

# De Proefrit

NSR Amsterdam CS

oplage 950 stuks

---



Uitgave nummer 10

oktober 2005

Het NS-personeelsblad van, voor en door medewerkers van het  
Centraal Station van Amsterdam

# Colofon

**Eindredactie:**

Regie Redmeijer  
Rob Roos

**Redactie:**

Marian Connotte

**Vormgeving:**

Rob Roos  
[meesterrob140@hotmail.com](mailto:meesterrob140@hotmail.com)

**Foto's:**

Foto van pagina 4: Gerrie (uit Udenhout)  
Foto van pagina 13: Willem van der Houven

**Redactie E-Mail adres:**

[redactieasd@isonzenaam.nl](mailto:redactieasd@isonzenaam.nl)

**"De Proefrit" is ook te lezen op internet :**

<http://www.de-proefrit.nl>

Met dank aan allen die een bijdrage hebben geleverd aan de totstandkoming van deze uitgave.

De Redactie behoudt zich het recht voor om ingezonden teksten te wijzigen of niet te plaatsen indien daarmee mensen in persoonlijke sfeer worden gekwetst of het bedrijfsbelang geschaad wordt!

Niets uit deze uitgave mag worden overgenomen of gereproduceerd zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de redactie.

© 200x



# Van de redactie

Uitgave nummer 10, oktober 2005

Hallo allemaal,

Het is ons weer gelukt het oktobernummer ook daadwerkelijk in oktober te laten verschijnen, iets wat toch altijd weer een hele klus blijkt te zijn.

In deze Proefrit, naast de vertrouwde rubrieken, puzzels. e.d. ook een artikel over ongewenste inbraken (toepassen van een firewall) op de computer.

Verder een oproep aan jullie allemaal om ons te komen helpen met dit blaadje, als fotograaf, columnist en/of vast redactielid. We hebben er vertrouwen in dat onder jullie heel wat talent huist, dus laat van je horen!

De volgende Proefrit wordt weer een dubbelnummer en zal begin december verschijnen. Heb je nog leuke decembertips, laat het ons dan weten!

Rob

Sluitingsdatum De Proefrit nr. 11:  
15 november 2005



## Ken je standplaats

De oplossing uit het septembernummer is:

**Messing deurkruk** (diverse deuren op de 2<sup>e</sup> etage)

Onder de inzenders hebben we een bioscoopbon verlost en deze gaat deze maand naar:

A. Bokazini (TSV)

Nico Turfkruier (Mcn)

Van harte!!!

-----

De nieuwe opgave, waar of wat is dit?



Wil jij in aanmerking komen voor één van de bioscoopbonnen?

Doe dan nu mee aan "Ken je standplaats"!

De oplossing kun je vóór 15 november sturen naar het e-mailadres van de redactie, [redactieasd@isonzenaam.nl](mailto:redactieasd@isonzenaam.nl) of per briefje in de groene brievenbus van "De Proefrit".

(zet wel even je kast- of gsm-nummer erbij!)

Deze brievenbus hangt op het servicebureau (bij binnenkomst links).

De winnaar(es) krijgt persoonlijk bericht!!!!

# Verborgen cijfers

In elke rij en kolom komen de cijfers 1, 2, 3, en 4, elk één keer voor.  
 Het cijfer aan de rand geeft het cijfer aan dat het eerste vanaf die zijde te zien is.  
 Een aantal cijfers is al ingevuld. Verder zijn er zwarte vakjes: hierop komt niets!  
 Let op: In het eerste hokje blijven er geen lege vakjes over! In de andere  
 puzzels wel!

**A**

	1	3	2	4	2	1	4	
1			■				■	2
2	■				■			4
2				■		■		3
3			■				■	2
2	■							1
1							■	4
4		■			■			2
	4	2	3	1	3	4	2	

**B**

	4	3	1	2	4	3	1	
4								3
3								1
2			3	1				4
1								3
3					2			4
2								3
4								2
	3	2	4	3	3	1	2	

**C**

	1	1	3	3	4	4	2	
1								2
2								1
2			4	■	■			3
3				■	■			1
3								4
4								3
1								3
	4	2	1	4	2	3	4	

**D**

	1	2	4	3	1	2	3	
1								2
4								1
2				■	■			3
2				■		■		4
2				4				1
3								2
3								2
	3	3	2	1	4	1	2	



# Aal van Centraal

Piep hoi allemaal

Veel mensen willen weten wie ik ben, want anonieme inzendingen mogen niet meer. Helaas moet hier dan maar eens even vertellen wie ik ben.

