

## Dromen over je toekomst?

Maak kennis met het  
brede werkveld van  
Voeding en Gezondheid



# Voeding en Gezondheid



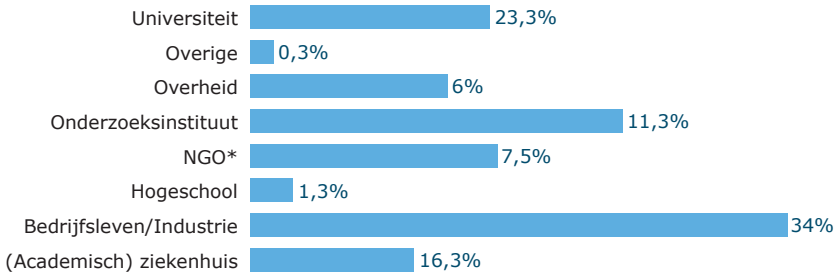
**WAGENINGEN**  
UNIVERSITY & RESEARCH

# Werkveld van afgestudeerden

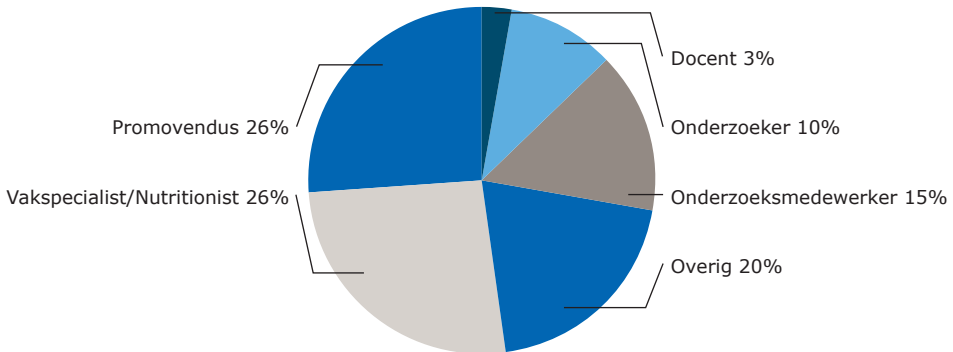
## Voeding en Gezondheid

35% had direct na afstuderen een baan op niveau  
48% had binnen 1-6 maanden een baan op niveau  
13% had binnen 6-12 maanden een baan op niveau  
4% zocht/zoekt langer dan 12 maanden naar een baan op niveau

## Werkgever (sector)



## Functies



\*NGO: Non Governmental Organisation, in binnen- en buitenland. Je kunt hierbij denken aan beroeps- of patiëntenorganisaties (Hartstichting, Nederlands Kankerinstituut) en internationale organisaties (zoals de FAO en de WHO).

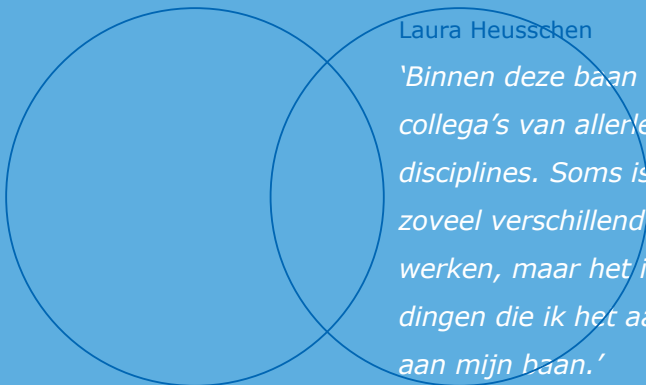
Bron: Werkveldanalyse aan de hand van profielen van afgestudeerden in de LinkedIn Alumngroep Nutrition and Health (groep: afgestudeerden van 2016 t/m 2018). Dit betreft 326 alumni.

---

# Wat kun je worden?

Na je masteropleiding heb je kennis en vaardigheden opgedaan om voedingskundig onderzoek uit te kunnen voeren. Afgestudeerden werken o.a. bij universiteiten, onderzoeksinstituten (zoals het RIVM of TNO), (academische) ziekenhuizen, (semi-) overheid (zoals de GGD, de Nederlandse Voedsel- en Warenautoriteit), NGO's in binnen- of buitenland (zoals de Hartstichting, het Nederlands Kanker Instituut, de FAO en de WHO) en in het bedrijfsleven (zoals bij FrieslandCampina, Unilever of Danone).

In dit boekje vertellen Wageningse voedingskundigen die tussen 2014 en 2019 afstudeerden wat voor werk ze nu doen. Ook geven ze je tips over het vinden van een carrière die bij je past.



Laura Heusschen

*'Binnen deze baan werk ik samen met collega's van allerlei verschillende disciplines. Soms is het lastig om met zoveel verschillende mensen samen te werken, maar het is ook één van de dingen die ik het aantrekkelijkste vind aan mijn baan.'*

