

Het VAK

Je beroep is de ruggengraat van het leven, meende filosoof Friedrich Nietzsche. Bekende en minder bekende mensen vertellen over hun bijzondere werk of hobby en over hun leven in deze omgeving. Hoeveel ruggengraat hebben deze professionals?



PORTRETten VAN OPVALLENDE MENSEN UIT ONZE REGIO



M

Naam: Marta Klement
Leeftijd: 35
Eerste baan: Fotograaf in een atelier in Praag
Beroep: Merkstrateeg, ondernemer
Woon- en werkplaats: Leiden
Burgerlijke staat: Getrouwd met Vincent
Grootste overtuiging: Trust the process
Tip voor de mensheid: Blijf in verbinding met jezelf en investeer in je persoonlijke ontwikkeling

Thuis

Al 15 jaar woon ik in Leiden — het voelde meteen als thuis. In 2020 kochten mijn man en ik een honderd jaar oude bouwval in de Tuinstads-wijk en verbouwden alles zelf. Nu is het een droomhuis met grote woon-keuken, tafel voor acht en een fijne tuin. Een plek om te eten, borrelen en samen te zijn. Maar ik heb nóg een thuis: Tsjechië. Diepe bossen, ijskoude watervallen, kastelen, middeleeuwse stadjes, bierbrouwerijen en gebakken kaas. Elk seizoen gaan we er even naartoe.

Man of vrouw

Vrouw zijn. Er is al zoveel over gezegd — en nog steeds te weinig. Van ongelijkheid, glazen plafonds en ravijnen, femicide, misbruik en abortus tot verbinding en sisterhood, nog altijd binnen een patriarchale samenleving. De worsteling is zo treffend verwoord door Gloria (America Ferrera) in haar monoloog in de film Barbie. Het raakte mij diep en ik zou liegen als ik zeg dat ik geen moeite heb met hoe traag de ontwikkelingen op dit gebied gaan — of zelfs achteruit. Maar ik geloof niet in 'us and them'. Voor echte verandering hebben we elkaar nodig. Vrouwen én mannen.

Gezondheid

Zes jaar geleden verloor ik mijn moeder door zelfdoding, als gevolg van een langdurige depressie. De impact daarvan op mij en mijn naasten is niet in woorden te vatten. Het begrip, het taboe, het systeem dat hier niet op is ingericht, en een maatschappij die hier niet klaar voor is — dat werd haar fataal. En zij is niet de enige. Zelfdoding komt het meest voor bij mensen van middelbare leeftijd. Dat onderstreept hoe hard preventie en ondersteuning nodig zijn. Mijn droom is om een stichting op te richten die deze hulp toegankelijk maakt. Voor iedereen.

Vrijheid

Vrijheid is mijn belangrijkste waarde. Ik kom uit communistisch Tsjecho-slowakije, waar vrijheid niet vanzelfsprekend was. Waar in Nederland 1945 het begin van de vrijheid betekende, begon bij ons de Koude Oorlog. Mijn ouders groeiden op in onderdrukking — ik ben de eerste generatie die in vrijheid werd geboren. Dat besef zit diep. Maar vrijheid betekent voor mij niet alleen politieke of maatschappelijke ruimte, maar ook innerlijke ruimte: voelen wat ie voelt, moaen kiezen en moaen ziin wie ie bent.

Eigen baas

Ik ben eigenlijk altijd mijn eigen baas geweest. Op mijn negentiende studeerde ik af aan het Grafisch Lyceum in Praag, verhuisde naar het platteland en opende met mijn toenmalige vriend een café. Later, in Nederland, begon ik mijn eigen designbureau. Ik werkte aan toffe projecten, bouwde een mooi portfolio op en had zelfs even personeel. Ik heb successen gevierd maar ben ook vaak op mijn bek gegaan. Dat hoort er gewoon bij. Na een uitstap als art- en design director bij een groter bureau belandde ik in een burn-out. Nu werk ik weer zelfstandig als merkstrateeg. Vorig jaar ontwikkelde ik mijn eigen methode, bracht ik een boek uit en startte OnBrand® — een platform waar ik ondernemers met een missie help een sterk merk te bouwen. Eigen baas zijn is wie ik ben, maar balans blijft een zoektocht.

Rust

Even chillen heb ik als kind niet geleerd. Er waren altijd lijstjes, taakjes, verwachtingen. Niksdoen stond gelijk aan lui zijn. Dus als volwassene voelde ik me schuldig als ik niks deed. Mijn man Vincent leerde me pas dat bankhangen óók oké is. Tegenwoordig vind ik rust in koken. Lekker creatief, maar ook ontspannend. Ik geniet van eten, drinken en goede gesprekken aan tafel of op een terras. Helemaal niks doen kan ik nog steeds niet goed — daarom heb ik 'il dolce far niente' op mijn arm laten tatoeëren.