Ik ben Aal, een bruin/grijs muisje en ik ben waarschijnlijk een jaar of 6 oud (dat is best oud voor een muis hoor). Ik woon al jaren met mijn vaste vriendin Molly in een holletje vlakbij spoor 15. Wij hebben samen in de loop der jaren een kleine 56 kinderen gemaakt en bij andere vriendinnen heb ik ook nog eens zo'n 120 kinderen gemaakt. In onze wereld is het normaal dat je meerdere vrouwtjes hebt, dus veroordeel me maar niet. Ouders en schoonouders heb ik niet meer, die zijn allemaal al vermoord door middel van vergif of door treinen. Maar daar ben ik niet boos over hoor, dat hoort ook bij het leven.

Wij wonen in een heerlijk hol. Aan de ene kant van ons hol kijk je uit op het water en aan de andere kant wandel je zo het Centraal Station in. Het is het hol dat ik van mijn ouders heb geërfd. Ik heb honderden kennissen, 3 echte vrienden en 2 echte vriendinnen, naast mijn eigen Molly.

Mijn 1<sup>e</sup> vriend is Ed. Ed is op veel plaatsen geweest en heeft heel veel levenservaring. Hij is zwart en heeft jaren in de Bijlmer gewoond en hij is denk ik wel 12 jaar oud (in mensenleeftijd rond de 80). Met hem kan ik uren filosoferen over de dingen en vragen van het leven. Hij is heel wijs.

Mijn 2<sup>e</sup> vriend is Speedy; hij is vernoemd naar een tekenfilmfiguur die erg snel was. Speedy is wat jonger dan Ed en ouder dan ik ben, ik denk dat hij 10 jaar is. Met Speedy ga ik achter de vrouwtjes aan en stappen. Verder helpt Speedy mij vaak met het verzamelen van info voor de stukjes die ik schrijf voor jullie personeelsblad en voor De Muizebode (dat is ons buurtblad). Speedy is gewoon een toffe peer.

Mijn 3<sup>e</sup> vriend is Sam. Hij is pas 4 en nog vrij onschuldig, maar wel heel slim, hij heeft een aantal jaar op de universiteit van Amsterdam gewoond. Hij probeert me alles te leren over mensen, hun manieren en gedragingen, helaas ik leer het niet echt. ☺

Mijn 2 vriendinnen zijn mooie, lieve, slimme meiden, die alles weten van treinen, hoe laat ze waar aankomen/vertrekken, hoe treinen in elkaar zitten en kunnen rijden en ze weten ook veel over reizigers.



Ze helpen me dan ook heel vaak om info te krijgen voor/over stukjes voor jullie blaadje. Ze komen vaak bij mij en Molly thuis kaassoep eten. Gewoon twee kanjers dus.

Zo, nou weten jullie alles over mij.  
Nu ben ik niet meer anoniem en mag ik wel blijven toch??????  
Alsjeblieft



Groetjes,  
Aal van Centraal

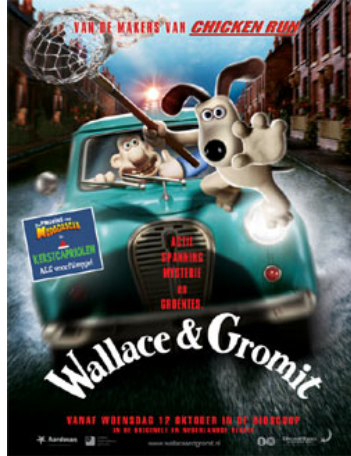


# Filmtips

## Wallace and Gromit

*Lengte: 85 Minuten.*

Uitvinder Wallace en zijn hond Gromit zijn een nieuw bedrijf begonnen, Anti-Pesto, dat gespecialiseerd is in het weghouden van konijnen uit moestuinen. Het gaat goed met het bedrijf, want er is een belangrijke tuinbouwwedstrijd op komst en daar kan niemand konijnen bij gebruiken. Maar iedereen raakt in paniek wanneer er plotseling een groente etend monster in het dorp rondwaart. De mooie Lady Tottington, die een oogje heeft op Wallace, is onder de indruk van de humane manier waarop Anti-Pesto te werk gaat en huurt het duo in het beest te vangen. Wallace en Gromit doen hun best om het monster te vangen, maar dat blijkt niet zo makkelijk te gaan.



## Corpse Bride

*Vanaf 3 november in de bioscoop*

In een klein Europees dorpje in de 19e eeuw, staat Victor van Dort (Johnny Depp) op het punt te trouwen met Victoria. Maar per ongeluk komt zijn trouwring om de vinger van een vermoordde vrouw te zitten, en zo huwelijkt hij zichzelf uit aan de mysterieuze "Corpse Bride" (Helena Bohnam Carter). Victor belandt in de onderwereld waar het er een stuk vrolijker aan toe gaat dan bij hem thuis. Toch komt Victor erachter dat niets in dit leven of het hiernamaals hem bij zijn enige echte liefde weg kan houden.