In deze tijdelijke baan is het mijn doel om nierschade bij zoveel mogelijk Nederlanders te voorkomen. Dat doen we door het verminderen van de zoutconsumptie en het eerder opsporen van nierschade. Door middel van mediacampagnes omtrent zout en gezondheid proberen we het bewustzijn bij mensen over de risico's van (te)veel zout eten te verhogen. Ik ben verantwoordelijk voor de inhoud van deze campagnes. Kloppen de feiten en cijfers die we communiceren? Welke zoute voedingsmiddelen worden in Nederland veel gegeten? Daarnaast testen we samen met het UMC Groningen een onderzoeksmethode om eiwit in de urine te meten. Als mensen (sporen van) eiwit in hun urine hebben, kan dit namelijk duiden op nierschade. Zo kan nierschade in een vroege fase opgespoord en behandeld worden om erger te voorkomen. Ik kijk en denk vanuit de Nierstichting mee met dit onderzoek. Deze baan kwam onder mijn aandacht via de Nederlandse Academie van Voedingwetenschappen (NAV), een Nederlands netwerk van wetenschappelijk opgeleide voedingskundigen. Zelf netwerken en je aansluiten bij bestaande netwerken zoals de NAV kan je helpen bij het vinden van interessante baankansen voor jou. Zet echter niet uitsluitend in op je netwerk, soms kan je netwerk je niet helpen. Het is ook belangrijk om je ogen goed open te houden op vacaturesites zoals Indeed, Nationale Vacaturebank en Academic Transfer.

## Marjolein de Jong | afgestudeerd in 2017

RIJKSINSTITUUT VOOR VOLKSGEZONDHEID EN MILIEU (RIVM) –  
JUNIOR ONDERZOEKER VOEDING EN GEZONDHEID

De afdeling Voeding en Gezondheid van het RIVM doet onderzoek naar de voedingsinname in Nederland, de duurzaamheid van voeding, de voedingsstatus van de Nederlandse bevolking en naar de samenstelling van producten. Bovendien geven we vaak advies aan het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport. Ik werk sinds 2018 bij het RIVM en ben betrokken bij onderzoek naar vitamines en mineralen, zoals de gezondheidseffecten van een vitamine A tekort of de jodiumstatus van zwangere vrouwen. Ik help bij het opstarten van zo'n onderzoek: eerst literatuuronderzoek, dataverzameling via vragenlijsten, data analyse en het schrijven van het uiteindelijke product. Dit product is vaak een advies in de vorm van een brief, een rapport, wetenschappelijk artikel of bijvoorbeeld een factsheet. Het is een erg afwisselende baan met verschillende werkzaamheden. Ik bekijk bijvoorbeeld ook de wetgeving en help met het beoordelen of bedrijven extra vitamines of mineralen toe mogen voegen aan hun product. Ik vind het leuk om zo'n wetenschappelijke baan te hebben, maar ik vind het met name leuk dat mijn werk daadwerkelijk impact heeft op de Nederlandse bevolking. Er wordt echt iets mee gedaan! Tijdens mijn studie had ik niet gedacht dat ik een baan als deze zo interessant zou vinden. Zo genoot ik als student niet van statistiek, terwijl ik de data analyse binnen een onderzoek nu juist prettig vind. Ook had ik gedacht dat ik liever 'met mensen' zou willen werken, bijvoorbeeld met proefpersonen of patiënten, maar dat mis ik eigenlijk niet zo. Ik houd ervan om met mensen te werken, maar ik vind het ook heel fijn om op deze manier aan mijn onderzoek te werken, en gelukkig heb ik fijne collega's die ook zorgen voor dat contact 'met mensen'.

Als PhD kandidaat doe je vier jaar lang onderzoek naar een specifiek onderwerp met het publiceren van een proefschrift als resultaat. Zo gaat mijn project over het belang van een hogere eiwitname voor de botgezondheid van ouderen. Tijdens mijn master thesis mocht ik een interventiestudie opzetten, daarin geef je deelnemers verschillende behandelingen en vergelijk je de effecten van de behandelingen met elkaar. Daarna heb ik door het vak Research Master Cluster geleerd wat een PhD inhoudt en hoe je een onderzoeksvoorstel schrijft. Zo kwam ik erachter dat een PhD wel wat voor mij kon zijn. Je kunt een expert worden op een bepaald vakgebied en je hebt deels zelf in de hand hoe je het onderzoek aanpakt. Maar promoveren is meer dan alleen onderzoek doen, data verzamelen, analyseren en schrijven. Zo ben je manager van je eigen project, heb je onderwijstaken, krijg je de mogelijkheid te netwerken en te presenteren op (internationale) congressen. Verder gaat het ook om persoonlijke ontwikkeling en kan je allerlei cursussen volgen. Voor mij is het de ideale combinatie van leren en werken, waarbij je veel vrijheid en verantwoordelijkheid hebt. Heb je discipline, ben je nieuwsgierig en vind je onderzoek doen leuk? Dan raad ik het zeker aan!



Inge Groenendijk

*'Voor mij is een PhD-positie de ideale combinatie van leren en werken. Ik heb veel vrijheid en verantwoordelijkheid. Heb je discipline, ben je nieuwsgierig en vind je onderzoek doen leuk? Dan raad ik het zeker aan!'*

