

belke

HET MEIDENMAGAZINE DAT ÉCHT ANDERS IS!

NAJAAR 2014 - NUMMER 5 - €4,95

ONTDEK

WAAR JIJ GOED

IN BENT!

"SHE'S A LEADER,
A DREAMER,
A DOER, A THINKER.
SHE SEES CHANCES
EVERYWHERE."

BEN JIJ EEN LEIDER
OF EEN VOLGER?

Girlpower!

Tamar, Jaël en andere
stoere vrouwen uit de Bijbel

De kracht van kwetsbaar zijn

10
tips tegen
faalangst



9 789043 524247

WE ALL HAVE GIRLPOWER!

Het thema van deze Belle zorgde voor verhitte discussies op de redactie. Tijdens onze brainstorm, die – what else is new - gepaard ging met het eten van taart, laaide steeds weer de vraag op: is girlpower als je dingen durft te doen die anderen niet doen? Dat je een beroep hebt dat vooral mannen uitoefenen? Een heftige ziekte overwinnen? Je eigen bureau in elkaar zetten?

Het antwoord daarop was NEE.

Dat zou namelijk betekenen dat het zijn van een stoere meid betekent dat je extra uitzonderlijk, extra stoer, extra onoverwinnelijk bent. En wij van (Huis van) Belle vinden het juist zo mooi dat we allemaal op onze eigen unieke manier gewoven zijn in de buik van onze moeders. Met onze eigen genen, met onze eigen kenmerken, onze eigen talenten.

Wij vinden het girlpower als jij, met wat jou gegeven is, op durft te staan. Voor jezelf en voor anderen. Dat je gelooft dat er na regen zonneshijn komt. Dat je dankbaar durft te zijn, ook als het moeilijk is. Dat je blij bent met jezelf. Dat je je dag niet laat verpesten als er tandpasta op je shirt is gekomen en dat pas ontdekt als je al op de fiets naar school zit.

Dát vinden wij girlpower.

En ja, wij geloven in meiden. Wij geloven in jou, in de vrouw die je straks wordt. Een vrouw die van zichzelf houdt en niet continu bezig is zichzelf te vergelijken maar de tijd die je daarmee wint juist stopt in anderen. Een vrouw die kan lachen om zichzelf. Een vrouw die, kortom, weet dat ze bewonderd wordt door haar Maker.

Jij bent girlpower!

Eline



Meer behind the scenes? Volg ons op instagram, facebook en twitter. En check op pagina 19 en 77 hoe jij abonnee kunt worden en héél veel extraatjes krijgt!



MIJN GIRLPOWERMOMENTEN

- ❖ De kracht van kwetsbaarheid: Mijn verhaal met jullie delen op de girlsnights.
- ❖ Keihard meezingen in de auto met *This girl is on fire!*
- ❖ Doorzetten, ook als iets al drie keer is misgegaan.
- ❖ Mijn roze high heels aandoen op een grijze dag!

