. Bij De Leemweg kan daar een nul achter worden gezet. Voor sommigen is De Leemweg een symbool tegen de wantoestanden in de bio-industrie. Voor de koeien is het een zorgeloze oude dag. Ontsnappen heeft zin. Als u hun leven de moeite waard vindt.

Steun De Leemweg: rekeningnummer 1.02.36.355  
[www.koeienrusthuis.nl](http://www.koeienrusthuis.nl)

*Naar een advertentie in NRC,  
23 juni 2012*

## En dan wordt je social media-account gewist. Wat nu?



(1) Plop. Weg zijn alle 626 zorgvuldig opgebouwde contacten. Nou ja, helemaal weg: als ik mijn Twitter-account beter inspecteer, zie ik die vreemde gele balk bovenin. “You’re suspended”, staat daar. Wat? Geschorst? Ik? “Welkom in de mysterieuze black box van Twitter en Facebook”, zegt Sjef Kerkhofs, social-mediastrateeg. Kerkhofs: “Af en toe wordt er nou eenmaal een account geschorst. Wanneer iemand te veel scheldt bijvoorbeeld. Of als er sprake is van spam. Wie te veel agressieve reclame maakt, kan levenslang zijn account kwijtraken.”

(2) Soms raken onschuldige Tweeps [mensen met een Twitteraccount] een account kwijt in die strijd tegen digitale boeven en spammers. Twitter is een gratis dienst, dus de beheerders van het sociale medium hoeven geen reden op te geven. De gebruiker tast vaak in het duister en kan weinig doen. Via een helppagina kan ik wel een boodschap achterlaten. Deze wordt beantwoord met een standaardmail waarin het bedrijf

meldt dat het natuurlijk fouten probeert te vermijden. “Maar”, zegt het ook, “er wordt wel eens per ongeluk iemand geschorst. Daarvoor alvast excuses.”

(3) “Twitter heeft wereldwijd 140 miljoen gebruikers”, zegt Bert Kok van de website Twittermania. “Er worden dagelijks duizenden, misschien wel tienduizenden accounts geschorst om hinderlijk spammen te voorkomen. Dat gaat wel eens mis.” Pas na een week verschijnt er in mijn mailbox het bericht dat mijn schorsing binnen 24 uur ongedaan wordt gemaakt. Misschien ben ik zo wel mooie opdrachten misgelopen.

(4) Plots ben je afgesloten van al je contacten, in een tijd dat social media ook een platform vormen om geld te verdienen. Ongeveer 80 procent van de zzp'ers (zelfstandige zonder personeel/eenmanszaak) haalt opdrachten binnen via digitale netwerken zoals LinkedIn, Twitter en Facebook, meldde de onderzoeksmonitor ZZP Barometer onlangs. En er wordt ook steeds vaker gesollici-

teerd via social media. “Twillicitatie” is de term die marketingbureau Energize daarvoor bedacht. Deze sollicitatie van 140 tekens is op Weibo (het Chinese Twitter) al een tijd lang populair. Maar ook in Nederland recruterende werkgevers via de social media.

**(5)** Internet en recruitment zijn ‘onlosmakelijk’ met elkaar verbonden volgens marketing manager Nicol de Voor van Netwerkt, een werving- en selectiebureau voor de detailhandel. Via Twitter wordt nu nog maar een handjevol sollicitanten geworven, maar via LinkedIn al veel meer. “Je moet als bedrijf op een sociaal medium een lange adem hebben”, zegt De Voor. “Het is meer dan een kwestie van jouw vacature op een social medium laten ploffen. Je moet een netwerk opbouwen, je mengen in discussies.” Het duurt een tijdje voor je een goed netwerk hebt opgebouwd. Des te vervelender is het wanneer je account plots niet meer bestaat. “Het enige wat je daarom kunt doen”, zegt Kerkhofs, “is opnieuw beginnen”. Dus weer je oude contacten vragen of ze vrienden met je willen worden. Je kunt, weet Kok, ook nog een direct message naar het hoofd van de veiligheidsafdeling sturen. De kans dat je iets hoort, is echter klein. “Iedereen wil het hoofd van de veiligheidsafdeling bereiken. Meestal krijg je geen antwoord, heel soms een jaar later.”