## Four Brothers

*Lengte: 109 Minuten.*

Hun adoptief-moeder wordt vermoord bij een overval op een kleine supermarkt. De gebroeders Mercer zijn met z'n vieren: heethoofd Bobby (Mark Wahlberg), vrouwenversierder Angel (Tyrese Gibson), familievader en zakenman Jeremiah (André Benjamin) en aankomend popster Jack (Garrett Hedlund). Ze besluiten op hun geheel eigen wijze de moordenaar van hun moeder op te sporen. En als ze hem dan hebben (of zijn het meerdere moordenaars?), dan zullen ze snel korte metten met hem maken. Want welke idioot vermoordt nou de liefste vrouw ter wereld terwijl ze boodschappen doet? Tijdens hun speurtocht komen ze er al snel achter dat er iets groots achter de moord op hun moeder zit. Mrs Mercer is niet toevallig tijdens een overval vermoord – het lijkt er meer en meer op dat ze geëxecuteerd is. Maar waarom?



## Doom

*Vanaf 3 november in de bioscoop*

In een onderzoeksstation op Mars waar vreemde wezens en zeldzaam DNA worden onderzocht, is een duivelse kracht uit een andere dimensie losgebroken. Het centrum staat onder quarantaine en alle communicatie met de aarde is onverhoopt afgesneden. De berichten die nog doorkomen, klinken verontrustend en bedreigend. Sarge ('The Rock') en zijn soldaten, van de Special Squad, zijn het laatste redmiddel voor het onderzoeks-station.



## Jij en je Lijf

Hallo lieve lezers,

Hopende dat u allen hebt genoten van een welverdiende vakantie.

Ik weet niet hoe het met u zit, maar ik ben in de vakantie een paar kilo aangekomen. Het eten was veel te lekker en het biertje smaakte me ook veel te goed. ☺

Toch heb ik ook elke dag de nodige baantjes gezwommen en heel wat afgewandeld. Nou ja, hoe dan ook ik moet er weer even tegenaan. Wat vaker de trap nemen, de fiets nemen en weer meer water drinken en wat minder bier.

Kijk, ik als HC maak mijn rondjes wel, wandel vaak genoeg door de trein en moet soms zelfs bijna rennen.

Voor de Machinist is het lastiger, die moet veel meer zitten dan ik.

Dat betekent dat hij/zij op andere momenten aan hun beweging dienen toe te komen. Zeker als je een paar kilo kwijt wil.

Als het kan, ga op de fiets naar je werk of het station. Neem de trap i.p.v. de lift.

Wij hebben in ons bedrijf nog wat andere problemen, onregelmatige diensten, werken op een bewegende ondergrond en regelmatig klim en klauterwerk, van treinen af de ballast in.

Zeker die onregelmatige diensten zijn lastig.

Probeer elke dag rond dezelfde tijd te eten en eet liever niet meer na 20.00 uur. Heb je nachtdienst, vergrijp je dan niet aan die heerlijke Turkse pizza, maar neem zelf brood mee en wat fruit.

---

Ben je eigenlijk wel echt te zwaar??

Dat kun je op de volgende manier berekenen;

Lengte x lengte= ...

Kilo's : .... = uitkomst.



In mijn geval; Ik ben 1.66 m en weeg 86 kilo

$$1.66 \times 1.66 = 2.75$$

$$86 : 2.75 = 31.2$$

Uitkomst:

14 - 17 ondergewicht: kans op lichamelijke klachten

18 - 24 uitstekend!

25 - 29 iets te zwaar, maar niet zwaar genoeg om te moeten afvallen

30 - 45 ernstig overgewicht, wat risico's oplevert voor je gezondheid

Ik ben dus te zwaar.

In de volgende Jij en je lijf weer meer.

Intussen, blijf bewegen, blijf lief voor jezelf en soms ook streng.

Regie

---

## Wist je dat

- je ideeën mag inbrengen voor rubrieken?
- we nog steeds leuke verhalen zoeken voor dit blaadje?
- we 3 criteria voor plaatsing gebruiken?
  1. het mag het bedrijfsbelang niet schaden,
  2. het mag geen collega's kwetsen op welke manier dan ook (ook management valt onder collega's),
  3. de redactie behoudt zich altijd het recht voor stukken in te korten of niet te plaatsen, indien punt 1 of 2 aan de orde is.
- je in dit blaadje ook zoekertjes kunt plaatsen?
- we ook leuke wist-je-datjes van jullie verwachten, dat geldt ook voor het management?
- je je bijdrage kwijt kunt aan de redactieleden, via de brievenbus op het servicebureau en via:  
[redactieasd@isonzenaam.nl](mailto:redactieasd@isonzenaam.nl) ?  
je De Proefrit ook kunt lezen op: <http://www.de-proefrit.nl> ?