## Eline van 't Hoff | afgestudeerd in 2019

GEMEENTELIJKE GEZONDHEIDSDIENST (GGD) NOORD- EN OOST-GELDERLAND  
– JUNIOR EPIDEMIOLOOG

Tijdens mijn masterspecialisatie moleculaire voeding en toxicologie miste ik de connectie met maatschappelijke aspecten van Voeding en Gezondheid. Gelukkig kon ik nog switchen naar de specialisatie epidemiologie en volksgezondheid, achteraf gezien de beste keuze ooit! Door vakken van deze specialisatie voelde mijn opleiding compleet. Ik heb mijn stage gedaan bij het Centrum voor Jeugd en Gezin (CJG), waar de Gemeentelijke Gezondheidsdienst (GGD) Noord- en Oost-Gelderland onderdeel van is. Toentertijd heb ik enkele opdrachten gedaan voor de epidemiologen van de GGD. Dat beviel zo goed, dat ik vervolgens de vacature voor Junior Epidemioloog mocht opvullen! In mijn baan ondersteun ik de Senior Epidemiologen bij het opzetten en uitvoeren van hun onderzoek. Ik ben onder andere bezig met het ontwikkelen van vragenlijsten, het coördineren van de afname en het voorbereiden van de statistische analyses van de resultaten. Daarnaast werk ik als onderzoeker binnen het Evaluatiebureau Publieke Gezondheid. Momenteel evalueer ik samen met een collega het project Love & Sens(e)uality in opdracht van het Team Seksuele Gezondheid van de GGD. Met de master Voeding en Gezondheid kan je enorm veel kanten op en bovendien staat kennis hoog in het vaandel. Voor mij is het een leerzaam en interessant proces om bij een organisatie te werken waar je deze opgedane kennis toepast in de praktijk.



Foto: Shutterstock

Heró española





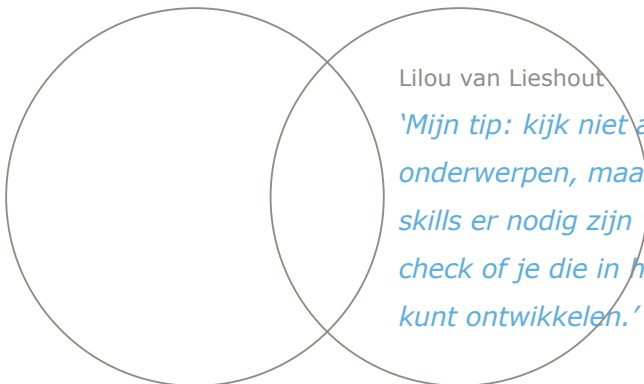
## Michelle Klerks | afgestudeerd in 2017

HERO GROUP SPANJE – VOEDINGSKUNDIGE

Ik werk sinds 2018 voor de Hero Group in Murcia, Spanje. Hero is een voedingsmiddelenbedrijf dat in Nederland met name bekend staat om jam, cassis en flesvoeding voor baby's. In Spanje hebben wij ook jam en flesvoeding, maar produceren we voornamelijk babyvoeding, zoals fruit- en maaltijdpotjes, granen, pap, et cetera. Ik werk als voedingskundige op de Research and Nutrition afdeling en heb verschillende taken: het bijhouden van trends in de voeding, het bijdragen aan verschillende onderzoeken en het aanleveren van wetenschappelijk onderbouwde voedingskundige informatie voor de afdelingen zoals Productontwikkeling, Marketing en Communicatie. Ik ben voor het eerst in aanraking met Hero gekomen tijdens mijn masterstage. Ik wist al langer dat ik in de voedingsmiddelenindustrie wilde werken en destijds wilde ik mijn stage graag vervullen bij Hero in Nederland. Via een studiegenoot hoorde ik dat er ook een mogelijkheid was om bij Hero in Spanje mijn stage te doen. Uiteindelijk heb ik ervoor gekozen om dit avontuur aan te gaan en ben ik naar Spanje vertrokken. Na mijn stage ben ik afgestudeerd in Wageningen en heb ik een aantal maanden gereisd. Toen ik terug was in Nederland hoorde ik dat er een mogelijkheid was om terug te komen bij Hero in Spanje. Deze kans heb ik met beide handen aangegrepen. In eerste instantie zou ik er voor één jaar werken, maar ik heb het nog zo erg naar mijn zin dat ik er nu al bijna twee jaar zit! De master heeft me goed voorbereid op deze baan. Ik merkte dat het Engels, de kennis van onderzoek en statistiek, maar ook de inhoudelijke voedingskennis van pas kwam. Later heb ik mezelf nog wel in moeten lezen wat betreft babyvoeding, omdat dat een belangrijk product is voor Hero.

Binnen Greendish zorg ik ervoor dat al onze (onderzoeks-)projecten gesmeerd lopen, dat alle teamleden weten wat er van ze verwacht wordt en dat er contact is met de klant. In de praktijk organiseer ik interne en externe bijeenkomsten en zet ik projecten op samen met verschillende partners. Ik let op dat we ons aan alle afspraken houden terwijl we op schema blijven lopen en het budget niet overschrijden. Een voorbeeld van zo'n project is Restaurants van Morgen waarin wij restaurants in de Regio Foodvalley advies hebben gegeven om stukje bij beetje om te schakelen naar een duurzamer menu. Denk dan aan minder vlees, meer groente, minder voedselverspilling en verantwoord inkopen zoals lokaal, met keurmerk en in het seizoen. Samen nemen we kleine stapjes en meten we de gemaakte impact. Het is zo gaaf dat iedereen hier met dezelfde ambitie werkt, namelijk een duurzamer en gezonder voedselaanbod in de horeca en publieke ruimte. Wat werken bij Greendish extra leuk maakt voor mij is het relatief kleine team. Je voelt direct wat je zelf bijdraagt: de impact van je eigen werk is snel zichtbaar. Ik vind het leuk om diverse coördinerende taken te hebben en een team te leiden. Organiseren en coördineren heeft mij altijd al aangetrokken en dit heb ik tijdens mijn studententijd dan ook verder ontwikkeld. Zo heb ik veel commissiewerk gedaan en een bestuursjaar bij de Studenten Sportraad SWU Thymos. Ik denk dat dit extra curriculaire werk me enorm geholpen heeft bij het krijgen van mijn eerste baan als wetenschappelijk projectmanager bij ILSI Europe in Brussel. Hier coördineerde ik verschillende symposia en een expert panel rondom gezonde voeding en voedselveiligheid. De studie heeft me hiervoor de nodige achtergrond en een kritische blik gegeven. Het was een enorm goede ervaring met een internationale, multiculturele dimensie. De master heeft mij inhoudelijk goed voorbereid maar het blijft in het begin best wennen om in de 'echte wereld' mee te draaien. Mijn tip: kijk niet alleen naar de onderwerpen, maar ook welke soft skills er nodig zijn voor een baan en check of je die in huis hebt of verder kunt ontwikkelen.

