



LOLA NOUWENS

COACH, TRAINER, CHEERLEADER

DIT BEN IK

Hippie, nerd, kind, wijze vrouw. Je kunt met mij in een speeltuin spelen en filosoferen over het leven. Ik heb de hele dag ideeën en breng de meest uiteenlopende in de praktijk. Mijn motto: "ik durf het niet, dus ik doe het". Ik streef er naar iedereen die met mij in contact is geweest een beetje lichter & gelukkiger weg te laten gaan.

HIER LIGT MIJN KRACHT

Creatief denken, brainstormen, lijntjes leggen. Informatie behapbaar maken en overbrengen. Motiveren, de schoonheid van het leven zien en laten inzien. Mensen en situaties zonder oordeel benaderen.

WERKERVARING

MINDSET COACH EN CREATIEF ONDERNEMER

Zelfstandige bij Lola Nouwens | november '19 - heden

1:1 coaching | ontwikkelen en organiseren trainingen, workshops, events | spreker | boekjesmaker | LEGO bouwer & verhalen verteller | in alles wat ik doe staan rust, geluk & levenslust centraal

samenwerkingen met

onder meer: Hogeschool Utrecht | Make-a-Wish | Heutink | RTL | Cultuurbox | Hermitage Amsterdam | Likeland | MOVE | Ad Alliance | tal van bibliotheken & scholen | Spiegeltent Bon Salon | Art of the Brick | Tech@Connect | Koninklijke Marine | United World College

trainingen, workshops en events

onder meer: Bouw Aan Jezelf: LEGO en identiteit | Gewoon Relaxed: innerlijke rust | Lekker Jezelf: schaamteloos leven | Forever Friends: vriendenboekje voor jezelf | Klein Kankerboekje: tips en schrijf-prompts voor patiënten en hun naasten | Meer Dan Kanker: informatie- en inspiratieavond | Overwegend Optimistisch: lezing en boekje over groei mindset | NAKED.: letterlijk & figuurlijke zelfreflectie met fotografie en creatief materiaal

OPRICHTER EN VOORZITTER

Stichting Bewa Ghana | oktober '06 - heden

ondersteunen kinderen en jongvolwassenen in Ghana | persoonlijke en professionele ontwikkeling | aansturen bestuur en vrijwilligers | projecten starten en coördineren | voorlichting | begeleiden afstudeerders | interne & externe communicatie | voor dit werk woon ik jaarlijks een tijdje in Ghana

ADVISEUR INFORMATIECENTRUM

Immigratie- en Naturalisatiedienst | juli '10 - november '21

verzamelen, analyseren en presenteren grote hoeveelheid informatie | advies & informatie over asielachtergronden | workshops teamcohesie | oprichter en deelnemer werkgroepen interne cultuurverandering | begeleiden medewerkers en stagiairs

Paniek
of dans?
Jij kiest.



OPLEIDINGEN

UNIQUE LEADING PROFESSIONAL ADVISOR GUIDE

Certificaat persoonlijk & zakelijk coach | mei '20 – november '21

opleiding tot coach | filosofie: je kunt altijd kiezen om dingen anders aan te pakken | basis is rust, vanuit daar verantwoordelijkheid nemen over je leven | uitgangspunt: er is niks mis met je, je bent te gek | zorg dat je leven bij je past

TILBURG UNIVERSITY

MA Communicatie- en informatiewetenschappen | september '10 – februari '14

specialisatie interculturele communicatie | afstudeerrichting gezondheidscommunicatie 2.0 | publicatie paper in tijdschrift Alfa Nieuws | scriptie over vluchtelingen en de Nederlandse gezondheidszorg, begeleid door dr. A. el Aissati | cum laude

UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

BA/MA Communicatie- en informatiewetenschappen | februari '10 – juni '10

op avontuur | buitenlandminor in Spanje | B2 niveau Spaans

RADBOD UNIVERSITEIT NIJMEGEN

BA Communicatie- en informatiewetenschappen | september '07 – juni '10

specialisatie interculturele communicatie | minor taal en imago | scriptie over cross culturele verschillen tussen Nederland en Spanje bij personeelswerving, begeleid door prof. dr. M. Gerritsen | bene meritum

JACOB ROELAND LYCEUM

Gymnasium | september '00 – juni '06

natuur & gezondheid met economie | hier leerde ik nieuwe dingen leren, discipline en samenwerken | favoriete vakken: Latijn, Nederlands, levensbeschouwing en klassieke culturele vorming | tussenjaar voor vrijwilligerswerk en reizen in Ghana