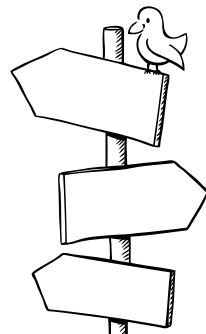




54 SIGNATURELOOK
MET EMILY



12 SINGING IN
THE RAIN



36 FEMINISME=
JIJ MAG JE EIGEN
KEUZES MAKEN



45 10 X GIRLPOWER

IN DEZE BELLE

Voorwoord **3**

Behind the scenes **6**

Belle van de maand **7**

Jij & Belle post van jou **8**

OP DE BANK

Singing in the rain **12**

De perfecte vrouw **20**

Music & Belle **22**

UIT DE KAST

Stoere vrouwen in de Bijbel **26**

Hip volgens de modereporters **29**

Girlpower volgens jou **30**

Wat is jouw girlpowerstijl? **31**

Uit de kast **34**



**IN BELLE VIND JE DEZELFDE KAMERINDELING ALS OP HUISVANBELLE.NL. IN DE BADKAMER
LEES JE OVER BEAUTY EN ZELFBEELD, IN DE SLAAPKAMER OVER LIEFDE EN IN DE
INLOOPKAST...OVER MODE NATUURLIJK! OMDAT BELLE EEN TIJDSCHRIFT IS EN GEEN HUIS,
HEBBEN DE KAMERS EEN BIJPASSENDE NAAM GEKREGEN, IN DE WOONKAMER ZIT JE OP DE BANK,
IN DE BADKAMER STA JE VOOR DE SPIEGEL EN IN DE KEUKEN ZIT JE AAN TAFEL.**

29 HIP VOLGENS
DE MODEREPORTERS



48 GELOOF IS EEN JURK



22 MUSIC & BELLE
AL HET NIEUWS OVER MUZIEK!



52 BEAUTY & BELLE
MAKE-UP TIPS!



VOOR DE SPIEGEL

- Beauty & Belle **52**
- Signaturelook met Emily **54**
- Kwetsbaar maar krachtig **56**
- Even bellen met... Rachel Held Evans **59**
- Powerissues **60**
- Sarah@school **62**
- Brave meisjes **62**

AAN TAFEL

- Radicaal kiezen **68**
- Het lievelingsrecept van... Ronald Mulder **70**
- Smoothies met Joëlle **71**
- Belle inspiration **74**
- Invulverhaal **76**
- Word abonnee! **77**
- Tien tips tegen faalangst **78**
- Lfs: things that make you happy **80**
- Colofon **83**