Na mijn master waarin ik me gespecialiseerd heb in sensoriek ben ik begonnen als consultant product en materiaal testen bij Olfasense B.V. in Amsterdam. Bedrijven komen naar ons als zij een afwijkende geur in hun product ondervinden of als zij bijvoorbeeld een claim willen maken dat hun product ongewenste geuren verminderd. Wij helpen ze door het uitvoeren van geurtesten in ons laboratorium of geven geurtrainingen aan deze bedrijven op locatie, zodat zij de testen zelf kunnen uitvoeren. We hebben bijvoorbeeld klanten in de voedingsmiddelensector, plasticindustrie en de cosmetica-industrie. Daarnaast bezoeken we regelmatig beurzen door heel Europa en gaan we op bezoek bij onze collega's in ons laboratorium in Kiel (Duitsland). In deze afwisselende baan kom ik met mensen uit veel verschillende sectoren in contact. Tijdens mijn opleiding vond ik het vergelijken van voedingsmiddelen en de bijbehorende analyses het leukst. Ik dacht daarom dat ik zoals veel van mijn medestudenten bij de research & development departement van een voedingsmiddelenbedrijf terecht zou komen. Je kan echter als sensorisch onderzoeker ook heel waardevol zijn in andere sectoren, omdat het type onderzoek wat je doet in principe hetzelfde is.



*'Mijn tip: kijk niet alleen naar de onderwerpen, maar ook welke soft skills er nodig zijn voor een baan en check of je die in huis hebt of verder kunt ontwikkelen.'*



Handwritten text on a sign in the background, possibly a list of items or prices.

600  
FL

SUPER  
500  
FL

CARLOS  
400  
FL

SUPER  
400  
FL

RECIBO  
DE  
3.1m  
3.1eTe  
700  
EL HIN

ESPINACHO  
200  
FL

PISTA TICA  
400  
FL CURED

200eTe  
300  
FL 1/4

# Nathalie Wilmsen | afgestudeerd in 2019

## VOEDING LEEFT - ONDERZOEKSMEDEWERKER

In 2018 heb ik mijn afstudeerstage gedaan bij stichting Voeding Leeft bij het programma voor MS patiënten. Vanaf het begin van mijn studie, en eigenlijk daarvoor al, geloof ik in de kracht van voeding (en leefstijl) bij de behandelingen van chronische aandoeningen. Dit wordt vaak nog sterk onderschat! Leefstijl als medicijn op de kaart zetten is iets waar ik een enorme passie voor heb. Ik had mijn droombaan al snel voor ogen: een dokter, maar dan met leefstijl. Die geen pillen maar groente voorschrijft. Daar kom ik nu toch aardig dichtbij in de buurt, want gelukkig mocht ik na mijn stage bij Voeding Leeft blijven! Voeding Leeft ontwikkelt en exploiteert leefstijlprogramma's voor mensen met chronische ziekten, waaronder diabetes type 2, reuma, MS en Prikkelbare Darm Syndroom. Ik werk mee aan het ontwikkelen van nieuwe leefstijlprogramma's en schrijf onderzoeksvoorstellen of subsidieaanvragen. Ik doe literatuuronderzoek naar de rol van voeding bij bepaalde aandoeningen, maar ook praktisch werk tijdens programmadagen. Naast veel kennis opdoen over de werking van het lichaam en de rol van voeding hierin, heb ik tijdens de master ook kritisch leren kijken naar vraagstukken, literatuurstudie leren doen en een eigen mening leren vormen. Dat ik nu de praktische aspecten van voeding kan integreren in mijn baan en met eigen ogen kan zien (in plaats van lezen in een wetenschappelijk artikel) wat een gezonde leefstijl met patiënten doet, vind ik heel waardevol. Mijn tip voor studenten is om altijd je passie te volgen en je niet te laten vertellen dat iets niet kan.



Nathalie Wilmsen

*'Vanaf het begin van mijn studie, en eigenlijk daarvoor al, geloof ik in de kracht van voeding (en leefstijl) bij de behandelingen van chronische aandoeningen. Leefstijl als medicijn op de kaart zetten is iets waar ik een enorme passie voor heb.'*