Ontwikkeling

De ontwikkelingen van de afgelopen jaren zijn fascinerend én beangstigend. Alles gaat sneller dan ooit. Ik ben een nieuwsgierige early adopter, maar wat als je dat niet bent? Wat als je deze trein mist? Wat doet dat met ons oerbrein, dat nog steeds boos, verliefd en verdrietig kan zijn? Ik ben dankbaar voor mijn jeugd zonder internet, maar ook blij met mijn zelfsturende auto en AI-copilot anno 2025.

R

Naam: Regis Mbabazi
Leeftijd: 33
Eerste baan: Krantenwijk
Beroep: Creatief strateeg & parttime buschauffeur
Woon- en werkplaats: Leiden
Burgerlijke staat: Ongehuwd
Grootste overtuiging: Alles wat je meemaakt, kan de vonk zijn voor je bestemming
Tip voor de mensheid: Durf nieuwsgierig te zijn naar jezelf, zoals je ooit was, naar wat er in het cadeautje zat met jouw naam erop

voeding, spirituele reflectie en rust. Ik heb periodes gehad waarin ik mezelf verloor in te veel drugs, te veel feesten en het vluchten voor de realiteit. Uiteindelijk moest ik leren wat het betekent om écht voor mezelf te zorgen. Geen quick fixes, maar luisteren naar mijn lijf. Nieuwsgierig zijn naar mezelf. Ik sport, mediteer, eet bewust en neem elke dag een koude douche om spanning te begrijpen en ermee vertrouwd te raken. Gezondheid is het fundament voor alles wat ik wil bouwen. Alleen als ik goed voor mezelf zorg, kan ik er zijn voor anderen.

Vrijheid

Ik heb gevoeld wat het betekent om voor jezelf te kiezen. Om te zeggen: vanaf hier doe ik het anders. Dat is vrijheid voor mij. Nu ik meer levenservaring heb, besef ik dat echte vrijheid begint bij het erkennen van je eigen verhaal – en daar verantwoordelijkheid voor nemen. Het gaat niet over losbreken van alles, maar over trouw blijven aan wie je bent. Daarom wil ik met mijn toekomstige stichting en projecten ook anderen helpen om die vrijheid in zichzelf terug te vinden.

Samenleving

We leven in een wereld die vaak verdeeld aanvoelt. Toch geloof ik in verbinding. Als buschauffeur kom ik dagelijks mensen tegen van alle leeftijden en achtergronden. Het herinnert me eraan dat we allemaal onderweg zijn. Mijn missie is om bruggen te bouwen tussen verhalen, culturen en generaties. Elk gesprek, elke glimlach is een herinnering dat we meer op elkaar lijken dan we denken. Ik geloof in een samenleving waar ruimte is voor ieders verhaal – ook dat van de stille strijder.

Toekomst

Ik wil bruggen blijven bouwen. Met mijn toekomstige stichting wil ik jongeren, nieuwkomers en eenzame mensen begeleiden in hun persoonlijke ontwikkeling. Mijn toekomst is dienstbaar. Ik ben er voor de mensen die het nodig hebben – dat is mijn missie: om licht te brengen op plekken waar het lang donker was. Dat doe ik met woorden, met projecten en met mijn aanwezigheid. Want als ik iets heb geleerd, is het dit: je hoeft niet te wachten op morgen om de toekomst te veranderen. Je mag vandaag beginnen.

Inspiratie

Mijn leven begon in Rwanda, midden in chaos. Ik verloor mijn ouders toen ik twee was. Wat ik later begreep, is dat mijn verhaal – hoe pijnlijk ook – tegelijk ook mijn kracht werd. Mijn inspiratie zit in mensen. In hun verhalen, blikken, twijfels. Maar ook in stilte. Als kind uit Rwanda heb ik geleerd te kijken zonder woorden. Nu geef ik woorden aan wat anderen vaak voelen, maar niet durven uitspreken. Ik vertel verhalen: op het podium, als coach of gewoon in de bus. Als ik één iemand kan raken, dan is het al gelukt.

Ontwikkeling

Mijn leven ging van vluchteling naar vaste grond, van overleven naar ondernemen. Geen makkelijke weg. Ontwikkeling gaat voor mij niet over diploma's of titels, maar over zelfinzicht. Ik heb mijn eigen pijn leren onderzoeken en transformeren. Dat leer je niet op school – dat is innerlijk werk. Elke val gaf me iets terug: inzicht, kracht of richting. Ik geloof niet in eindstations, alleen in beweging. Daarom blijf ik leren: van boeken, van mensen, van mezelf – en van de natuur.