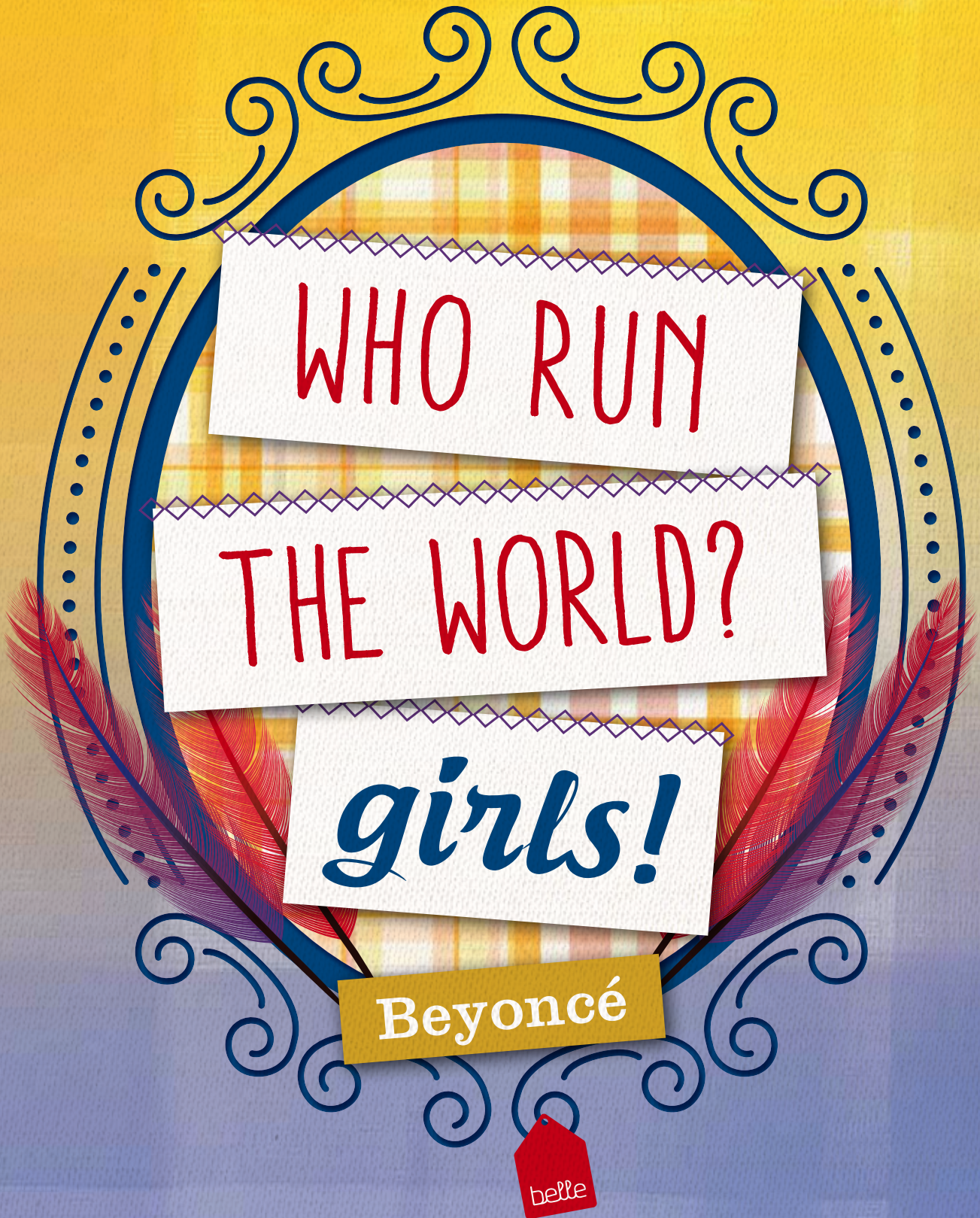
71 SMOOTHIES MET JOËLLE



IN JE DROMEN

- Feminisme **36**
- Vraag het Martanja **38**
- Talent: wat je zoekt, heb je al **40**
- Forever Friends **43**
- Testje: Hoe feministisch ben jij? **44**
- 10x Girlpower **45**
- Geloof is een jurk **48**
- Books & Belle **49**
- Column **50**





Beyoncé

belle



*Een sterke vrouw, wie
zal haar vinden? Zij is meer
waard dan edelstenen.
Spreuken 31:10*

HIP VOLGENS DE MODEREPORTERS



De Modereporters zijn de zussen Maartje en Nienke. Ze bloggen op modereporters.nl over duurzame mode en maken voor Belle mooie foto's van hippe meiden.



€ 12,95
Noisy May



€ 19,95
Only



€ 29,95
Outfitters Nation



€ 99,95
Invito



€ 39,95
Pieces



€ 44,95
Object

€ 16,95
Pieces



€ 26,95
Vero Moda



€ 24,95
Noisy May



€ 69,99
Invito



€ 39,95
Noisy May



Spijkerjasje, wit T-shirt: **Vero Moda**
Zwart T-shirt, broek: **H&M**
Schoenen: **Van Haren**
Tas: **van de markt**
Bril: **DA**

JUSSI BOON (17) 'CASUAL STOER MET EEN VROUWELIJKE TOUCH'

Deze stoere meid heeft echt girlpower! Het afgelopen schooljaar verliep bij Jussi namelijk heel anders dan ze van tevoren had gedacht. Na het zien van televisieprogramma 'Sta op tegen kanker' besloot ze om het roer om te gooien en haar gekoesterde lange haren te doneren aan kankerpatiënten. Jussi: "Ik zag die zieke kinderen en mijn lange haren leken

ineens veel minder belangrijk. Ik ben echt heel blij dat ik het gedaan heb. Het was superspannend om te doen." Jussi haalt haar power ook uit het genieten van mooie dingen: 'Voordat het nieuwe schooljaar begint eerst even lekker shoppen en direct veel leuke dingen met vrienden inplannen, zo begin je meteen goed!'"

Girlpower!

Volgens jou

We vroegen jullie op Facebook wat girlpower is. Ook jouw girlpower-moment delen? Instagram of twitter met #bellegirlpower. Onder deze hashtag verloten we een pakket met stoere boeken!



WILLERIEKE
Zeggen hoe jij over dingen denkt.

FLORA
Doorgaan met alles in wat voor situatie dan ook.

