

CURRICULUM VITAE (mevrouw drs. A.H. Palsma)

PERSOONLIJKE GEGEVENS

Naam: Anneke Palsma
Adres: Kamperfoelie 73
Postcode/woonplaats: 3171 PD Poortugaal
Nationaliteit: Nederlandse

RELEVANTE OPLEIDINGEN & TRAININGEN

1996 - 2003: WO Toegepaste Natuurwetenschappen: Voeding en Toxicologie (Open Universiteit)
1996 - 1996: Post HBO Sportdiëtetiek
1975 - 1979: HBO Voeding en Diëtetiek

Cursussen

2012-2013: ISAK level 1 en level 2 bij Bodymorph, Engeland
2008: "PREFFI" van Dr. G. Molleman (NIGZ)
2008: "Schrijven in studie en beroep" bij Open Universiteit Nederland
2007: Projectmanagement (interne cursus)
2007: "Tekst en effect" en "Schrijven voor Studie en Beroep" bij Open Universiteit
2004: "Gezondheid in Perspectief" bij Open Universiteit
1989: "Health Counseling" van Dr. F.M. Gerards

KERNEIGENSCHAPPEN

Sterke eigenschappen: Integer, gedreven, doorzetter, snelle denker, grensverleggend, procesgericht

RELEVANTE WERKERVARING

2020 – heden: **Columnist bij Voeding en Visie**
Resultaat: columns over relevante actuele onderwerpen m.b.t. voeding

2017 - heden: **Docent Voeding bij SodaBodyfit te Amsterdam**
Verantwoordelijk voor het ontwikkelen van lesmateriaal voor personal trainers over sport en voeding en het geven van lessen over sport en voeding aan personal trainers

2015 – heden **lid van werkgroep Wisselwerkingen Medicijnen, Voeding, Voedingssupplementen, en Kruidenpreparaten bij NPN te Amersfoort.**
Verantwoordelijk voor meelesen en reviews factsheets voor artsen, apothekers en diëtisten

- over wisselwerkingen tussen medicijnen, voeding, voedingssupplementen en kruidenpreparaten,
Resultaat: diverse factsheets over wisselwerkingen tussen voeding en medicatie (2020 en 2019) en Cursus wisselwerkingen Voeding en medicatie voor huisartsen (2019).
- 2012 – 2021: **Ontwikkelaar les- en toetsmateriaal bij NCOI te Hilversum**
Verantwoordelijk voor het ontwikkelen van lesmaterialen en examens voedings- en dieetleer op post HBO, HBO en MBO-niveau
- 2012 – heden **Helpdesk voedingsvragen voor Stichting Tegenkracht, te Bilthoven:**
Verantwoordelijk voor het beantwoorden van vragen over voeding in relatie tot sportbeoefening voor, tijdens en na behandeling voor kanker
- 2011 – heden: **Reviewer nieuwsbrieven donateurs bij het World Cancer Research Fund**
Beoordelen van wetenschappelijke onderbouwing voor de nieuwsbrieven
- 2011 - heden: **Sportdiëtist en Voedingwetenschapper bij Palsma Sportvoedingsadviesbureau**
Verantwoordelijk voor: organisatie en uitvoering van alle werkzaamheden rondom het opstellen van sportvoedingskundige adviezen aan sporters en begeleiders rondom de sporter, schrijven van teksten over voeding voor verschillende bladen en blog op <https://sportvoedingsadvies.eu> en het geven van presentaties over gezonde voeding, sport en leefstijl voor diverse doelgroepen sporters en ondersteunend personeel rondom de sporter.
- 2014 - sept 2020: **Hoofddocent Voeding en Diëtetiek, Hogeschool NTI te Leiden**
Verantwoordelijk voor het vertalen van de behoeften van het werkveld naar het opleidingscurriculum, Mede verantwoordelijk voor opstellen en ontwikkelen documenten voor accreditatietraject HBO Voeding en Diëtetiek (in 2016 gerealiseerd), Mede ontwikkelen van onderwijsmaterialen en examens voor de opleiding HBO, Het verzorgen van colleges en praktijktrainingen in diverse vakken voor studenten HBO Voeding en Diëtetiek en het begeleiden van stagiaires en afstudeerders van de HBO Voeding en Diëtetiek
- 2012 – 2015: **Voedingwetenschapper en Columnist voor Moving People, tijdschrift van Le Champion, te Alkmaar**
Beantwoorden vragen over sportvoeding van

