

Niet perfect, wel zichtbaar

Herma ten Have – Diëtist van het Jaar 2025

Nederlandse
Vereniging van **Diëtisten**



INTERVIEW **MARRIT STEENBERGEN**

“Toen ik won was ik superblij. Maar na een half uur dacht ik: dat had wel wat harder gemogen. Zo stom’

Marrit Steenbergen zwom vorig jaar vijf Europese records bij elkaar. Ook werd ze opnieuw wereldkampioen. Toch ziet ze zichzelf nog altijd als underdog. „Ik zou soms willen dat ik mezelf wat hoger kon plaatsen.”

Door **Geertje Tuentjer** Fotografie **Katrijn van Giel**



Marrit Steenbergen in het zwembad in Eindhoven.

Wie ben ik om...?





Zij weten zoveel meer dan ik

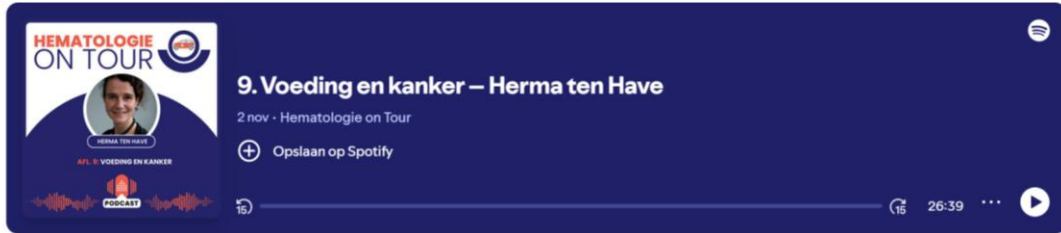


Wachten op perfectie = niet beginnen

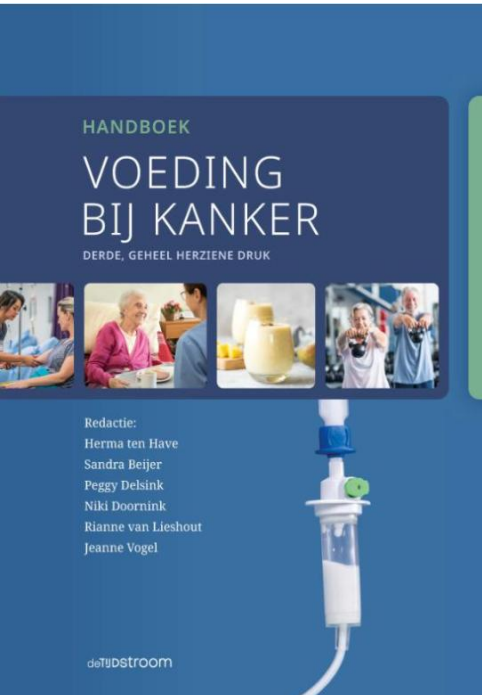
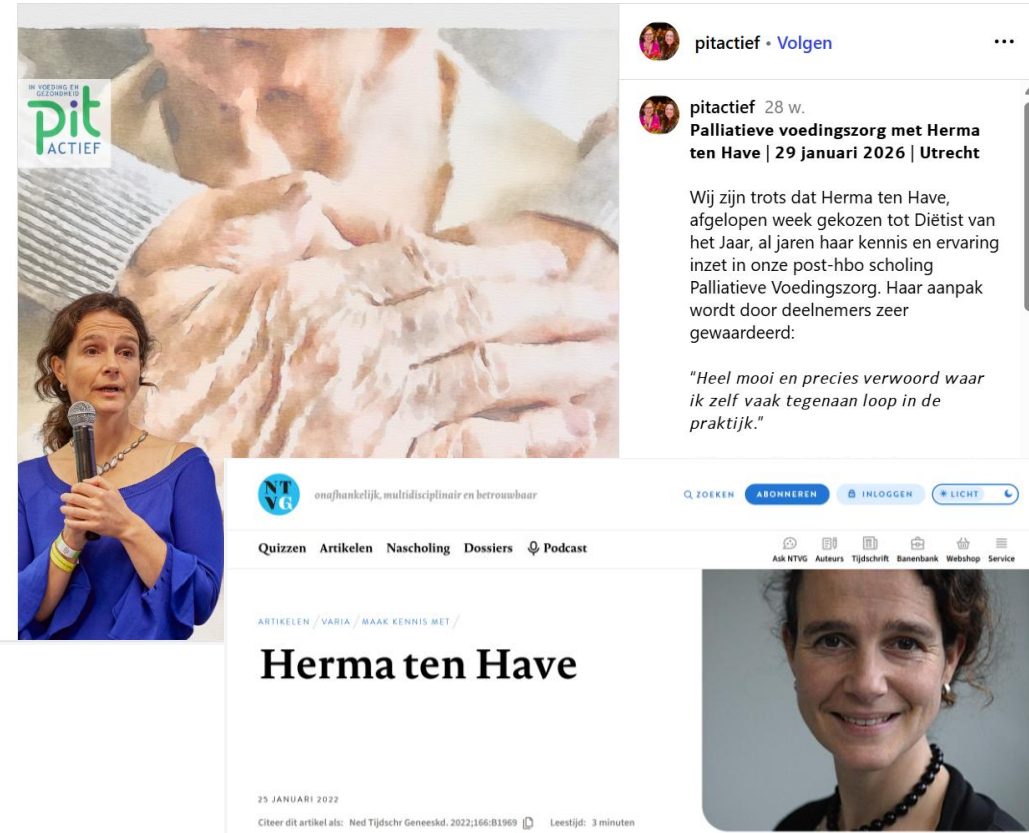
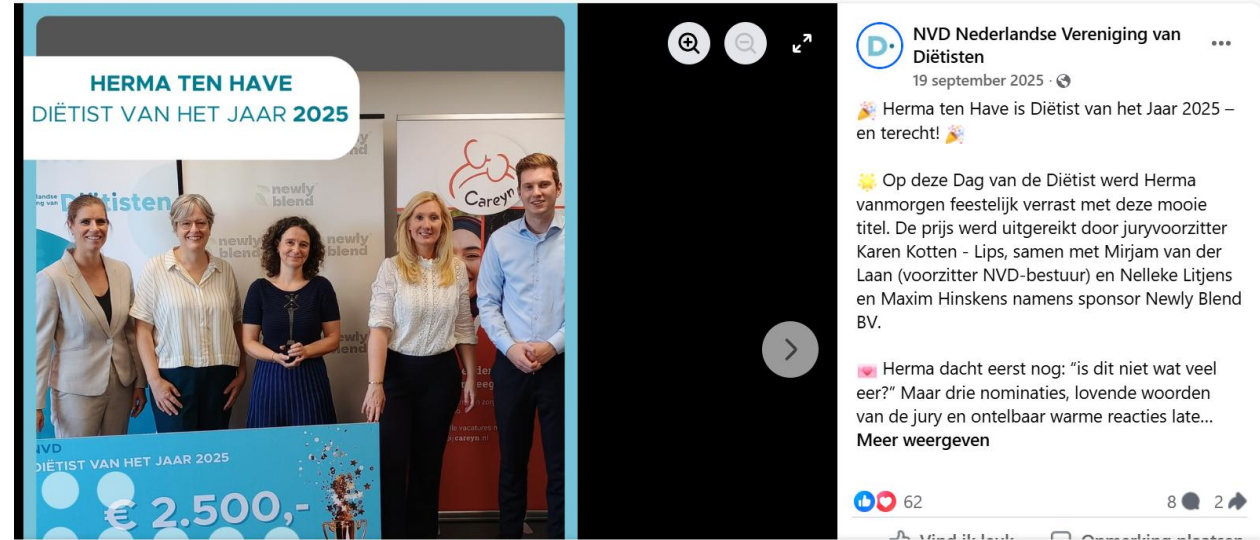
PODCAST

Hematologie on Tour 9: Voeding en kanker – Herma ten Have

In deze podcast bespreekt Herma ten Have, oncologiediëtist bij Careyn in Utrecht, feiten en fabels rondom voeding, geeft ze tips wat te doen bij bijwerkingen van de kankerbehandeling en hoe je als verpleegkundige dit het beste kunt monitoren.



Ik deed het toch



Behandeling ondervoeding bij kanker door eerstelijns diëtist

Nederlandse Vereniging van Diëtisten (NVD)
55 abonnees

Abonneren

Zichtbaarheid begint bij doen



Herma ten Have · U

Diëtist van het jaar 2025 | Diëtist oncologie at Careyn, MSc | Hoofdredacteur Handboek Voeding bij Kanker | S.
6 mnd ·

In het nieuwste nummer van het Nederlands Tijdschrift voor Voeding & Diëtetiek van de [Nederlandse Vereniging van Diëtisten \(NVD\)](#) vertellen [Niki Doornink](#), [Roos Bootsman](#) en ik over de [Landelijke Werkgroep Diëtisten Oncologie \(LWDO\)](#) die dit jaar haar 40-jarig bestaan viert.