Na mijn afstuderen aan de Wageningen University, ben ik bij de Compass Group gestart als implementatie coach. Sinds een aantal maanden focus ik me meer op mijn rol als voedingsdeskundige. Als implementatie coach help ik bedrijfsrestaurants naar een hoger niveau te tillen door middel van ontwikkeltrajecten. Dit gaat bijvoorbeeld om het verbeteren van het aangeboden assortiment. Dit kan na een vraag van de opdrachtgever van de locatie of de rayonmanager, die verantwoordelijk is voor deze Compass Group locatie. Als voedingsdeskundige werk ik op projectbasis en naar aanleiding van vragen die binnenkomen waarbij mijn kennis en kunde gebruikt kan worden. Tijdens mijn studie, en vooral tijdens mij afstudeerstage bij de Nederlandse Organisatie voor Toegepast Natuurwetenschappelijk Onderzoek (TNO), kwam ik erachter dat onderzoek doen en altijd in detail antwoorden willen geven mij niet aansprak. Ik wilde graag iets 'hands-on' doen en met mensen werken. Toch voegt de 'waarom-vraag' veel waarde toe en motiveert het me. Ik heb dagelijks profijt van het leren kritisch en analytisch nadenken van de master. Wat ik onwijs leuk vind in deze baan is de afwisseling, geen dag is hetzelfde. De locaties variëren van fabriekslocaties op afgelegen industrieterreinen tot aan chique kantoorpanden op de Zuidas. De opdrachten waar ik mee aan de slag ga en vragen die ik krijg zijn net zo verschillend. Ik werk erg zelfstandig, maar heb een top team om op terug te vallen en ervaringen mee te delen. Ondanks dat ik een flinke gok heb genomen met deze baan, raad ik aan buiten je comfortzone te durven solliciteren of op een baan waarvan je twijfelt of het wel bij je past. Mijn stip op de horizon is altijd 'een gezondere wereld maken' geweest. Of je dat nu doet door baanbrekend onderzoek te doen of mensen te motiveren op dagelijkse basis een betere keuze te maken, ik denk dat alle bijdrages er toe doen!



Linda Kraan

*'Mijn stip op de horizon is altijd 'een gezondere wereld maken' geweest. Of je dat nu doet door baanbrekend onderzoek te doen of mensen te motiveren op dagelijkse basis een betere keuze te maken, ik denk dat alle bijdrages er toe doen!'*

## Marion Janse | afgestudeerd in 2016

MINISTERIE VAN BUITENLANDSE ZAKEN, NEDERLANDSE AMBASSADE IN  
BURUNDI – YOUNG EXPERT FOOD SECURITY

Vooral door het internationale karakter van Wageningen besloot ik na mijn bachelor door te gaan met de master Voeding en Gezondheid. Bovendien zijn er veel mogelijkheden om naar het buitenland te gaan, iets wat ik heel leuk vond. Binnen voeding begon ik het onderwerp ondervoeding in ontwikkelingslanden steeds interessanter te vinden. Voor mijn master thesis kon ik naar Rwanda, waar ik vijf maanden lang de oorzaken van ondervoeding bij kinderen jonger dan vijf jaar heb onderzocht. Ik heb mijn master afgesloten met een stage bij een denktank over ondervoeding in Zwitserland. Nu werk ik als Young Expert bij de Nederlandse ambassade in Burundi, waar ik onderdeel uitmaak van het Food & Nutrition Security team. Ik kreeg deze geweldige baan via het Young Expert Programme, die starters de kans geeft voor een Nederlandse organisatie, die zich bezighoudt met water en voedselzekerheid in het buitenland te werken. Ondanks dat ik me heb gespecialiseerd in ondervoeding tijdens mijn master, focus ik nu op veel meer onderwerpen dan alleen voeding. Voedselzekerheid is namelijk een erg interessant en divers werkveld. De ambassade ondersteunt bijvoorbeeld projecten om de opbrengst voor boeren te verhogen en de toegang tot zaden en mest voor boeren te verbeteren. Andere projecten gaan juist meer over toegang tot financiering, vrouw- en jeugd 'empowerment', waardeketenontwikkeling en ondernemerschap. Als Young Expert manage en monitor ik projecten, waarvoor ik geregeld op veldbezoek ga. Daarnaast overleg ik met partners zoals UNICEF hoe we bijvoorbeeld de projecten over voeding beter kunnen coördineren en meer op elkaar aan kunnen laten sluiten. Door mijn master weet ik waar mijn passie ligt. Mijn tip voor aankomend studenten is dan ook: doe datgene waar je hart ligt, pak elke mogelijkheid om naar het buitenland te gaan aan, daar ontmoet je nieuwe mensen en culturen. Doe levenservaring op in een geheel nieuwe omgeving!

## Daan Boersma | afgestudeerd in 2018

ZZP'ER, ONDER ANDERE BIJ HERACLES ALMELO –  
PERFORMANCE NUTRITIONIST

Bij Heracles zorg ik ervoor dat alles omtrent voeding goed geregeld is. Ik begeleid spelers, geef presentaties en maak educatieve materialen zoals posters en informatiebordjes om spelers bewust te maken van het belang van goede voeding. Het aanbod van voeding, sportvoedingsmiddelen en supplementen moet goed zijn. Zo is de maaltijd voor een wedstrijd anders dan een maaltijd na een training. We hebben bordjes bij de 'sportmaaltijd' (de maaltijd voor een wedstrijd) die aangeven wat voor voedingswaarden een product bevat. Hierbij gebruiken we een kleurencode voor koolhydraten, eiwitten, vetten en groenten, waardoor spelers kunnen zien wat ze wel en niet moeten pakken. Bij de sportmaaltijd wil je bijvoorbeeld dat spelers veel koolhydraten eten om hun energievoorraad optimaal aan te vullen, maar juist niet veel vetten en eiwitten. Ik overleg wekelijks met het keukenpersoneel om ervoor te zorgen dat het menu aangepast wordt aan het trainings- en wedstrijdschema. Het leuke aan deze functie vind ik dat ik een bijdrage kan leveren aan de prestaties van het team en aan de ontwikkeling van de individuele spelers. Een paar weken geleden was er een speler die trots aan me vertelde dat hij in de afgelopen wedstrijd zijn snelste sprint had neergezet. Hij dacht dat het door zijn voeding kwam, want hij was anders gaan eten nadat ik een week vóór die wedstrijd met hem had gesproken. Naast Heracles heb ik nog een 'grote' opdrachtgever in Virtuoots. Dit is een supplementenbedrijf waaraan ik advies geef over hoe ze hun producten kunnen optimaliseren op basis van de literatuur. Denk hierbij aan ingrediënten, doseringen, timing, etc. Tijdens mijn master wist ik nog niet goed waar ik wilde werken. Zo deed ik mijn master thesis over immunometabolisme en mijn stage bij voetbalclub AZ. Ik ben bij Heracles terechtgekomen door te mailen, maar ondertussen heb ik een breder netwerk opgebouwd en zo heb ik de opdracht voor Virtuoots gekregen. Ik blijf literatuur lezen, zodat mijn advies wetenschappelijk onderbouwd blijft en ik de nieuwste inzichten mee kan nemen. Door een kritische blik te hebben en niet zomaar alles aan te nemen, laat ik me niet beïnvloeden door onzin. Dit is naar mijn mening een hele waardevolle eigenschap, waar deze master mij goed bij geholpen heeft.