Hier en nu

Vroeger leefde ik óf in het verleden, óf in de angst voor wat nog moest komen. Nu weet ik dat alles wat telt, zich afspeelt in het moment. Ademhalen, voelen, vertragen. Elke dag neem ik bewust tijd om stil te staan, zelfs als ik op de bus zit. In het 'nu' zit alles: rust, dankbaarheid, kracht. En als ik voel dat ik afdwaal, breng ik mezelf terug door nieuwsgierig te zijn naar wat me afleidt – of met een koude douche, of een ademhalingsoefening.

Gezondheid

Voor mij betekent gezondheid: balans – in mijn hoofd en in mijn lichaam. Tegenwoordig kies ik bewust voor een leven met beweging, gezonde





S

Naam: Sandra Nonhebel
Leeftijd: 40
Eerste baan: Bollenpeller en horecamedewerker
Beroep: Eventmanager bij Sandra Nonhebel Projecten
Woon- en werkplaats: Oegstgeest
Burgerlijke staat: Ongehuwd
Grootste overtuiging: Alles gebeurt met een reden
Tip voor de mensheid: Leef in het moment

Thuis

In Oegstgeest ben ik opgegroeid – oké, officieel geboren 'tegenover de hertjes' in het Diaconessenhuis – en na een kort uitstapje naar Leiden weer 'Terug naar Oegstgeest' gegaan. Het is er fijn wonen: groen, schoon en ideaal gelegen. Inmiddels woon ik acht jaar in Poelgeest met misschien wel de mooiste achtertuin die er is: de polder en kasteel Oud Poelgeest. Voor mij een bijzondere plek. Mijn ouders trouwden er, ik kwam er vaak als kind en nu kijk ik er elke dag op uit.

Eigen baas

Na mijn studie werkte ik als video-editor bij een congresbureau en in de destinatie-marketing. In 2020 groeide het verlangen om al die ervaring samen te brengen in iets nieuws. De banen lagen voor het oprapen, dus ik besloot eerst te gaan reizen. Na drie weken onderweg gooide covid roet in het eten. Ik kwam thuis in een compleet andere wereld: alleen, mét hypotheek en zonder duidelijk plan. Toen viel alles op z'n plek. Contracten werden niet verlengd, maar het werk ging wel door en daar kon

ik, met mijn brede achtergrond, op inspringen. Dit jaar is het vijf jaar geleden dat ik besloot eigen baas te worden. Spannend? Ja! Maar vooral: één van de beste keuzes die ik ooit heb gemaakt.

Vrijheid

Vrijheid is voor mij belangrijk. Als Ram zit dat ook in mijn aard: ik wil graag onafhankelijk zijn, mijn eigen keuzes maken en ruimte voelen om te bewegen. Daarom past het ondernemerschap ook goed bij mij. Geen vaste lijntjes of opgelegde kaders maar zelf kunnen bepalen welke kant ik op ga en in welk tempo. Die vrijheid zorgt ervoor dat ik blijf groeien en dicht bij mezelf blijf. Dat geldt voor mijn werk, maar ook hoe ik leef.

Hier en nu

Ik leef het liefst in het moment: doen wat nu klopt en als ik ergens voor ga, dan ga ik ook echt. Niet twijfelen, maar gewoon doen: 200%. Die instelling heb ik ook privé. Ja, dan loop je soms een deuk op, maar dat hoort erbij als je gas geeft.

Ontwikkeling

Voor mij draait alles om beweging. Of het nou gaat om een project, een samenwerking of mijn eigen groei, als eventmanager met meer dan tien jaar ervaring weet ik inmiddels goed waar mijn kracht ligt: in de combinatie van scherpste, creativiteit en daadkracht. Ik schakel makkelijk tussen inhoud en uitvoering, hou zicht op het grotere plaatje, maar altijd met oog voor detail. Het liefst werk ik met mensen waar ik van kan leren en die net zo gepassioneerd zijn als ik ben.

Vrije tijd

Ik kijk graag sport. Dat is voor mij echt een uitlaatklep waar ik helemaal in op kan gaan. Net als reizen. De wereld is zo mooi en divers, het voelt zonde om op één plek te blijven. En natuurlijk het strand: ontspannen tijdens lange zomerdagen met vrienden, in de winter uitwaaien en m'n hoofd leegmaken. De zon zien ondergaan blijft voor mij magisch. Ik geniet ontzettend van die kleine dingen. Ik ben nieuwsgierig naar alles wat het leven te bieden heeft, of dat nou een nieuw museum is, een goed concert of uit eten met vrienden. Zelf koken met een Netflix-serietje aan is voor mij echt ontspanning.

Toekomst

Ik ben trots op wat ik heb bereikt en waar ik nu sta, maar het voelt niet als mijn eindstation. Ik wil mezelf blijven uitdagen en groeien. Benieuwd wat de toekomst brengt!