HANNA
Meiden met wilskracht en doorzettingsvermogen!

ELISE
Alle Belles die door één God gemaakt zijn en voor zichzelf opkomen.

RENATE
Dat meiden beter zijn dan jongens.

CELINE
Moed, jezelf zijn en van jezelf houden.

SARAH
Meisjes die alles op alles zetten om voor zichzelf op te komen.

ANNE
Jezelf durven zijn en jongens verslaan!

ESTHER
Dikke vette chickies met grote spierballen!

MARELLA
Chicks die voor zichzelf op kunnen komen.

Wat is jouw **GIRLPOWERSTIJL?**

Sta je graag in de spotlights of ben je meer van de details?
Ben je classy of meer sportief? Ontdek je eigen stijl!



SHINING STAR

JIJ HOUDT ERVAN JEZELF TE UITEN MET JE KLEDING. JE VALT OP MOOIE STOFJES EN JURKJES ZIJN ALTIJD GOED. HET MOET JE STERKE PUNTEN BENADRUKKEN EN LIEFST EEN BEETJE GIRLY EN GLANZEND ZIJN!

Linda
(vrolijk en betrouwbaar)

Denise
(aardig en grappig)

FOREVER FRIENDS

Denise en Linda zijn allebei veertien en kennen elkaar uit de brugklas. Ze gingen eerst gewoon als klasgenoten met elkaar om maar kregen ruzie. Gelukkig legden ze dit snel bij en nu zijn ze alweer bijna twee jaar beste vriendinnen. Ze mogen niet eens meer naast elkaar zitten in de klas, omdat ze dan te veel kletsen!

Waarom vinden jullie elkaar belle?

Denise: "Linda is altijd aardig voor iedereen en ze heeft heel mooie lichtblauwe ogen."

Linda: "Ik vind dat Denise ook mooie ogen heeft en ze is altijd vrolijk. Ze zegt nooit iets stoms over iemand. Ze is gewoon de perfecte vriendin!"

Wat vinden jullie het leukst om samen te doen?

Linda: "In de vakantie gingen we een keer bij mij logeren. Dat vond ik het leukst. We hebben heel de nacht het spel 'Giebelen' gespeeld, waarbij je elkaar vragen moet stellen en opdrach-

ten moet doen. We moesten bijvoorbeeld de hele tijd met een clownsneus en knalrode lippenstift op zitten, dat was echt heel grappig. Ook gingen we naar het dorp om alle make-up uit te testen, maar dat vonden de winkels niet zo leuk. Ze gooiden ons er zelfs uit!"

Denise: "Logeren, zwemmen... Eigenlijk vind ik alles leuk! We kunnen eindeloos met elkaar praten."

Linda: "Daarom mogen we ook niet meer naast elkaar zitten in de klas. Alles wordt leuker als we samen zijn, zelfs school is nu leuk."

Heeft jouw vriendin girlpower en waarom?

Denise: "Linda heeft echt girlpower! Ze kan supergoed zingen en dat vind ik heel knap. Ook neemt ze het altijd op voor mensen als ze gepest worden."

Linda: "Denise geeft altijd 100%, ook al vind ze iets niet leuk. Dat vind ik girlpower. Ze heeft dyslexie, dus ze vindt lezen niet zo leuk, maar daar moppert ze nooit over. Als ik chagrijnig ben omdat ik mijn wiskundehuiswerk niet snap, helpt ze me altijd. Eigenlijk helpt ze iedereen."





fe·mi·nis·me (het; o) het streven naar gelijke rechten voor vrouwen en mannen

GA JIJ ACTIEVOEREN ALS JE MERKT DAT VROUWEN ONRECHTVAARDIG WORDEN BEHANDELD? OF MAAKT HET JOU EIGENLIJK NIET ZOVEEL UIT? TEST HET!

Op de EOJD zijn meer damestoiletten dan herentoiletten. Jij...