Daan Boersma

*'Een goed netwerk kan je later heel veel helpen. Dit gaat deels vanzelf door mensen te leren kennen, maar wees zeker niet bang om met nieuwe mensen een gesprek aan te gaan: je weet nooit waar het toe leidt.'*

Foto: Daan Boersma

## Dimitra Mastorakou | afgestudeerd in 2017

UNILEVER – ASSISTANT MANAGER CONSUMER TECHNICAL INSIGHTS

Tijdens mijn stage bij de Sensoriek & Gedrag groep bij Danone Nutricia kreeg ik te horen dat ik kon werken als sensorisch technoloog bij PepsiCo UK. Ik focus me hier op de kennis van het waarnemen van producteigenschappen zoals textuur met je zintuigen. Bij PepsiCo heb ik sensorische panels geleid tijdens het beoordelen van producten zoals sap, cruesli en chips. Ook begeleidde ik de Research & Development (R&D) afdeling in het ontwikkelen en verbeteren van producten. Mijn master gaf me een goede achtergrond in methodologie, statistiek en onderzoeks-skills. Vooral die laatste bleken erg handig toen ik mijn onderzoek presenteerde op een Europees congres voor sensoriek. Na twee jaar ben ik bij Unilever in Wageningen gaan werken als consument onderzoeker. Nu werk ik aan internationale projecten die over dressings gaan (zoals Hellmann's), waar ik strategisch advies geef aan de R&D en marketingafdeling. Met andere woorden, ik ben dagelijks bezig de mening van de consument te laten horen bij Unilever. Door het studeren in de internationale omgeving die Wageningen biedt, kan ik nu makkelijk contact maken met mensen van over de hele wereld. Ondanks dat ik vroeger vooral kennis had over wat voeding in je lichaam doet, ben ik erg blij dat ik kon switchen naar sensorisch onderzoek. Wees niet bang voor onbekend terrein tijdens het zoeken naar je passie!

## Sarah Bond | afgestudeerd in 2018

LIVE EAT LEARN BLOG – VOEDINGSBLOGGER

In mijn werk als blogger hou ik me voornamelijk bezig met het ontwikkelen van recepten, fotograferen van de gerechten en het schrijven van artikelen. Nu de website zo groot is geworden behoren ook team management, social media onderhouden en promotie tot mijn taken. Ook maak ik zo nu en dan een inspiratiereisje naar de andere kant van de wereld. Ik ben deze blog vóór aanvang van mijn master in sensoriek gestart. Bloggen was al een hobby van me toen ik nog naar de middelbare school ging! Na mijn master realiseerde ik me dat ik de skills en kennis die ik opgedaan heb tijdens mijn master kon toepassen op mijn blog. De master gaf me namelijk meer kennis over de zintuiglijke waarneming van producten en gerechten, en hoe je de producten aan de consument kan brengen. Daarnaast heb ik kritisch leren denken en mijn tijd goed leren indelen, iets onmisbaars als je zelfstandig een blog onderhoudt. Ondanks dat ik hard moet werken en er veel meer bij komt kijken dan alleen artikelen schrijven, heb ik de vrijheid om elke dag nieuwe voeding te ontdekken, om te experimenteren in de keuken en mijn kennis met de hele wereld te delen. Mijn droombaan!

## Eva Jermendi | afgestudeerd in 2015

WAGENINGEN UNIVERSITY – PHD KANDIDAAT LABORATORIUM  
LEVENSMIDDELENCHEMIE

Ik was tijdens mijn studententijd al geïnteresseerd in onderzoek doen, ik wilde altijd de 'waarom-vraag' weten van alles. Daarom ben ik de masterspecialisatie moleculaire voeding en toxicologie gaan volgen. Dat raad ik ook aan: volg vakken die jouw interesse stimuleren en blijf nieuwsgierig! Ik ben in 2016 met mijn PhD onderzoek begonnen en onderzoek de effecten van pectine op het immuunsysteem. Pectine is een voedingsvezel die voorkomt in de celwand van planten. In het laboratorium knip ik dit in stukjes en onderzoek ik het effect op de immuunrespons samen met mijn onderzoekspartner. Daarnaast kijken we hoe pectine de samenstelling van bacteriën en de aanmaak van de gezonde korteketen vetzuren in de darmen beïnvloedt. Ik ben heel blij dat ik aan dit onderwerp kan werken, omdat het mijn interesse voor voedingsvezels, gezondheid en de darmflora combineert. Als PhD kandidaat doceer ik tijdens praktische vakken en begeleid ik zowel bachelor- als masterstudenten tijdens het schrijven van hun scriptie. Ik vind het fijn dat naast het leren van onderzoeksvaardigheden ik ook leer lesgeven en kritisch moet blijven nadenken.