**(6)** De bereikbaarheid van internet-bedrijven vormt nou precies het bezwaar van de social media, stelt onderzoeker bij de UvA en digitaal adviseur Martijn de Waal. Twitter en Facebook zijn grote bedrijven geworden die belangrijke informatiestromen beheren. “Maar ze stellen eenzijdig spelregels vast. De algorit-

mes<sup>1)</sup> waarmee ze orde aanbrengen zijn bedrijfsgeheim. Gebruikers hebben er daarom niets over te zeggen.” **(7)** “Iets ‘totalitairs’ heeft die bedrijfsvoering wel”, zegt hij. “Als er iets misgaat, is zo’n bedrijf niet verplicht verantwoording af te leggen. Bovendien zijn alle toonaangevende sociale media gevestigd in het buitenland, je recht halen als Nederlands burger wordt erg lastig. “Juridisch is er dan niets mogelijk. Daarnaast hoeven de bedrijven een account niet terug te geven.” Hoewel overstappen naar een andere telecomaandier redelijk makkelijk kan, ligt dat iets lastiger bij de sociale netwerken. Zoveel keus is er niet. Natuurlijk, iedereen kan naar Facebook of Twitter gaan en ook zo weer overstappen naar een ander social medium. “Als je in je eentje bij Myspace zit, dan heb je er niet heel veel aan.” **(8)** “Twitter geeft bijna nooit een reden waarom je bent geschorst”, zegt social media expert Vincent Smit. Hij noemt het “een zakelijk fiasco” als zijn account Just Connecting, met 11.000 volgers, niet meer zou werken. Een groot deel van de opdrachten komt daarvandaan. Doordat tweetjes weer geretweet worden, bereikt hij zo’n 4,1 miljoen mensen per maand. “Aan dat netwerk hebben we hard gewerkt.” Hij adviseert bedrijven hoe ze om moeten gaan met de nieuwe media. “Vaak worden accounts geschorst, nadat ze zijn gehackt.” Zonder dat de echte gebruiker het weet, worden via dat account direct messages gestuurd waardoor duizenden mensen spam ontvangen. “Als een argeloze Tweep meerdere berichten per seconde doorstuurt”, zegt Smit, “kan dat

150 worden gezien als spam. Dan kan je  
zomaar je account kwijt zijn.”  
(9) Volgens alle experts heb ik geluk  
gehad. Voor mijn gevoel duurde het  
eeuwen, maar mijn account was  
155 binnen een week weer in de lucht.  
“Soms komt het goed, soms ook  
niet”, zegt Kerkhofs. “Het is en blijft  
een gratis netwerk”, benadrukt Kok

van Twittermania. “Daar kunnen nou  
160 eenmaal geen rechten aan worden  
ontleend.” Ondertussen groeit mijn  
profiel langzaam naar de 700  
volgers. Ik weet nog steeds niet wat  
ik fout deed, maar heus: #lievetwitter  
165 #ikzalhetnootmeerdoen  
@kimvankeken.

*Naar een artikel van Kim van Keken,  
Intermediair, 18 mei 2012*

noot 1 algoritme: een set regels in een bepaalde volgorde om een probleem op te lossen

## Voer voor je brein

(1) De passagier in de taxi zegt:  
“Sorry, de taxichauffeur doet nogal  
moeilijk.” Op geïrriteerde toon belt hij  
op de achterbank van een Londense  
5 taxi met zijn afspraak. Dat laatste  
moet gecorrigeerd worden: het gaat  
om zijn denkbeeldige afspraak, want  
de man is geen echte klant. Hij is een  
acteur die is ingehuurd om de taxi-  
10 chauffeur het leven zuur te maken.  
En dat lukt hem aardig. Het hoofd  
van taxichauffeur Nick loopt al binnen  
een paar minuten rood aan. “Ik heb  
in eenentwintig jaar nog nooit iemand  
15 in mijn taxi gehad, die zo lastig is als  
jij”, bijt hij zijn irritante, zogenaamde  
klant toe.

(2) Deze taxiscène was te zien in *De  
20 waarheid rond voeding*, een Britse  
televisieserie uit 2007. Hiervoor  
werden onder meer tien Londense  
taxichauffeurs, onder wie Nick, inten-  
sief gevolgd. Het doel was om te  
kijken hoe taxibestuurders omgaan  
25 met stress en of voeding daar iets  
aan kan veranderen.

(3) Na het bezoek van de acteur  
werden de heren op dieet gezet. Nick  
en zijn collega's moesten vier keer  
30 per week vette vis eten. Drie maan-  
den lang, daarna kregen ze weer een  
zeurende undercover-acteur in hun  
taxi. Het effect van het visdieet was  
wonderbaarlijk. De chauffeurs bleven  
35 dit keer veel rustiger onder het  
gezeur. Als je de makers mag  
geloven, doe je er als 'stresskip' dus  
goed aan om veel vette vis te eten.  
Volgens hen is dat te danken aan de  
40 omega-3-vetzuren die daarin zitten.

(4) Maar niet iedereen is overtuigd  
van deze bewering. Rob Markus is

onderzoeker bij de capaciteitsgroep  
Experimentele Psychologie aan de  
45 Universiteit van Maastricht. Hij  
bestudeert de effecten van voeding  
op ons brein en ons functioneren.  
“Als je aan tien mensen vraagt of vis  
gezond is, is het antwoord: ‘Ja, in  
50 negen gevallen’, vertelt hij. “Dus als  
je taxichauffeurs plotseling op een  
visdieet zet, worden ze zich daarvan  
bewust en staan ze alleen al daar-  
door heel anders in het leven. Of het  
55 echt van de vis komt, is niet zeker.  
Bovendien gaat het hier om een erg  
kleine groep mensen, is er geen  
controlegroep gebruikt en nam het  
experiment van de BBC maar korte  
60 tijd in beslag.”