Als diëtist kun je je blijven ontwikkelen en specialiseren door onderdeel te zijn van een kennisnetwerk. De NVD kent momenteel 37 officieel erkende kennisnetwerken en expertgroepen. Binnen de LWDO delen we kennis, stemmen we af en zorgen we samen voor kwaliteit in de oncologische diëtetiek.

Wil je meer weten over de LWDO? Kom dan luisteren naar [Lisette Van Miert-Verhoef](#) tijdens de [Diëtistendagen](#) op 14 en 15 november, waar ze meer vertelt over onze werkgroep en de kracht van samenwerking in de diëtetiek.

[#LWDO](#) [#Diëtist](#) [#Oncologie](#) [#Kennisnetwerk](#) [#Diëtistendagen](#) [#NVD](#)

Nederlandse
Vereniging van **Diëtisten**





Kennis is de basis (maar niet genoeg)

Hoe word je een rijzende ster?

RIJZENDE STERREN Wat zijn de geijkte routes naar succes in de cultuur? Welke opleidingen moet je doen? Welke prijzen moet je winnen? „Mijn belangrijkste tip is: zorg dat je te allen tijde je spelplezier behoudt.”

BEELDDE KUNST: 'Doorbraak begint met zichtbaarheid'

Zeker, het droomtraject kán plaatsvinden, vertelt María Virto Marcilla, directeur development aan de Rijksakademie: een beginnend kunstenaar doet eindexamens, een invloedrijk galeriehouder geeft hem een expositie, er volgt een aanmoedigingsprijs, een aankoop door een museumcollectie, een eerste solo-expositie, de Biënnale van Venetië, en dan: wereldroem. Maar helaas, zegt Virto Marcilla, voor een groot deel is dit scenario „vooral romantiek”. Sterker nog, vult Eelco van der Lingen, de afgelopen zes

de Prix de Rome - de prijs voor een vernieuwende bijdrage aan de kunst -, én heeft een startsubsidie voor beginnend kunstenaars, Kunstenaar Start, en de bijbehorende jaarlijkse tentoonstelling Prospects (dit jaar van 27 t/m 29 maart tijdens Art Rotterdam). In maart 2026 komt het Mondriaan Fonds met de resultaten van een onderzoek naar het effect van Start en Prospects. De meeste deelnemers blijken hiervan voordeel te hebben gehad, zegt Van der Lingen. Prospects, de Prix de Rome, de Biënnale: het zijn plekken waarop een „concentratie van nieuw talent” is te zien, en dus ook bezocht worden door galeriehouders en conservatoren.

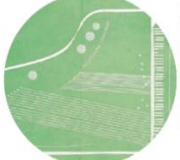
Maar toch, benadrukt Van der Lingen, zijn deze podia van het Fonds weliswaar van belang, maar niet cruciaal, want er is niet één route van een doorbraak. Ook bij de subsidieregeling kunstenaar Start, die een kunstenaar zelf kan aanvragen, is het criterium uiteindelijk het eigen initiatief, het culturele ondernemerschap. Vroeger moest je afgestudeerd zijn aan een kunstacademie, maar die eis is „in het kader van toegankelijkheid” losgelaten. Nu gaat het erom wat een kunstenaar in één tot vier jaar arbeidspraktijk gedaan heeft. Ook hier gaat het dus om „zichtbaarheid als kunstenaar”.

Al kan die zichtbaarheid natuurlijk wel weer toenemen, als een prestigieus instituut het eerste podium is. De Rijksakademie - een tweejarige residency waar getalenteerde kunstenaars met drie jaar ervaring zich verder kunnen ontwikkelen - is weliswaar „niet bedoeld om door te breken, maar om in rust te kunnen werken”, zegt María Virto Marcilla. Maar: van de 1.500 alumni is 85 procent nog steeds werkzaam als kunstenaar.

Melijn Schoonenboom

KLASSIEK: 'Weet wat je te bieden hebt'

Het liefst al op je vierde een toonladder kunnen spelen, spelenderwijs geïnspireerd



reerd worden door een geweldige docent, vooropleiding conservatorium, conservatorium bachelor en master, misschien ondertussen wel spelen in een jeugdorkest of een conservatoriumensemble en zo snel mogelijk mee-



“Een talent dat het wil maken verdiept zich ook in andere kunstvormen”

Hans Eijssackers

doen aan regionale en landelijke talentwedstrijd en nationale en internationale concoursen. Dat is wel zo'n beetje het ideale pad van een klassiek talent.

