

Bedrijfsgegevens

De Witte Wind
Voorstraat Voorstraat
4503BK Groede
Nederland

0117 453782
0625033286

lucky13@zeelandnet.nl

www.zijninzeeland.nl

Talenten

muzikaal en creatief	★★★★☆
goed probleemoplossend vermogen	★★★★☆
kennis van meditatie en gezonde voeding	★★★★☆
kennis van planten en dieren en tuinen	★★★★☆



De Witte Wind

Lien Keijl

"mensen helpen hun basis terug te vinden."

Vanuit mijn ervaring in de GGZ en gehandicaptenzorg gedurende 25 jaar vind ik het heerlijk om mensen te helpen die vast zijn gelopen in hun leven door allerlei omstandigheden.
Samen zoeken naar oplossingen zodat iemand weer verder kan al of niet met blijvende hulp is een uitdaging.

Tevens verzorg ik Mindfulness trainingen individueel of voor groepen.
Vooral gericht op mensen die overbelast zijn, burn-out klachten hebben , slaap problemen, concentratiestoornissen, chronische pijnklachten.
Of een combinatie van deze voorbeelden.

Ik ben gecertificeerd categorie 1 trainer (4 jarige opleiding bij instituut v Mindfulness) sinds 2008.
HBO SPH diploma en aanvullend cognitieve gedragstherapie via het Rino in Amsterdam. sinds 2004.

Tevens heb ik aan huis al honderden mensen enorm geholpen.
Elke maand organiseer ik terugkomavonden voor diegenen die al eens een training hebben gevolgd en regelmatig komen er de meest mooie verhalen van het verloop van hun leven na de training.
Het delen van ervaringen met elkaar in die groep is essentieel. Hier bemerken mensen dat ze in feite allemaal dezelfde problemen hebben en de oplossingen die ze in de groep delen zijn van essentieel belang in hun proces.

ZZpediA



Bedrijfsgegevens

De Witte Wind
Voorstraat Voorstraat
4503BK Groede
Nederland

0117 453782
0625033286

lucky13@zeelandnet.nl

www.zijninzeeland.nl

Talenten



Portfolio: **Mindfulness trainingen**

Jonge man 24 in zorginstelling ; tjee dit is beter dan slapen.

Vrouw 67 gediagn. met borstkanker :kwaliteit van mijn leven komt weer terug en mijn vrijheid.

Jonge vrouw 21: gestopt met het drinken van 4 flessen cola per dag; paniekstoornis weg en erg geïnteresseerd geraakt in voeding . Alles omgegooid, geen suiker , geen vlees meer...kilo`s afgevallen en onlnags bevallen van een tweeling.

verpleegkundigen met burn out klachten: diegenen die echt zijn gaan oefenen met aangeboden materiaal gingen met sprongen vooruit. Konden beter begrenzen en sliepen ook beter .

politieagent met stress gerelateerde klachten: voelt zich beter , kan meer tijd vinden voor zichzelf en zijn oefeningen doen en daardoor meer rust in zijn hoofd.