## Vanrail themadag 13 oktober 2005

Op 13 oktober 2005 was het dan zo ver, na lang voorbereiden van de commissie, waar ondergetekende ook deel van uitmaakt. Om 12:30 u werden onze gasten verwacht in de ASSV. De gasten bestonden uit Vangrailers, Pm's, Vakondersteuners, Knoko's, Om's, de PDM e.a. Om 12:45 u werd de dag geopend door Johan Groot, de voorzitter van Vanrail en daarna nam Tjitso het woord. Hij begon met iedereen welkom te heten, waarna de rebus met het thema van de dag werd onthuld.....Na het kraken van de hersenen kwamen we eruit: het antwoord was beeldvorming.

Tjitso vertelde dat het thema niet zomaar was verzonnen en dat de dag bedoeld was om een beeld te krijgen van de gemeenschappelijke belangen die Vanrail (een club van collega's voor collega's) en het management die natuurlijk zijn een "collega op een zo goed mogelijk en snelle manier weer aan het werk te helpen", Hiervoor heb je dus te maken met beeldvorming van elkaar, de collega's en hun werk. Tjitso omschreef het programma dan ook in vergelijking met een Vanrail gesprek "je hebt een raam en dat is alles wat je weet; er zit ook iets in: glas, veiligheidsglas, gekleurd glas of ander glas en je weet niet of het buigt of barst". Afijn, er was nog niks bekend.

We begonnen eerst eens met een spel om de groep zo gemixt mogelijk te krijgen, alles door elkaar. Toen dit gelukt was, vertelde Tjitso dat de groep in kleine groepjes verdeeld zou worden en dat we zouden beginnen met beeldvorming van ons publiek, klanten, reizigers. Dit moest bereikt worden door het houden van station interviews. Alle groepen kregen een tweetal vragen, een blocnootje en een (Vanrail)pen mee en gingen op pad.

Om 13:45 u was het verzamelen op het meeting point bij de taxistandplaats en was het tijd geworden voor het ontspanningsgedeelte. We liepen toen naar Lovers toe en scheepten in op de "Andre van Duin". Het was nu tijd voor wat ontspanning en voor koffie met cake. Toen we een tijdje gevaren hadden, nam Tjitso het woord weer, hij vertelde dat we naar het Leidseplein zouden gaan en dat ieder groepje daar ergens in de buurt kon zitten, hangen, staan om dan de resultaten van het stationsinterview te bespreken aan de hand van een opdracht in de envelop. Een goede drie kwartier



verder moesten we weer inschepen om terug te varen naar het CS en we liepen terug naar de ASSV. Daar nam Tjitso weer het woord. We hebben nu een beeld kunnen krijgen van de reizigers en een beeld van onze stad. Nu gaan we beeld maken. Er stonden tafels klaar met papier en wasco en daarnaast lag ook een opdrachten formulier. De opdracht luidde: maak van je resultaten van je vorige twee vragen een conclusie als tekening zonder letters te gebruiken. De resultaten waren fenomenaal en werden per groep gepresenteerd.

De conclusie was dat beeldvorming per persoon verschilt en afhankelijk is van een palet van verschillende factoren.

Ter afsluiting hielden Johan en Menno Simon nog een praatje en de dag werd afgesloten met een hapje en een drankje. 's Avonds werd er nog door de Vangrailers geëvalueerd.

We kunnen volgens mij terug kijken op een leuke, leerzame dag waarbij we toch allen nader tot elkaar zijn gekomen.

Giovanni Masetti





Omdat een aantal mensen binnenkort hun actieve spoorcarrière beëindigt, is de redactie van De Proefrit met spoed op zoek naar:

- Een redactielid
- Een columnist
- Een fotograaf

Heb je zin ons enthousiaste team te versterken en denk je dat één of meer van de bovengenoemde activiteiten wel wat voor je is, laat het ons dan zo gauw mogelijk weten op ons welbekende e-mailadres: [redactieasd@isonzenaam.nl](mailto:redactieasd@isonzenaam.nl) of via een briefje in de groene brievenbus van De Proefrit (op het servicebureau).




# Software bespreking

## Bescherm je PC tegen spionagesoftware en inbrekers

Inbrekers die via Internet op je computer proberen binnen te komen, software die je surfgedrag vastlegt, reclame die ongewenst op je PC wordt geïnstalleerd: ZoneAlarm beschermt je hier tegen.