- A Appt naar je vriendinnen dat dit echt niet kan
- B Hebt het niet eens gemerkt.
- C Schrijft een brief naar de organisatie over deze vorm van discriminatie

Tijdens een project bij geschiedenis behandelen jullie de tien grootste geschiedenishelden. In de toptien staan alleen maar mannen. Jij:

- A Vraagt de docent of er ook vrouwelijke helden waren.
- B Zwijmelt weg bij het zien van al die knappe mannen.
- C Komt met een alternatieve toptien met alleen maar vrouwen en hangt die door de hele school

Na de bevalling van haar eerste kindje gaat je zus minder werken. Haar man blijft fulltime werken. Jij:

- A Hoort het wel vaker. Je zou er zelf niet voor kiezen, maar als zij er blij mee is...
- B Snap het wel. Moeders horen meer thuis te zijn....
- C Belt haar man op en vertelt hem de waarheid: hoe kan hij zou ouderwets zijn om haar alleen de zorg voor het kind te laten doen?

Als ik zeg 'Aletta Jacobs', zeg jij:

- A Je twijfelt of dit de eerste SGP-vrouw was die zich verkiesbaar stelde of dat het iemand van 'vroeger' was.
- B Aletta wie?
- C Dat is mijn grote voorbeeld. Wat een stoer mens!

Als je ouders een feestje geven, vraagt je moeder jou te helpen met het maken van hapjes. Jij:

- A Spreekt af dat je broer dan volgende week de afwas moet doen. Daarna help je vrolijk mee.
- B Vind het een slimme keuze van je moeder. Hapjes maken is een echt vrouwending.
- C Weigert. Je broer kan dat ook prima. Dit is zó cliché.

De decaan van de school adviseert alle meisjes om Verpleegkunde of PABO te gaan doen. Jij...

- A ...zegt voor de grap tegen hem dat je in het leger wilt.
- B ...wilt al van jongsaf aan juf worden. Dus je bent het eens met zijn advies.
- C ...schrijft een brief naar de directie dat hij vanwege slecht functioneren op staande voet moet ontslagen worden.

Lilian Janse is de eerste vrouw op de kieslijst van de SGP. Jij:

- A Vindt haar dapper, maar zou het zelf nooit doen.
- B Leest dit voor het eerst. En je hebt er eigenlijk geen mening over.
- C Hebt haar een facebookberichtje gestuurd om haar te feliciteren met deze fantastische stap.

Je werkt bij de Jumbo als vakkenvuller. Tijdens de lunch kom je erachter dat jouw buurjongen, die even oud is, meer verdient dan jij! Jij...

- A Vraagt de volgende keer dat je je baas spreekt of er een speciale reden is waarom jij minder verdient.
- B Houdt je mond en bent blij met het geld wat je krijgt.
- C Legt direct je werk neer. Je begint een actie op Twitter om te zorgen dat niemand meer bij deze supermarkt z'n boodschappen doet!

Je ontmoet de prins op het witte paard en je gaat met hem trouwen!!! Hoe ga je heten?

- (Als voorbeeld: jij heet Aimee de Jong; je lover heet Alexander Veensma)
- A Aimee de Jong – Veensma.
 - B Aimee Veensma – de Jong.
 - C Aimee de Jong. De achternaam van je man aannemen is zó achterhaald.



De uitslag weten? Check huisvanbelle.nl/feministetest



even belten met

RACHEL HELD EVANS

Rachel Held Evans schreef het boek 'De deugdzame huisvrouw', waarin ze beschrijft hoe ze een jaar lang als een Bijbelse vrouw leefde. Aan de hand van Spreuken 31, dat 'Loflied op een sterke vrouw' heet, hield ze zich aan verschillende Bijbelse regels voor vrouwen. Tijd om haar hier via Skype over te bevragen.

WAT WAS DE BELANGRIJKSTE REDEN OM EEN JAAR LANG VOLGENS DE BIJBEL TE LEVEN?