- leden van Le Champignon en schrijven van columns over sportvoeding in tijdschrift over hardlopen, fietsen en wandelen.
- 2012 - 2012: **Medeorganisator van het Nederlands Nutraceutical Congres te Amsterdam**
Resultaat: congres voor geneeskundigen, apothekers en andere (para)medische professionals over het raakvlak van voeding en inzet van voedingssupplementen ter preventie en curatie
- 2009 - 2015: **Wetenschappelijk adviseur Beter Eet Patroon**, Winnaar van Editie NL's Opvolger van Sonja Bakker
- 2006 - 2011: **Beleidsmedewerker preventie bij de Dopingautoriteit, Capelle aan den IJssel**
Verantwoordelijk voor Doping Infolijn, beleidsadvisering, voorlichting aan (top)sporters en doelgroepen rondom (top)sporters, zoals ouders, coaches, sportfysiotherapeuten, sportdiëtisten, sportmasseurs en soigneurs
Resultaten: Onderwijsmateriaal en presentaties voor (top)sporters, coaches, en paramedische begeleiders rondom de (top)sporters, brochure voor begeleiders rondom de (top)sporter, klanttevredenheidsonderzoek voor de Doping Infolijn, ontwikkelen van intern kennissysteem voor de operators die de Doping Infolijn bedienen.
- 2006 - 2011: **Voedingskundig onderzoeker bij GGD, Den Haag**
Resultaat: Voedselfrequentievragenlijst voor zwangere Hindostaanse vrouwen
- 2005 - 2006: **Voedingskundig onderzoeker bij AMC, Amsterdam**
Resultaat: Rapport effectieve interventies voor Turkse en Marokkaanse Nederlanders
- 2003 - 2005: **Onderzoeksdiëtist bij Erasmus MC, Rotterdam**
Resultaat: Voedselfrequentievragenlijsten voor jonge kinderen die deelnemen aan het Generation R-onderzoek
- 2001 - 2002: **Stagiair bij Generation R-onderzoek in Erasmus MC, Rotterdam voor opleiding Voeding en Toxicologie**
Resultaat: Voedselfrequentievragenlijst voor zwangere Nederlandse, Surinaamse, Turkse en Marokkaanse vrouwen t.b.v. het Generation R-onderzoek
- 1999 - 2006: **Onderzoeksassistent bij Erasmus MC, Rotterdam**
Resultaat: Gegevens verzameld uit medische dossiers van deelnemers aan het ERGO-

- onderzoek (Rotterdam Study) met betrekking tot veroudering en overlijden
- 1997 - 1998: **Auteur lesstof bij Wolters Kluwer, Houten**
 Resultaat: Lesstof voedings- en dieetleer voor de opleiding Verzorgende Niveau 3 en 4
- 1997 - 1997: **Diëtist in Robert Fleury, te Leidschendam**
 Vervanging zwangerschapsverlof
- 1983 - 1997: **Diëtist in Deltaziekenhuis, Poortugaal**
 Resultaat: Afdeling diëtetiek opgezet binnen een psychiatrisch ziekenhuis, het ontwikkelen en doceren van lessen voedings- en dieetleer aan leerling verpleegkundigen en sociotherapeuten
- 1982 - 1997: **Docent Voedings- en dieetleer, opleiding Verpleegkundigen en sociotherapeuten in Deltaziekenhuis, Poortugaal**
 Resultaat: lesmateriaal voor leerling verpleegkundigen en sociotherapeuten ontwikkeld en het geven van voedings- en dieetleerlessen
- 1981 - 1983: **Kookactiviteitenbegeleidster, Deltaziekenhuis, Poortugaal**
 Resultaat: Theoretische en praktische voedingsvoorlichting voor resocialisatie van psychiatrische patiënten
- 1980 - 1981: **Diëtist in verschillende verzorgingshuizen en een verpleeghuis**
 Resultaat: dieetbehandeling van poliklinische en klinische patiënten en optimalisatie van voedingsadministratiesystemen