Het gratis programma ZoneAlarm komt hier vaak ter sprake als bescherming tegen inbrekers op je computer en als wapen tegen spyware, spionagesoftware en andere programmatuur die ongemerkt je internetverbinding misbruikt. Toch bereiken ons regelmatig vragen met betrekking tot dit programma. Vandaar dat we hier een korte inleiding geven op ZoneAlarm en je enkele links geven naar Nederlandstalige handleidingen voor het installeren en gebruiken van dit gratis programma.

 JUMP.EXE	02.06.00 10:22:12	Local: ✓ . .	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		Internet: . . ?	<input checked="" type="checkbox"/>	
 WindowBlinds	1.3	Local: . . ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		Internet: . . ?	<input type="checkbox"/>	
 mmjib MFC Application	4.10.0034	Local: . . ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		Internet: . . ?	<input type="checkbox"/>	

### Wat is ZoneAlarm?

ZoneAlarm is een zogenaamde firewall. Een programma dat nauwlettend je internetverkeer in de gaten houdt. Het maakt je computer onzichtbaar voor de buitenwereld, geeft een melding als iemand via Internet op je computer probeert binnen te komen en vergrendelt je computer voor deze inbreker. Daarnaast controleert het alle verkeer die van jouw computer het Internet op gestuurd wordt. Het verkeer van programma's die niets te zoeken hebben op internet kan ZoneAlarm tegenhouden. Zo blokkeert de firewall spyware, software je surfgedrag registreert en dit doorgeeft aan marketingbureaus.

Spyware zit verstopt in veel gratis software. Er zijn programma's die deze geniepige software van je computer verwijderen, maar dit heeft vaak als consequentie dat het softwareprogramma waarin de Spyware verstopt zat niet meer werkt (dit is bijvoorbeeld met KaZaA het geval). Door ZoneAlarm te draaien kan je de spyware gewoon op



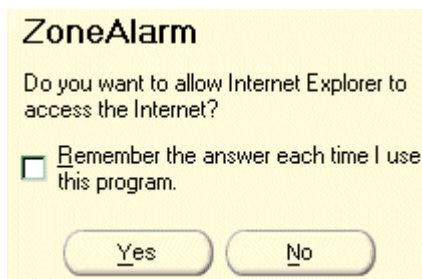
je computer laten staan, deze software draait dan nog wel door maar kan de gegevens niet meer doorsturen.

## Installatie

Na de eerste installatie van het programma krijg je een klein icoontje in de taakbalk te zien. Deze licht rood op als er verkeer verstuurd wordt vanaf je computer (bijvoorbeeld een e-mail) en licht groen op als er verkeer binnenkomt (bijvoorbeeld een webpagina die je opgevraagd hebt). Als je op het icoontje klikt kom je in het programmamenu, verder geeft het icoontje geen interessante informatie.

De installatie van het programma is hiermee nog niet ten einde. Het programma moet nu nog ingesteld worden en gelukkig gebeurt dit vrijwel automatisch.

Ieder programma dat contact probeert te maken met Internet geeft een melding. Je kan zo per programma bepalen of je dit programma inderdaad deze toegang wil geven.



Zo kun je opgeven dat je chatprogramma en browser verbinding met Internet mogen maken, maar dat je media-speler dat niet mag. Bij twijfel kun je het beste het programma blokkeren, mocht het programma daarna niet meer werken dan kun je het alsnog via het programma-menu vrijgeven.

Is het programma eenmaal ingesteld, dan hoeft de toestemming alleen nog maar (ook éénmalig) te verlenen aan nieuwe programma's. Mocht je na installatie nog problemen hebben, bijvoorbeeld met je netwerk of je ADSL-verbinding, dan kun je daarvoor de oplossing vinden in de handleidingen die hiernaast zijn aangegeven.

## Meldingen van "inbraak"

Als er iemand verbinding zoekt met je computer ("de poorten scant") kan dit een poging tot inbraak zijn. Je kunt je hiervan per poging op de hoogte laten stellen. Dit is echter niet plezierig, omdat je zult merken dat er veel meldingen binnenkomen. Vaak zijn dit geen echte inbraakpogingen maar heb je te maken met een webserver die tijdens een zoektocht naar een bepaalde computer toevallig jouw PC aandoet

### ZoneAlarm

The firewall has blocked Internet access to your computer (UDP Port 5632) from 165.247.26.235 (UDP Port 1196).

Time: 2/24/00 10:43:24



## Alternatieven

Op deze pagina vind je links naar ZoneAlarm en enkele andere firewall-programma's. ZoneAlarm is er in drie versies, waarvan alleen de basisversie gratis is. De uitgebreidere Pro-versie (40 dollar) stopt ook reclame en cookies, beschermt tegen e-mail virussen en tegen kwaadaardige codes van websites, spoort hackers op (via een whois) en kan verkeer van bepaalde websites en IP-nummers blokkeren.