'Vroeger hoorde ik op allerlei plekken, zoals in mijn kerk, wat Bijbelse vrouwelijkheid was, maar ik was het eigenlijk nooit eens met die beschrijving. Misschien had ik een te sterke eigen mening. Toen ik volwassen was, wilde ik ingaan tegen het idee dat de Bijbel één manier voorschrijft van vrouwelijkheid. Dit vond ik een grappige manier daarvoor.'

WAT VOND JE HET LEUKSTE EN HET MEEST VERSCHRIKKELIJKE AAN HET PROJECT?

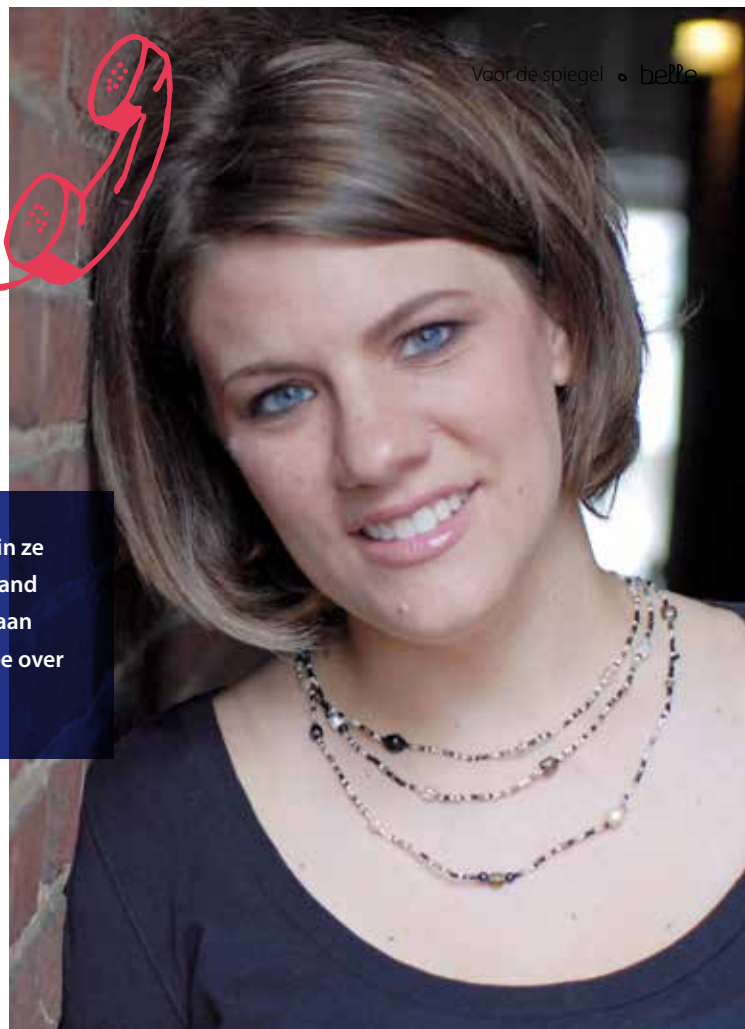
'Ik vond het heel leuk om te leren koken, dat was een verrassing! Er waren veel stomme ervaringen, maar het ergste was het kamperen in de tuin toen ik ongesteld was. De tent was erg warm en ook voor de burens was het wat vreemd. Daarbij mocht ik twaalf dagen niemand aanraken. Ik zat in een soort isolement en voelde me verwijderd van mijn vrienden en familie.'

WAT IS JE BELANGRIJKSTE CONCLUSIE?

'Dat niemand voor de volle honderd procent vrouw kan zijn volgens de Bijbel, want het is onmogelijk alle regels te volgen. Het gaat er volgens mij niet zozeer om dat je een Bijbelse man of vrouw bent, maar een persoon die zoveel mogelijk op Jezus probeert te lijken.'

HOE WAS JE ZELF ALS TIENER EN WAT HEB JE DAARVAN GELEERD?