## Lian Smeets | afgestudeerd in 2018

ONDERZOEKER EN ADVISEUR LOKAAL MIDDELENBELEID –  
TRIMBOS INSTITUUT

In mijn master heb ik me gefocust op vakken over gedragsverandering, gezondheidscommunicatie en preventie. Ik heb een enorme interesse in gedrag en hoe we het gedrag van mensen kunnen beïnvloeden om ze richting een gezondere leefstijl te bewegen. Daarom ben ik blij dat ik na mijn stage bij het Trimbos-instituut aan de slag kon als onderzoeker en adviseur voor gemeenten. Het Trimbos-instituut is een kennisinstituut dat zich bezighoudt met het verbeteren van de mentale gezondheid en het voorkomen van gebruik van de middelen alcohol, drugs en tabak. Hier kan ik mijn kennis uit de master gebruiken om wetenschappelijke inzichten te vertalen naar de praktijk.

In mijn werk ondersteun ik gemeenten bij het voorkomen van middelengebruik onder jongeren. Mijn grootste project is een pilot met het IJslandse preventiemodel in zes Nederlandse gemeenten. In IJsland is het namelijk gelukt om het middelengebruik onder jongeren te verminderen door het bijhouden van statistieken, het samenwerken met de community, het inzetten op zinvolle vrijetijdsbesteding voor jongeren en het betrekken en voorlichten van ouders over deze thema's. Mijn werkzaamheden binnen dit project zijn erg divers. Zo ben ik verantwoordelijk voor het kwalitatieve evaluatieonderzoek van de pilot en interview ik de pilotgemeenten, middelbare scholen en landelijke organisaties over het IJslandse model. Daarnaast ben ik bezig met de communicatie over het model via blogs, websites, nieuwsberichten, nieuwsbrieven en inspiratiebijeenkomsten. In mijn werk ben ik bezig met het verbinden van wetenschap, politiek en praktijk. Kortom, een baan die enorm leerzaam voor me is.



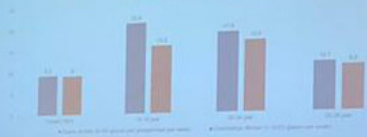
Lian Smeets

*'In mijn werk ben ik bezig met het verbinden van wetenschap, politiek en praktijk. Kortom, een baan die enorm leerzaam voor me is.'*



## Is het mogelijk om te nudgen naar alcoholvrij?

Zwaar en overmatig alcoholgebruik



## Floor den Ouden | afgestudeerd in 2018

KTBA COMPLIANCE GROUP – LABELLING CONSULTANT

In deze functie bij KTBA werk ik op locatie bij levensmiddelenfabrikanten waar ik hen advies geef over etikettering en de wetgeving hier omheen. Tijdens mijn master Nutrition and Health merkte ik dat er een belangrijke schakel in de keten van voeding was waar ik eigenlijk heel weinig van wist: de levensmiddelenindustrie. Zo ben ik terecht gekomen bij KTBA. Als consultant kom ik bij veel verschillende klanten, waardoor ik de kans krijg om veel te leren over de levensmiddelenindustrie. Zo heb ik bijvoorbeeld bij een bakker meegewerkt aan etiketten voor grote supermarkten en ga ik langs bij bedrijven om te kijken waar verbeteringen in de etikettering doorgevoerd kunnen worden. Op deze manier krijg ik een kijkje in een industrie die ons allemaal aan gaat en waar ik elke dag weer nieuwe dingen leer. Mijn komst wordt altijd erg gewaardeerd door klanten, omdat ze vaak dringend hulp nodig hebben met een groot probleem. Dit maakt deze functie, in combinatie met de variatie aan producten, superuitdagend. Daarnaast is het ook gewoon heel tof om de etiketten die je zelf hebt gemaakt in de winkel te zien liggen. Uiteindelijk wil ik een carrière waarbij ik me elke dag kan inzetten voor een gezondere samenleving, maar ik vind kennis van de industrie waarmee je voor dat doel moet samenwerken daarvoor essentieel.

