

# Curriculum Vitae Hendrikje van Leest

## Personalia

Hendrikje (H.M.) van Leest  
Traaij 213B, 3971 GJ Driebergen-Rijsenburg  
+31(0)616304008  
hmvanleest@live.nl  
[www.hendrikjevanleest.nl](http://www.hendrikjevanleest.nl) / [www.moederinbeweging.nl](http://www.moederinbeweging.nl)

Hendrikje van Leest is theatermaker en trainer. Van huis uit is ze natuurkundige en kleinkunstenaar. Haar belangrijkste competenties zijn sensitiviteit, samenwerking, resultaatgerichtheid, het creëren van overzicht en creativiteit vanuit een fysieke basis.



## Werkervaring

<b>Theatermaker en trainer - Hendrikje van Leest - Coaching &amp; Performance</b> <i>Zelfstandig ondernemer op het grensvlak van cultuur en techniek in de begeleiding van stem en beweging</i> - het geven van pilates, yoga en coaching aan zwangeren en moeders (Moeder in beweging) - individueel stemcoach, begeleiding in stemgebruik en presentatie van o.a. docenten - individuele studie- en loopbaanbegeleiding, specialisatie in technische studies en bedrijven - het maken en geven van trainingen als trainingsacteur en co-trainer - het regisseren van voorstellingen vanuit wetenschappelijk onderzoek - het spelen en maken van kleinkunstvoorstellingen - het geven van theater-, stem- en bewegingsworkshops aan jongeren en volwassenen Naast het ZZPerschap werkt ze enkele uren per week bij Laco Driebergen als fitness trainer.	Jan 2013 – heden
<b>Projectleider / adviseur - APPM Management consultants</b> <i>Verantwoordelijk voor projecten binnen gemeenten, bedrijven, overheden en onderwijs</i> - projectmanager in diverse duurzaamheidsprojecten gericht op sectorenbrede samenwerking - het coachen van individuele medewerkers intern en bij klanten - het ontwikkelen van nieuwe producten en nieuwe werkvormen	Jan 2012 – Mrt 2014
<b>Diverse functies - Essent</b> <i>Werkzaam als projectmanager, hr adviseur, universiteitencoördinator, management trainee</i> - projecten opzetten en leiden met externe samenwerkingspartners in het bedrijfsleven, lokale overheden en onderwijs op het gebied van elektrisch vervoer - coaching van individuele medewerkers in re-integratie- en ontwikkeltrajecten - het opzetten en sparren met universiteiten met als resultaat concrete samenwerkingsprojecten - het maken en geven van trainingen gericht op interne samenwerking met gebruik maken van creatieve werkvormen vanuit theater en zang - ondersteuning in de ontwikkeling en invoering van innovatie in de organisatie	Apr 2006 – Jan 2012
<b>Stage - Shell</b> Afdeling Exploratory Research & Innovation (bedrijfsstage) Shell Global Solutions, Amsterdam	Aug 2005 – Nov 2005
<b>Diverse bijbanen naast studie</b>	Jan 1999 – Mrt 2006

## Opleidingen

<b>NL Actief opleiding Fitness trainer B (personal trainer)</b> Start2Move, Zwolle	Jul 2023 – heden
<b>NL Actief opleiding Fitness trainer A (fitness trainer)</b> Start2Move, Rotterdam	Feb 2023 – Jun 2023
<b>Basisopleiding Pilates + Specialisatie Fit en gezond zwanger/Zwangerschapsyoga</b> Queno, Westerbork	Sep 2019 – Jun 2020
<b>Theateropleiding (beroepsopleiding kleinkunst)</b> Selma Susanna, Amsterdam	Aug 2014 – Jun 2017
<b>Organisatiepsychologie (focusopleiding)</b> Open Universiteit	Aug 2011 – Dec 2013
<b>Technische Natuurkunde (5 jaar Bsc &amp; Master, afgestudeerd als ir.)</b>	Sep 1999 – Dec 2005

Technische Universiteit Delft, Delft

**VWO**

Veurs College, Leidschendam

Sep 1993 – Jul 1999

## Cursussen

---

<b>Mobility en MindFit opleiding (pilates en yin yoga)</b> Queno, Westerbork	Mei 2022 – Sep 2022
<b>Workshop de Psoas spier</b> Vitaal	Mrt 2022 – Mrt 2022
<b>Hatha yoga (stage)</b> CB yoga	Sep 2021 – Jul 2022
<b>Praktijkleergang Coaching vanuit positief psychologisch perspectief</b> Open Universiteit	Mrt 2018 – Jul 2018
<b>Trainingsacteren</b> De Trap, Amsterdam	Mrt 2014 – Mrt 2014
<b>Alliantiemangement/Strategisch Omgevingsmanagement/ Samenwerkingsvaardigheden</b> Twyndstra Gudde	Okt 2010 – Nov 2010
<b>Algemene Gesprekstechnieken</b> Vergouwen Overduin	Okt 2008 – Nov 2008
<b>Individueel Duits niveau 2</b> Inlingua, Bremen (Duitsland)	Aug 2007 – Aug 2007
<b>Management programma</b> IBO, Essent Management Traineeship	Apr 2006 – Mrt 2008
<b>Zang, spraak, toneel &amp; dans</b> Diverse vooropleidingen en cursussen	Sep 1987 – heden

## Nevenactiviteiten

---

<b>Theaterwerkplaats De Spelerij</b> De Cultuurhoek, Driebergen	Aug 2019 – heden
<b>Muziek, theater &amp; bands</b> Diverse optredens en voorstellingen, betaalde opdrachten	Sep 2002 – heden
<b>Lid OR BPNP</b> Essent NV, 's-Hertogenbosch	Jan 2011 - Jan 2012
<b>Young Leaders for Nature / Cradle-to-Cradle projectteam</b> Essent NV, 's-Hertogenbosch	Apr 2008 - Jul 2009
<b>Personal Position Statement (eerste prijs: training met zang als werkvorm)</b> Essent NV, 's-Hertogenbosch	Jul 2007 – Nov 2007
<b>Bestuurslid Public Relations van studenten- en sportvereniging D.S.V.V. "Punch" in Delft</b>	Aug 2000 – Aug 2001

## Overig

---

Talen	Nederlands (moedertaal), Engels (goed), Duits (goed), Frans (voldoende)
Interesses	Interculturele samenwerking, innovatie, creatieve performance, techniek, sectoren verbinden
Vrije tijd	sport (zwemmen, volleybal), songwriting (Engels- en Nederlandstalig), klussen en tuinieren

---