OVERIG

- 2018 - heden: Algemeen lid van Hart van Poortugaal, een werkgroep met als doel bevorderen van gezondheid en welzijn van inwoners van Poortugaal.
- 2013 - 2017: Secretaris Vereniging Sportdiëtetiek Nederland
- 2013 - 2016: Penningmeester Vereniging Sportdiëtetiek Nederland
- 2012 - 2014: Lid van Commissie beleid van Vereniging Sportdiëtetiek Nederland
- 2012 - 2017: Ledenadministratie Vereniging Sportdiëtetiek Nederland
- 2011 - 2015: In periode 2013-2016: digitaliseren ledenadministratie
 Onderhouden contacten Vereniging Sportdiëtetiek Nederland en andere sportzorgpartners betrokken bij Sportzorg/Vereniging Sportgeneeskunde en meegewerkt om Alliantie Sportzorg op te richten
- 2009 - 2013: Bestuurslid faculteitsvereniging Natuurwetenschappen Open Universiteit: NouW
- 2007 - 2009: Sportvoedingskundige begeleiding RoParunteam
- 2006 - 2008: Hoofdredacteur Afslanktop10, website met recensies over afslankboeken
- 1998 - 2006: Bestuurslid van de Openbare Bibliotheek
- 1981 - 2006: Verschillende functies in het Interkerkelijk (jeugd)werk

Meegelezen bij de volgende boeken:

- Pannekoek S, Stelt van der T., Wisse V.: *Eet als een atleet*. Uitg: Iamafoodie. Amsterdam (2017)
- Voedingscentrum: *Alles over Sport en Voeding*. Uitgeverij Voedingscentrum (2016)
- Witteman L. Voeding en mondgezondheid, praktische handleiding voor paramedici, Uitg: Voedingspiramide, Den Haag (2014).
- Bosman C. Bakker M. BEP, Afslanken door een Beter Eet Patroon, Uitg. Final Publishing, Leersum (2010).
- Wassink H., Willemsen G., Coumans B. Op Eigen Kracht slanker-strakker-sterker (2e herziene druk.) Arko Sports Media, Nieuwegein, (2008).

Belangrijkste presentaties:

- "Voeding Hypes en Apps" presentatie landelijke kennisdag Nederlands Genootschap Sportmassage. Op 23 september 2017
- "Ondernemen als een topsporter met goede voeding", presentatie voor ondernemersgroep Start-Me-Up, 7 juni 2016
- "Welke claims voorprestatieverbetering zijn wettelijk toegestaan? Nederlandse Diëtistendagen 8 en 9 april 2016
- "Haal het beste uit jezelf met goede sportvoeding", Bijeenkomst voor Young Professionals van Natuur- en gezondheidsProducenten Nederland 4 juni 2015
- "Het grijze gebied tussen voedingssupplementen en doping". Eerste Congres van het Nederlands Nutraceutical Genootschap (18 november 2010).
- "Dopinggebruik onder recreatieve sporters: meer monitoring en preventie is noodzakelijk" Nationaal Congres Volksgezondheid (13 april 2007).
- "Voedingsinterventies voor Turken en Marokkanen in Nederland: Zijn ze voldoende aangepast?" Nationaal Congres Volksgezondheid (13 april 2006).
- "Preventie van allergie bij kinderen". Congres "Hoe functioneel is voeding? Probiotica in wetenschap en praktijk, georganiseerd door NVVL en NVD (9 juni 2005).