<http://www.zonelabs.com>

<http://www.dedigitalerevolutie.tv>



# Leuke dingen doen

## ***Museumnacht Utrecht***

Op zaterdag 5 november openen alle Utrechtse musea na sluitingstijd voor de vijfde achtereenvolgende keer hun deuren voor de Museumnacht. Nieuw is de samenwerking met vijf BN'ers, die tijdens de nacht hun eigen route uitstippelen.

Bezoekers kunnen de favoriete museumstukken en cultuurtempels bewonderen van Vincent Bijlo, Karin Giphart, Bas Haring, Barry Atsma en Denise Jannah.

Mode van internationale topontwerpers, een spookstation, circus, klassieke films, theater, een interactieve speurtocht en nog veel meer staan op het uitgebreide programma van dit jubileumjaar.



### *Tijd:*

De musea zijn geopend van 19.00 tot 01.00 uur.

De afterparty is van 00.00 tot 04.00 uur in Babel.

De passé-partout (een polsbandje) geeft toegang tot alle deelnemende locaties van de Museumnacht en de Afterparty.

Een passé-partout kost € 17,50.

Voor studenten € 15,00.

Bij aanschaf van twee kaarten € 5,00 korting.

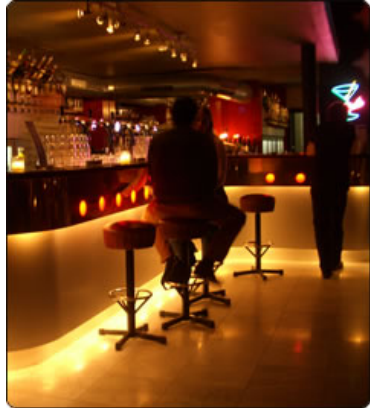
Kaarten zijn vanaf 8 oktober verkrijgbaar bij Rondom en VVV Utrecht. Op de avond zelf worden bij de deelnemende musea kaarten verkocht. Als grote lustrumactie is het 6 kaarten halen, 5 betalen.

<http://www.museumnacht.nl>

## **Nachttheater Sugar Factory**

Vanaf maart 2005 is Amsterdam een nieuw, nog ongekend concept in het nachtleven rijker. Alle mogelijke culturele en kunstzinnige vormen en uitingen ontmoeten elkaar in Nachttheater Sugar Factory en vloeien in elkaar tot een multidisciplinair avond- en nachtprogramma.

Nachttheater Sugar Factory creëert een doorlopende integratie van podiumkunsten om de ontwikkeling van nieuwe, lokale en internationale vormen van kunst, muziek, cultuur en theater te stimuleren..



Elke donderdag tot en met zondag biedt Nachttheater Sugar Factory een veelzijdig avondprogramma aan, boordevol uitlopende culturele disciplines.

De avond is verdeeld in een zogeheten 'Early night' (20.00 - 23.00 uur) en 'Late night' (23.00 - 05.00 uur).

### *Openingstijden:*

do. en zo. 21.00 tot 04.00 uur, vr. en za. 21.00 tot 05.00 uur (tenzij anders aangegeven).

Tickets reserveren?

[reservations@sugarfactory.nl](mailto:reservations@sugarfactory.nl)

Amsterdam Uitburo,  
Ticketbox (0900) 0191,  
Ticketshop (Leidseplein, hoek Marnixstraat).

Nachttheater Sugar Factory  
Lijnbaansgracht 238  
Amsterdam  
Tel.: (020) 6270008

<http://www.sugarfactory.nl>



# Kruiswoordpuzzel

## HORIZONTAAL

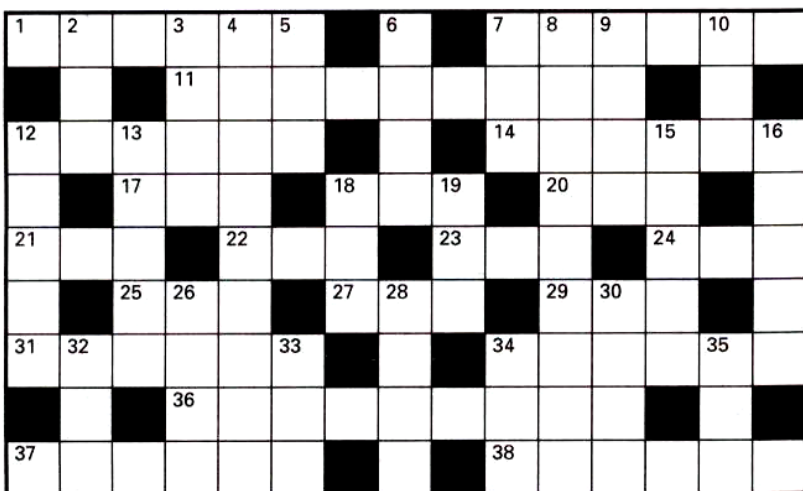
- 1** boom  
**7** gesloten aanval  
**11** soort boor  
**12** viezerik  
**14** de moeite waard  
**17** zeezoogdier  
**18** intens  
**20** opperwezen  
**21** landmaat  
**22** pratende vogel  
**23** pl. in Noord-Brabant  
**24** computermerk  
**25** ontkenning  
**27** omroepvereniging

