



Louise Hildebrand

WERKERVARING

Coach | psycholoog | strategisch adviseur gezondheid

Mental Health Empowerment (oprichter)
maart 2023 - heden

Diverse diensten op maat om de mentale gezondheid van mensen te optimaliseren. Uitgangspunten: positieve gezondheid, eigen regie voor gezondheid.

psycholoog NIP | coach | maatschappelijk werker | vertrouwenspersoon

HumanCapitalCare
oktober 2019 - november 2022

Implementeren van de functie psycholoog NIP binnen de organisatie. Opzetten van de dienst Coaching op Afstand. Adviseren, begeleiden, coachen en behandelen van medewerkers met mentale en fysieke klachten.

Psycholoog | coach | docent (CRKBO) | trainer | radioprogrammamaker

Mental Fitness4U (oprichter)
2010 - september 2019

Het uitvoeren van uiteenlopende opdrachten op gebied van mentale en fysieke gezondheid. Zowel preventief als curatief. Adviseren van medewerkers, managers en directieleden, uitvoeren van oplossingsgerichte coachingstrajecten, ontwikkelen en geven van workshops, presentaties en trainingen.

Als mbo-docent gaf ik de vakken: Begeleiden van sportactiviteiten, Sport en lifestyle, Gezonde leefstijl. Als hbo-docent heb ik uiteenlopende vakken op gebied van psychologie gegeven. In 2014 heb ik bij Omroep Centraal in Gemert het radioprogramma Mentaal Fit en Gezond ontwikkeld en 3 jaar uitgezonden.

Groepslesinstructeur | coach | yogadocent | nationaal trainer

diverse sportscholen in Nederland | Les Mills
2006 - 2018

Het geven van uiteenlopende groepsfitnesslessen waaronder Bodyjam, Zumba, Bodypump, Bodycombat, Bodyshape, senioren gym en Bodybalance. Ook heb ik yoga en pilates gegeven. Tussen 2010 en 2018 ben ik nationaal trainer voor Les Mills geweest. In deze functie heb ik nieuwe instructeurs opgeleid en bijgeschoold.

Hoofdredacteur | tekstschrijver | communicatieadviseur

Meijers Media | Tekstbureau Louise Hildebrand
1999 - 2010


Opzetten van een nieuw magazine gericht op ict-integratie in het onderwijs, aansturing van redactieleden en freelancers. Vanaf 2005 als zzp'er diverse tekstuele opdrachten en opdrachten als communicatieadviseur uitgevoerd (profit en non-profit).

CONTACT

 06 48 27 12 19

 info@louisehildebrand.nl

 www.louisehildebrand.nl

 www.linkedin.com/in/louisehildebrand

ADRES

Klein Dorsent 31, 5469 TH Erp

PROFIEL

Gezondheid in de breedste zin van het woord. Dat is mijn passie. Ik wil mensen ervan bewustmaken dat ze zelf verantwoordelijk zijn voor een goede gezondheid. Voorkomen is beter dan genezen.

Hierbij is het de uitdaging om mensen intrinsiek te motiveren om hun fysieke en mentale gezondheid te optimaliseren.

Louise Hildebrand

COMPETENTIES

Zelfstandig
Samenwerkingsgericht
Probleemanalytisch
Doelgericht
Communicatief vaardig
Klantgericht
Organisatiesensitief

OPLEIDINGEN

Opleiding tot ACTor (ACT@-meting)

myHBMCenter
mei 2023 - juni 2023

Opleiding Cognitieve gedragstherapie

Forta Opleidingen
maart 2022 - september 2022

Opleiding tot ademcoach Liquid Breath level 1, 2 en 3

Yogatrainer in Eindhoven
maart 2021 - december 2021

Opleiding tot vertrouwenspersoon

Van Oss en partners
april 2021 - december 2021

Diverse workshops, trainingen en korte opleidingen

2005 - 2020

o.a. Cognitive based mindfulness therapy training, 200 Hours Yoga Alliance International Certification (India), jaartraining Academie voor coaching en counseling en sportgerelateerde trainingen.

Bachelor gezondheidspsychologie

Open Universiteit
2003 - 2004

Klinische psychologie 1, 2 en 3, gezondheidspsychologische interventies, klinische gespreksvoering, interculturele psychologie, psychodiagnostiek, sociologie, arbeidpsychologie, gezondheidspsychologische diagnostiek.

Master sociale psychologie (drs.-titel)

Radboud Universiteit in Nijmegen
1992 - 1997

Intergroepsrelaties, groepsdynamica, interpersoonlijke relaties en macht, beïnvloeding en attitudeverandering, biologische grondslagen van sociaal gedrag, vrouwenstereotype, fundamentele sociale psychologie, arbeid en psychologie, ethiek.

Voortgezet wetenschappelijk onderwijs (vwo)

Zwijzen College in Veghel
Nederlands, Engels, Frans, Duits, Aardrijkskunde, Economie, Economie-2 (handel)