## Eline de Heus | afgestudeerd in 2018

INTEGRAAL KANKERCENTRUM NEDERLAND (IKNL) – JUNIOR ONDERZOEKER

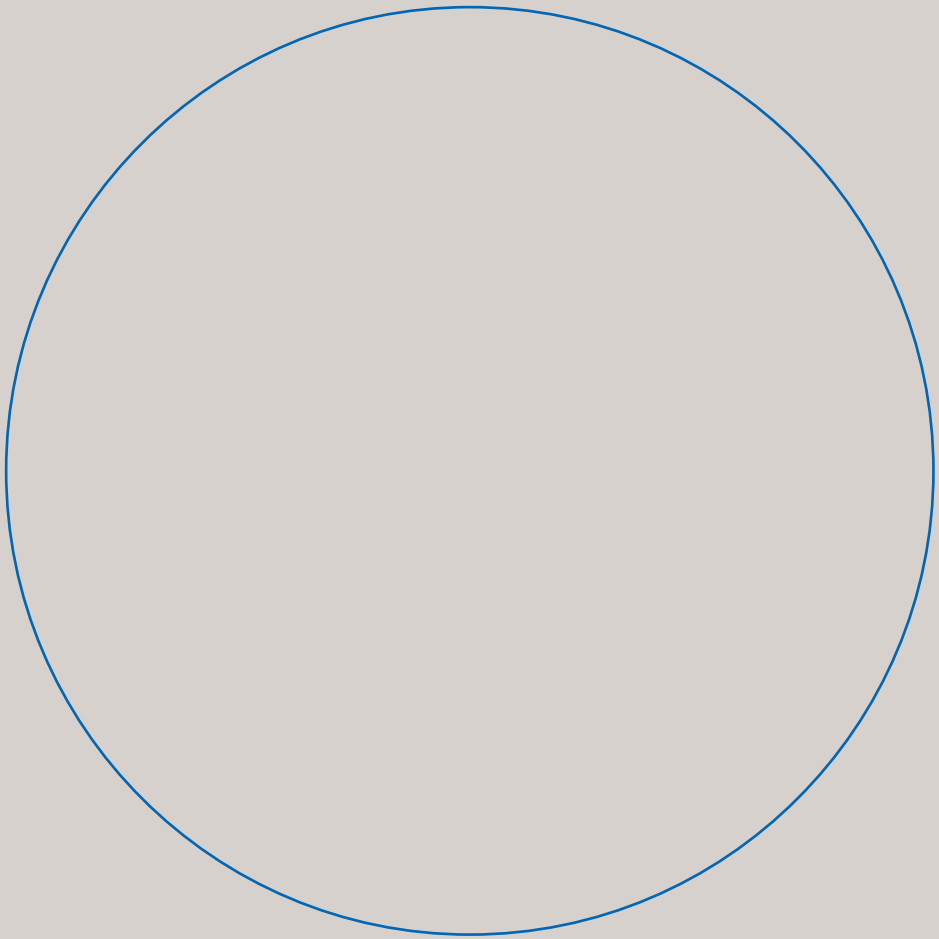
Als junior onderzoeker bij het Integraal Kankercentrum Nederland (IKNL) doe ik promotieonderzoek naar zeldzame kankers. Het leukste aan deze baan vind ik het doen van onderzoek binnen de gezondheidszorg en het kunnen bijdragen aan de verbetering van de overleving en kwaliteit van zorg bij zeldzame kankers in Nederland. Mijn belangrijkste taken bestaan uit het analyseren van data, schrijven van wetenschappelijke artikelen, presenteren van onderzoeksresultaten en maken van rapportages. Het meest opvallende vind ik het grote verschil tussen zeldzame kankers en veelvoorkomende kankers, zoals borstkanker en darmkanker. Maar liefst één op de vijf patiënten met kanker heeft een zeldzame vorm kanker, maar desondanks wordt er nog weinig onderzoek naar gedaan en is de overleving ook beduidend lager dan voor patiënten met een niet-zeldzame kanker. Tijdens mijn master heb ik met veel plezier onderzoek gedaan

naar diverse ziektebeelden en zo kwam ik erachter dat ik verder wilde gaan in het onderzoek. Door mijn thesis en stage had ik de kans ervaring op te doen binnen de gezondheidszorg met het schrijven van wetenschappelijke artikelen, epidemiologie en kwantitatieve data-analyse.

## Laura Heusschen | afgestudeerd in 2017

VITALYS KLINIEK TEGEN OVERGEWICHT – PHD KANDIDAAT

Na mijn stage bij Vitalys en de afdeling Bariatrische Chirurgie van het Rijnstate Ziekenhuis, mocht ik blijven om zelf promotieonderzoek te doen. Mijn project is in samenwerking met Wageningen University en het doel is om meer kennis en inzicht te krijgen in voedingsstatus na bariatrische chirurgie. Ik ben betrokken bij allerlei projecten binnen dit onderwerp zoals het implementeren van een online voedingsvragenlijst, het evalueren van de effectiviteit van gespecialiseerde multivitamine supplementen en onderzoek naar groepen die een hoog risico lopen, zoals zwangere vrouwen. Binnen deze studies werk ik samen met collega's van allerlei verschillende disciplines, zowel binnen als buiten het Rijnstate. Het kan soms best lastig zijn om met zoveel verschillende mensen samen te werken, maar het is ook één van de dingen die ik het leukst vind aan mijn baan. Daarnaast vind ik het fijn dat ik veel afwisseling heb in mijn dagelijkse taken. Op sommige dagen zit ik de hele dag achter de computer om te analyseren of te schrijven, terwijl ik andere dagen mijn bureau nauwelijks zie omdat ik druk ben met bijvoorbeeld meetings, onderwijs, het includeren van deelnemers of het geven van presentaties. Mijn studie heeft mij een goede basis aan wetenschappelijke kennis en competenties gegeven welke goed van pas komen in mijn huidige baan. Ik zou huidige studenten adviseren om de thesis- en stageperiode te gebruiken om te ontdekken waar je interesses en kwaliteiten liggen. Tot slot: bespreek met zoveel mogelijk connecties wat voor baan je na je studie zou willen doen. Hoe groter je netwerk, des te meer kans op dé tip.



**Meer weten?**

Bachelor Voeding en Gezondheid

[www.wur.nl/bvg](http://www.wur.nl/bvg) | [bvg.mnh@wur.nl](mailto:bvg.mnh@wur.nl)

Master Nutrition and Health

[www.wur.eu/mnh](http://www.wur.eu/mnh) | [bvg.mnh@wur.nl](mailto:bvg.mnh@wur.nl)