Lid van:

- Nederlandse Academie Voedingwetenschappen (NAV)
- Nederlandse Vereniging van Diëtisten (NVD)
- Nederlandse Vereniging Voedingssleer en Levensmiddelentechnologie (NVVL)
- Vereniging Sportdiëtetiek Nederland (VSN): meegewerkt aan Beleidsplan Beroepsprofiel van de sportdiëtist (2011) en Consensus voor de Voeding voor de Jeugdige sporter (2009)

Belangrijkste publicaties:

- Egmond M.A. van, Palsma A.H., Sluik D. Voedingskennis bij militairen binnen de 11^{de} Luchtmobiele Brigade: een beschrijvend onderzoek. *Nederlands Militair Geneeskundig Tijdschrift* 73: (pag. 64-70), mei 2020
- Palsma A.H. Voedingssupplementen en Doping, hoofdstuk in *Informatorium voor Voeding en Diëtetiek*, Uitgeverij: Bohn Stafleu Van Loghum te Houten online (2018).
- Palsma A.H. Een studie op afstand is niet zomaar een schriftelijke cursus. Hbo-opleiding Voeding en diëtetiek via e-learning. *VoedingNu* 19: (pag. 20-22), maart/april 2018
- Palsma A.H. Voedingssupplementen: veel gebruikt, zelden nodig. Column op Sportknowhowxl Informatieplatform I zakelijke sportmarkt, 20 maart 2018, <http://www.sportknowhowxl.nl/nieuws-en-achtergronden/column-xl/item/112225/voedingssupplementen-veel-gebruikt--zelden-nodig>
- Palsma A.H. Bewegen alle beetjes helpen Voedingmagazine 2017
- Palsma A.H., Geel van A., Langen M. *Wedstrijdsport*. Hoofdstuk in Artsenwijzer Diëtetiek (2015)

- Wassink H., Koert W., De Hon O., Coumans B., Palsma A. *Doping de nuchtere feiten, a second opinion*. Uitgeverij: Arko Sports Media/Dopingautoriteit. Nieuwegein, 2014
- Etten, van E., Palsma A. *Voeding en prestatie*. *EHBO.NL* (pag 22-23), 2014
- Palsma, A. Is Bio logisch beter? *Sportgericht* (pag. 8-11), 2012.
- Palsma, A. Groter, gespierder en zieker door anabolen. (deel 4). *Sportgericht* 63. (pag. 42-48), 2009
- Palsma, A. Met doping in bloedvorm. (deel 3). *Sportgericht* 63 (pag. 32-37), 2009
- Palsma, A. Niet-intentioneel dopinggebruik. (deel 2). *Sportgericht* 62. (pag. 24-28), 2008
- Palsma A.H. Sportvoedingssupplementen en doping. *Informatorium Voeding en diëtetiek*. Band 2 Voedingsleer IVd (pag. 1-20), december 2008.
- Palsma A. Klanttevredenheidsonderzoek Doping Infolijn. Een enquête onder bellers en e-mailers plus trends van 2000-2007. Dopingautoriteit, Capelle aan den IJssel, 2008.
- Palsma A., Wassink H., Coumans B., de Hon O.. Dopinggebruik onder recreatieve sporters: meer monitoring en preventie is noodzakelijk. Abstract van presentatie voor Nederlands Congres Volksgezondheid. *Tijdschrift voor Gezondheidswetenschappen* 85. (pag. 33). 2007.
- Palsma A. Doping: een beknopt overzicht (deel I). *Sportgericht* 61. (pag. 23-27). 2007
- Nicolaou M. Palsma A.H., Stronks K. De voeding van jonge volwassenen van Turkse en Marokkaanse afkomst. Een probleemanalyse en aanbevelingen voor voedingsinterventies. Afdeling Sociale Geneeskunde, AMC en Instituut Gezondheidswetenschappen VU, 2007
- Palsma A.H., Nicolaou, van Dam R.M., Stronks K. De voeding van Turkse en Marokkaanse Nederlanders in de leeftijd van 18-30 jaar: prioriteiten voor voedingsinterventies. *Tijdschrift voor Gezondheidswetenschappen* (pag. 415-422), 2006.
- Palsma, A.H., Ramsaransing, G.N. & M. Nicolaou. *Motivatatie voor het uitvoeren van voedingsonderzoek bij allochtonen in Nederland*. Uitgave: in eigen beheer, Den Haag, januari 2005. Rapport dat aangeboden is aan Ministerie van VWS, RIVM, TNO, Wageningen Universiteit, LUMC, AMC en GGD Den Haag