- 29** raar aanwensel  
**31** aardheuvell  
**34** verkoop aan de deur  
**36** beklemmend  
**37** bestuurder  
**38** dierenfabels (bundel)

## VERTICAAL

- 2** afscheidsgroet  
**3** sneeuwwhut  
**4** krabben  
**5** voetbekleding  
**6** voorstelling  
**7** truikraag  
**8** op z'n hoogst  
**9** riv. in Italië

- 10** scheepstakel  
**12** jonge koe  
**13** godin v.d. vrede  
**15** landsverordering  
**16** kwade geest  
**18** deel v.e. zeilboot  
**19** paleis bij Apeldoorn  
**26** riv. in Duitsland  
**28** grote man  
**30** halfbloed  
**32** Trans-Europa-expres  
**33** rijs  
**34** boerenbezit  
**35** pl. in Gelderland



# Recept van de maand

## *Lamsfilet met gegrilde aubergine en courgette* (4 personen)

### Ingrediënten:

2 lamscarrés  
1 ui  
0.5 bol knoflook  
2 takjes tijm  
2 el. olie  
1 aubergine  
2 courgettes  
1 glas rode wijn  
1 glaasje balsamicoazijn  
2 dl. kalfsfond  
Peper  
Zout



### Bereiding:

- Maak de lamscarré schoon en peper en zout deze in.
- Bak de afsnijdsels in een beetje olie en voeg een halve fijngesneden ui en 3 teentjes knoflook toe.
- Voeg de balsamico, de rode wijn en de kalfsfond toe en kook dit in.
- Bak de lamscarré in olie en voeg de rest van de ui en de knoflook toe.
- Gaar de lamscarré verder in de oven ca. 10 minuten in een oven van 200 graden.
- Snijd de courgettes en de aubergine in plakjes en smeer in met olie, peper en zout.
- Gril deze gaar.
- Snijd de filet van de ribben en snijd deze in plakjes.
- Leg de groenten op een bord en leg hierop het lamsvlees.
- Zeef de saus en lepel de saus over het vlees.



## Collega's aan het woord.....



Hallo allemaal, wat is ASC? Het ASC staat voor Amsterdamse Staatsloterij Club. Wij zijn een club, die met zoveel mogelijk mensen mee wil spelen in de maandelijkse staatsloterij trekking en vooral voor de grote prijzen wil gaan!!

Danny heeft dit twee jaar geleden opgestart op Hoofddorp Opstel en er wordt inmiddels elke maand met zo'n circa 35 loten meegespeeld. Hieronder volgen in het kort de spelregels.

- ✓ U moet werkzaam zijn bij NS Reizigers.
- ✓ Indien U een andere standplaats heeft dan Amsterdam, dan moet U in het bezit zijn van een emailadres.
- ✓ Er kan te allen tijde worden ingeschreven.
- ✓ Je kunt altijd stoppen als je niet meer wenst mee te spelen. Je krijgt dan echter het geld pas uitbetaald in januari.
- ✓ Het maandelijkse bedrag bedraagt € 13,50 voor een heel lot incl. jackpot.
- ✓ Contante betaling is niet mogelijk!
- ✓ Het geld moet uiterlijk 10 dagen voor de trekking op de rekening staan.
- ✓ Indien NIET op tijd betaald is, betekent dat GEEN deelname!!!
- ✓ Het aantal loten is afhankelijk van het aantal betalingen dat we hebben ontvangen, het prijzengeld van de desbetreffende maand wordt dus alleen verdeeld over degenen van wie de betalingen tijdig binnen waren.
- ✓ Er wordt maar eenmaal per jaar (januari) uitgekeerd. (Zie het als een soort spaarrekening.)
- ✓ Uitzondering hierop: als het prijzengeld meer dan € 50,000 is, wordt er direct uitgekeerd.
- ✓ Maandelijks ontvangt U per e-mail of in uw kastje een overzicht met uw lotnummers en een financieel overzicht.
- ✓ Inzage in de administratie is door leden te allen tijde mogelijk. - Voor de Oudejaarsloterij is een ander reglement van kracht, u wordt daar tijdig over ingelicht.
- ✓ De rente min de kosten die gemaakt worden, wordt verdeeld over de deelnemers, dit gebeurt echter wel naar inleg en prijzengeld.