'Het was een periode met ups en downs. Enerzijds was het een mooie tijd, maar ik vond mezelf nooit goed genoeg: zo moest ik altijd harder werken en meer bidden. Ik heb geleerd dat het belangrijk is altijd de waarheid te



zeggan. Ik deed me altijd dommer voor omdat ik dacht dat bijvoorbeeld jongens me leuker zouden vinden. Daar heb ik spijt van, omdat ik het idee heb dat ik nooit echt mezelf was. Ik had vragen over de kerk en wat nu waar was, maar ik durfde ze nooit te stellen. Ook al is het een cliché, ik denk dat het heel belangrijk is jezelf en je vrienden de waarheid te zeggen over wie je nu echt bent en wat je denkt.'

JIJ SCHREEF HET BOEK ALS GETROUWDE VROUW. WAT KUNNEN TIENERMEISJES MET JOUW PROJECT DOEN?

'Gedurende het jaar deed ik soms dingen die heel ongemakkelijk waren. Ik wil meisjes uitdagen om iets te doen wat heel eng is en raar. Geef jezelf een rare opdracht, zoals een stuk van je stad bezoeken waar je nog nooit bent geweest. Het is heel cool om zulke dingen te doen, je leert er alleen maar van.'



Durf jij het aan een gekke opdracht te verzinnen zoals Rachel deed. Stuur een foto of filmpje naar redactie@huisvanbelle.nl met wat jij gedaan hebt en wie weet win jij het boek 'De deugdzame huisvrouw'!

POWERISSUES!

GIRLPOWER! OF TOCH EVEN NIET...? SOMS IS DIE POWER VER TE ZOEKEN. JE FIETST DOOR EEN MEGA PLENSBUI TERWIJL JE ZO VOOR DE KLAS MOET STAAN, JE HEBT NATUURLIJK WEER EEN OOGJE OP DE LEUKSTE JONGEN VAN SCHOOL OF JE WANGEN WORDEN WEL HEEL SNEL ROOD... WIJ GEVEN JE TIPS OM DIE POWER WEER TERUG TE KRIJGEN!



IK BEN VERLIEFD OP DE POPULAIRSTE JONGEN VAN DE SCHOOL, WAT NU?

1

De vlinders fladderen door je buik als je hem ziet, in de les schrijf je overal zijn naam en inmiddels heb je op internet alles over hem opgezocht. Maar helaas zijn er meer meiden die een oogje op deze leuke jongen hebben. Lastig! Bedenk eerst eens waarom je hem zo leuk vindt. Alleen om z'n looks of omdat je hem echt leuk vindt om wie hij is? Probeer eens een paar keer een praatje met hem te maken. Zo leren jullie elkaar beter kennen. Glimlach en probeer oogcontact te maken. En wees jezelf, dan ben je het leukst! Nog steeds helemaal verliefd? Vraag of hij iets gezelligs met je wil doen. Waarschijnlijk ontzettend spannend, maar een beetje girlpower laten zien kan geen kwaad. Zo weet je meteen of hij ook een oogje op jou heeft. Probeer eerst elkaar beter te leren kennen, en wie weet kun je hem over een tijdje dan wel jouw vriendje noemen! Vindt hij je toch niet leuk? Even liefdesverdriet hebben mag best, maar daarna gewoon weer verder! Er lopen genoeg andere leuke jongens rond die jou wel leuk vinden om wie je bent!

5. **Op zoek naar hulpmiddelen.** Laten we bij het voorbeeld van de presentatie blijven. Je zenuwen kunnen zorgen voor knikkende knieën en een bibberstem. Je hoofd voelt volkomen leeg en je vraagt je af waar je de tekst ook al weer hebt op geslagen in je hersenen. Op zo'n moment is het handig als je hulpmiddelen tot je beschikking hebt, die je een handje helpen. Wist je dat het opschrijven van alleen steekwoorden veel beter helpt dan je hele tekst op papier? Schrijf de woorden op een kaartje. Een mooi formaat wat je tijdens je presentatie in je hand kunt houden. Heb je ook een hand vrij om je kleren recht te trekken tijdens je presentatie :)

7. Ga eens uit je comfortzone.

Zoek nieuwe situaties op! Bedenk bijvoorbeeld met een vriendin vijf dingen die ronduit belachelijk zijn, waarbij je bij voorbaat al door de grond wil zakken. Denk niet te groot, denk creatief en een tikkeltje gek, maar wel iets waar je een beetje bang voor bent. Voer het daarna uit! Waarschijnlijk heb je een ontspannen middag en kun je er hartstikke hard om lachen samen. Achteraf zul je verstelt zijn van jezelf, heb je dat even mooi gedaan!