DIT HEB IK OOK NOG GEDAAN

- bijna drie jaar als raadslid gewerkt voor de gemeente Boxtel, wat me veel inzicht in onze maatschappij en de politiek heeft opgeleverd
- het eerste seizoen van LEGO MASTERS gewonnen, wat me doorzettingsvermogen leerde en het belang altijd jezelf te blijven (ook als er miljoenen mensen naar je kijken), daarna wist ik zeker dat ik floreer in creatieve setting
- een half boek geschreven, eens zien of ik het dit jaar eindelijk afmaak
- als vrijwilliger in allerlei werkgroepen gezeten rondom eerlijk ondernemen en aardig zijn voor onze wereld
- jaren in de horeca gewerkt, oftewel: geleerd wat gastvrijheid is en hard werken inhoudt

MIJ NIET BELLEN VOOR

- lange termijn strategie uitzetten
- werkweken van 60 uur
- cijfers, rekenen en berekenen
- 9 tot 5 binnen zitten
- vergaderen en notuleren

MIJ WEL BELLEN VOOR

- energie & enthousiasme
- ruimte voor vernieuwing en input
- slim & gefocust werken, afgewisseld met danspauzes en blokjes om
- werk met kinderen of volwassenen die weer wat vaker kind willen zijn
- sociaal-maatschappelijke projecten

ZO BEREIK JE ME

Adres: Postbus 119, 5280AC, Boxtel
Telefoon: 06-23168972
E-mailadres: info@lolanouwens.com
Website: www.lolanouwens.com

Ik kijk er naar uit
van je te horen!

Lola



Ga.





FEEDBACK UIT CULTURELE VELD

Voor de gelegenheid heb ik enkele kunstenaars in mijn netwerk gevraagd of zij deze functie bij mij vinden passen. Hun reacties:

"Zeker op organisatorisch vlak zou jij deze baan goed kunnen vervullen. Je kan goed luisteren naar mensen en volgens mij ben je erg oplossingsgericht. Een besturende functie tussen creatieve mensen is echt pittig omdat creatieve mensen altijd het idee hebben het beter te weten. Daar komt jouw eigenschap goed naar mensen te kunnen en willen luisteren goed van pas. Je bent iemand die gewoon doet en aanpakt wat ze wil en eigenlijk altijd met succes. Je biedt overzicht en inzicht, ik denk dat dit enorm waardevol kan zijn binnen Tac. Juist omdat je niet middenin het culturele veld staat, zie je andere dingen en spelen er voor jou andere belangen – als artiest zie ik daar alleen maar pluspunten in."

Sophia Steenbergen, Donna Sophia, kunstenaar & tattoo artist ('s Hertogenbosch)
@donnasophia_ | www.bureausophia.nl/

"Ow vet! Jij zou echt wel bij de tac passen. Zo'n lekkere creatieveling, die creativiteit op een eigentijdse, speelse manier bekijkt. Met jouw creatieve brein en kijk op dingen zorg je dat ik met een andere, meer open blik naar dingen kan kijken. Je bent een aanjager, buiten de hokjes denker. Jij zorgt dat vlammetjes weer aan gaan, waar men denkt dat ze gedoofd zijn. Ik weet zeker dat dit niet alleen voor mij geldt. Jij stimuleert en prikkelt de creatieve geest. Juist omdat je out of the box kunt denken zul je goed op je plek zijn bij tac en geloof ik dat je een te gek artistiek programma in elkaar kunt zetten, niet alleen met mainstream dingen maar juist die dingen die stoer met een strikje zijn."

Bianca Willems, urbex & portret fotograaf (Eindhoven)
www.biancawillemsfotografie.nl

"Lola: een creatieve en vrolijke snuiter. Voor mij is het vooral zichtbaar hoe Lola zich inzet om een fijne plek te maken van het wereldje waar wij in/op leven. Haar socials zet ze in om veel mensen te bereiken met simpele instructies om even tot rust te komen. In real life heb ik door haar altijd even een rust momentje tijdens het werk dat ik dan doe; voor een goed gesprek op niveau maar ook gewoon om even stom en hardop te lachen. Creativiteit op het vlak van maken staat hoog in het vaandel, voor wie dat niet ziet: kijk LEGO MASTERS maar eens terug. Daarnaast staat de hele creative sector hoog op het lijstje van Lola. Overall waar ze kan bij betrokken en niet bang om haar handen uit te steken en mee te helpen."

Niek Vergeer, illustrator, muralist en consultant cultuur & curator bij Bank15 (Breda)
@plakplaatjs | www.bank15.nl

Leuk Lola! Waarom ik denk dat jij geschikt bent: je hebt nauwe contacten met street artists en graffiti kunstenaars. Daarnaast heb je connecties met zowel lokale als landelijke organisaties en stichtingen, vanuit jouw eigen stichting, je werk en jij als persoon. Je bent op de hoogte van verschillende projecten en evenementen op gebied van kunst en cultuur en woont deze bij. Tot slot: je bent zelf bijzonder creatief, ik denk aan jouw kankerboekjes, LEGO MASTERS, hoe je als coach werkt en je gevoel voor mode/styling."

Mitch Koningstein, Satoe One, graffiti artist en oprichter Tunnel Vision (Boxtel)
@satoe_one | www.tunnelvisionboxtel.nl