Heeft U nog vragen, dan kunt U deze gerust stellen aan ons!!

Heeft U interesse, vult U dan het inschrijfformulier in en deponeer dat in kast 263 of 166.

U kunt onderstaande gegevens ook mailen naar :

[asc@chello.nl](mailto:asc@chello.nl)

Het ASC.

Richard Verschuur : 06-16889574 en

Danny Kraaikamp : 06-16884406

### Inschrijfformulier ASC

Naam:.....  
Straat:..... nr.:.....  
Postcode:..... Woonplaats: .....  
Giro/Bankrekening: .....  
Personeelsnummer:.....  
Telefoonnr.:.....  
Functie:.....  
Standplaats:.....  
Emailadres:.....  
Kastnummer:.....

*Uw gegevens worden vertrouwelijk behandeld!*





Nieuws uit de media

Nieuws van de vakbonden

Nieuws uit de politiek

Nieuws van reizigersorganisaties

Nieuws van collega's

Noem maar op...

Rijdend Personeel verzamelt al het nieuws  
voor jou op de website

[www.rijdendpersoneel.nl](http://www.rijdendpersoneel.nl)

Er is een chatroom en een forum  
waar je kunt communiceren  
met collega's uit het hele land

Kom kijken, registreer (niet verplicht)  
en doe mee op:

[www.rijdendpersoneel.nl](http://www.rijdendpersoneel.nl)  
Het station op internet





## **Ken je A.S.S.V. nog niet???**

Vooral voor mensen die nog niet zo lang in dienst zijn van NSR vertellen we hier iets over de A.S.S.V.

De A.S.S.V. is een vereniging voor het personeel van NS-Reizigers en is opgericht op 1 maart 1948. De accommodatie bevindt zich aan het einde van perron 2b en bestaat uit een aantal zalen. Ook is er een bar welke zich uitermate leent voor feesten en partijen. Regelmatig worden er voor personeel feesten georganiseerd. Tevens zijn bij het A.S.S.V. verschillende personeelsclubs ondergebracht die wekelijks hun activiteiten houden, te weten: de biljartclub, computerclub, conditietrainingclub, postzegelclub, handboog-schieten, hengelsport, judo, klaverjasclub, schietclub, schaakclub, showdown, sjoelen, tafeltennis en dartclub. Inmiddels bestaat het A.S.S.V. al 55 jaar en het is zeker de moeite waard om eens binnen te stappen en te kijken of er iets van je gading bij zit.

Voor meer informatie kun je bellen met het secretariaat van de ASSV op tel. 035-6943668 (zaalbespreking: 036-5379944)





## Wanneer Vangrail?

Als "frontliner" kan je te maken krijgen met ongevallen, zelfdoding, agressie en nog veel meer.

Je weet dat het kan gebeuren, maar niet hoe je dan reageert.

Soms komt die reactie pas maanden later en dan zou je er gewoon eens met iemand over willen praten .....

## Als je:

- niet meer weet waar je terecht kan.
- gewoon een luisterend oor nodig hebt.
- iets meegemaakt hebt en je daar gewoon een keer over wilt praten.
- met iemand wilt praten die daar ook ervaring mee heeft.
- het niet aan de grote klok wilt hangen.

Johan Groot

Knoco

06 - 1688 18 70

Rob Bakker

Knoco

06 - 1688 50 58

Landelijk meld- en informatienummer:

076 - 543 94 89

Website: <http://www.vangrail.com>

E-mail: [info@vangrail.com](mailto:info@vangrail.com)



# Telefoonklapper

Landelijk alarm nummer	112
Politie	0900 - 88 44
CMK Spoed	034-352 88 88
CMK Info	034-352 88 00
Klantenservice NS	030-235 46 03
Defect melding spoed	030-235 30 60
Defect geen spoed	030-235 37 17
Knoko ASD (materieel)	020-557 79 55
Knoko ASD (personeel)	020-557 79 20
Service bureau ASD	020-557 83 46
Landelijk meld en info Vangrail	076-543 94 89
A.S.S.V Info	035-694 36 68
BIJSTURING MCN asd	020-527 58 44
BIJSTURING HC asd	020-527 58 42
BIJSTURING MAT.asd	020-527 58 40
PLP asd	020-557 85 43
TREINDIENSTLEIDER asd	020-557 83 50
POC asd	020-557 89 07

***Heb je nog een belangrijk nummer wat je in deze lijst mist, geef het dan even door aan de redactie op één van de bekende adressen !***