(5) Er is dus nogal wat aan te merken  
op het experiment van het BBC-pro-  
gramma. De makers erkennen dat  
zelf ook. Maar dat betekent niet dat  
65 er niets zinnigs te zeggen is over het  
effect van voedsel op ons gedrag,  
want betrouwbaar onderzoek is er  
door de wetenschap genoeg gedaan.  
Wat weten we uit deze onderzoeken?

(6) Laten we beginnen bij chocolade.  
70 Het is een bekende stelling, dat je  
van chocolade blij en gelukkig zou  
worden. Dat zou komen doordat er  
stoffen in zitten die je hersenen een  
75 oppepper geven. Volgens onder-  
zoeker Markus klopt het weliswaar  
dat chocolade goed is voor je  
humeur, maar dat komt niet doordat  
er in een reep chocolade geheimzin-  
80 nige stofjes zitten die je synapsen,  
neuronen of andere delen van je  
hersenen beïnvloeden. Het geheim is  
simpelweg dat chocolade lekker is  
om te eten.

85 **(7)** Nog zo'n bekend verhaal over  
eten is: als je niet ontbijt, ben je de  
rest van de dag ongeconcentreerd.  
Wat is er waar van die bewering?  
Veel, als je het aan onderzoeker  
90 Markus vraagt. Dat heeft alles te  
maken met de stof 'glucose'. Glucose  
is de brandstof voor de hersenen.  
Zonder deze stof kom je niet ver. Het  
probleem is dat je voorraadjie glucose  
95 snel opraakt. Na een nacht slapen  
heeft je brein vrijwel alle glucose die  
in je bloed zat, gebruikt. Dus als je  
na acht uur nachtrust je ogen open-  
doet, heb je een dringende behoefte  
100 aan een shotje glucose. Je moet dus  
eten. Doe je dat niet, dan is dat niet  
best voor je stemming, je aandacht  
en je functioneren.

**(8)** Eenvoudige koolhydraten, in de  
105 vorm van suikers, hebben de naam  
dat ze de werking van de hersenen  
kunnen beïnvloeden. Deze theorie is  
ook door de makers van het BBC-  
programma onderzocht. Tijdens twee  
110 feestjes volgden ze kinderen. Bij het  
eerste feestje stonden allerlei  
gezonde suikervrije hapjes op tafel.  
Bij het tweede feestje stond de tafel  
vol met allerlei soorten snoep. Dat  
115 was misleidend, want nadat de  
ouders waren weggegaan, werden de  
suikervrije hapjes omgewisseld voor  
snoep en het snoep voor suikervrije  
hapjes. Ouders die dachten dat hun

120 kind zich had volgepropt met suiker-  
rijk snoep, vonden hem of haar na  
afloop hyperactief. Ouders die  
dachten dat hun kind alleen maar  
suikervrije hapjes had gegeten,  
125 vonden hun kinderen de rust zelve.  
Volgens onderzoeker Markus is er  
geen overtuigend bewijs dat je van  
suiker druk wordt. De resultaten van  
veel onderzoeken tonen dat aan.  
130 **(9)** Hebben koolhydraten of suikers  
dan geen effect op je gedrag? Toch  
wel. Want als je last hebt van stress,  
raakt een stofje in je hersenen,  
genaamd serotonine, langzaam op.  
135 Dat tekort kan je uiteindelijk in een  
depressie storten. Je kunt de aan-  
maak van serotonine in je hersenen  
stimuleren door koolhydraten te eten.  
Je stemming verbetert dan en de  
140 dreigende depressie wordt voorlopig  
afgeweerd. De gestreste taxichauff-  
eurs in Londen hadden dus mis-  
chien beter met koolhydraten kun-  
nen experimenteren dan met vette  
145 vis.

**(10)** Bij de drogist kun je allerlei  
wondermiddeltjes kopen, zoals vis-  
olie en omega-3-pillen. Allemaal  
zouden ze wel ergens goed voor zijn.  
150 Maar expert Rob Markus gelooft er  
niet in. De beste tip die Markus kan  
geven is een bekende: eet gevari-  
eerd en gezond, want een gezond  
mens zit vaak goed in zijn vel.

*Naar een artikel van Jerwin de Graaf,  
Quest Psychologie, oktober 2011*

*De teksten die voor dit examen gebruikt zijn, zijn bewerkt om ze  
geschikt te maken voor het examen. Dit is gebeurd met respect  
voor de opvattingen van de auteurs. Wie kennis wil nemen van  
de oorspronkelijke teksten, raadplege de vermelde bronnen.  
Het College voor Examens is verantwoordelijk voor vorm en  
inhoud van dit examen.*