Goed hebben leren spelen op je instrument, is niet genoeg, ziet Cécile Gouder de Beaugard. Ze coördineert Dutch Classical Talent, een jaarlijkse wedstrijd voor klassiek talent dat op z'n minst een conservatoriummaster doet of heeft afgerond, als waaraan vóór de finale een tournee door Nederland hangt. „Echte klassieke talenten zijn zo één met hun instrument, dat ze je onontkoombaar direct vangen op het podium. Dat kun je niet helemaal leren, dat moet een beetje aangeboren zijn.” Hans Eijssackers, liedpianist en artistiek directeur van het Studenten LiedDuo Concours in Groningen beaamt dat: „Of het nou gaat over talent van vijf of van vijftienwintig: er bestaat een basisegevoel van wat een mooie klank is, en of iemand dat gevoel heeft merkt je bijna meteen.”

Daarnaast zit talent volgens Gouder de Beaugard ook in de vaardigheid om een goed programma samen te stellen; geen sinecure. „Je ziet dat talenten die zelf ook vaak naar concerten gaan om musici en hun publiek te bestuderen, daar beter in zijn.” Eijssackers gaat nog verder: een talent dat het wil maken verdiept zich ook in andere kunstvormen: opera, beeldende kunst, literatuur, film. „Je moet als talent bezeten zijn van de droom om muziek te maken en er tegelijk vanuit gaan dat niemand op je zit te wachten. Voor jou tien anderen. Tenzij je als talent zelf precies weet wat je te bieden hebt.” „Persoonlijk leidende” noemt Cécile Rongen dat. Ze is hoofd van de afdeling klassieke muziek van het conservatorium van Utrecht, waar zulke

„motivatie en zelfkennis in wat je al wel en nog niet kan” geen randvoorwaarde is bij de selectie van aspirant-masterstudenten, maar een beginsel. Talenten zonder zelfkennis kunnen de bachelor wel binnenkomen, maar dan moet het conservatorium zien dat er op dat vlak potentie is, zegt Rongen. „Die gaan we in het studieprogramma helemaal begeleiden en triggeren om steeds te blijven zoeken naar wie ze willen zijn.” Toch ziet ze de meeste talenten al met een duidelijk idee binnenkomen.

En als je dat allemaal kan afvinken? Dan moet je ook nog een goed netwerk hebben en ondernemend zijn, zegt Gouder de Beaugard. Instellingen als Dutch Classical Talent helpen talenten aan contact met zalen, regisseurs en technici. „Dan is het aan het talent om dat contact te onderhouden.” Gouder de Beaugard is ook programmeur van TwivoliVredenburg. „Sommige finalisten blijven naderhand programma's voorstellen sturen. Dat maakt de kans op doorbreken groter. Van sommigen hoor ik nooit meer wat.”

Dat is trouwens niet per se erg, zegt Gouder de Beaugard ook: „Niet elk talent wil een grote solocarrière. Sommigen gaan voor een goede orkestbaan of de lespraktijk.” En ja, dan is er ook nog een buitencategorie. „Heel soms zijn er talenten die zo goed zijn, die hoeven alleen maar bij een belangrijk management te belanden. Die komen er ook.”

Rahul Gandolahage

FILM: 'Hou je ogen en je oren open, blijf lezen en leren. Er is niet één manier'

„Hoe je doorbreekt in de Nederlandse film? Eigenlijk is dat een hilarische vraag”, zegt casting director Marina Wijm aan de telefoon. „Laatst waren re-



'Doorbraak begint met zichtbaarheid'



**‘Weet wat je te
bieden hebt’**

Nederlandse
Vereniging van

Diëtisten

nvdietist.nl

**‘Hou je ogen en je oren
open, blijf lezen en leren.
Er is niet één manier’**

Nederlandse
Vereniging van

Diëtisten

nvdietist.nl



80% is goed genoeg

Wat geeft jou energie?



Nederlandse
Vereniging van **Diëtisten**

nvdietist.nl

Volg je **flowmomenten**

Niet perfect → **Wel zichtbaar** → **Kansen**

Het zijn kleine stappen
die samen het verschil
maken





**I believe it is important to
let our imperfections be**
Frida Kahlo



*Herma ten Have,
winnaar 2025*



Diëtist van het jaar 2026 Wie nomineer jij?