9. Volg een training of zoek de schoolmaatschappelijk werkster op.

De andere tips heb je misschien al zo vaak geprobeerd. Je blijft er maar mee tobben en weet niet goed hoe je ooit zonder faalangst zult leven. Klinkt dit bekend? Ga eens langs bij je mentor en leg de situatie uit. Op veel scholen worden trainingen gegeven om om te gaan met faalangst. Er zijn genoeg meiden zoals jij, die extra hulp tegen faalangst kunnen gebruiken. Helemaal niet gek en vooral heel dapper als je met jezelf aan de slag gaat!



6. Ga de uitdaging aan. Op korte termijn lijkt het prettig om situaties te vermijden waar je zoveel angst hebt om te falen. Maar op de langere termijn zul je merken dat je er een beetje krampachtig van kan gaan leven. Daarnaast is het zo dat hoe vaker je iets doet, hoe meer je je zult beseffen dat het best aardig gaat (of gewoon zelfs goed). Kies ervoor om faalangst niet je leven te laten beïnvloeden, maar beïnvloed met je leven de faalangst!



8. Leer van je fouten. Faalangst kan ook effectief zijn. Het zet je op scherp en laat je presteren. Is dat goed dan? Ja, in zekere mate wel. Hoe saai zou het leven zijn als alles alleen maar goed zou gaan? Je mag jezelf best toestaan om te falen. Het hoort er namelijk bij! Van je fouten kun je leren. Dus heb je gefaald? Dan mag je je daar even rot onder voelen, maar bedenk daarna: wat ging er goed en wat minder? De volgende keer gaat het dan weer een stukje beter!



10. Wees je eigen vriendin. Daarmee bedoel ik niet dat je je vriendinnen aan de kant moet schuiven natuurlijk. Bedenk hoe jij je vriendin zou helpen als ze naar je toe zou komen met haar faalangst klachten. Die bemoedigende dingen kun je ook tegen jezelf zeggen! Stuur jezelf eens een lieve mail of sms. Zoals jij je vriendinnen waardeert, mag je ook jezelf (leren) waarderen. Ook met je faalangst mag je er zijn en ben je nog net zo Belle, punt uit.

Lfs, THINGS THAT MAKE YOU HAPPY

Doen!

Spaar je voor iets maar heb je geen leuke spaarpot? Om het sparen nog leuker te maken kun je heel eenvoudig zelf een spaarpotje maken. Pak een lege pot appelmoes of jam. Spoel deze goed om en haal het etiket eraf. Print een plaatje van je spaardoel, als je bijvoorbeeld spaart voor een mooi jurkje, print dan het jurkje uit zodat je ziet waarvoor je spaart.



IPHONE HOESJE

Wat dacht je van dit leuke roze iPhone hoesje? Je telefoon is beschermd tegen krasjes en deukjes en het ziet er nog eens fashionable en fleurig uit.
Iphonehoesjesfabriek.nl



VITAPENS HIGHLIGHTERS

Het nieuwe schooljaar staat voor de deur. Dat betekent nieuwe schoolspullen! Check deze leuke markeerstiften in de vorm van vitaminepilletjes. Handig om je toetsen en belangrijke notulen te markeren. Of gewoon om je schriften mee te pimpen!
Te koop bij megagadgets.nl



DINGEN DELEN WAAR JIJ BLIJ VAN WORDT? MAIL NAAR REDACTIE@HUISVANBELLE.NL