

Mickey (Mirjam Angèle) Oudkerk Pool, geb. 31-03-1962
Arie Biemondstraat 160, 1054 PG Amsterdam
Tel: 0654 277 206
E-mail: mickeyoudkerkpool@gmail.com



PROFIEL

Communicatief, sociaal, onderhoudend, meedenkend, meelevend, oplossingsgericht, creatief, verzorgend.

WERKERVARINGEN o.a.

2015 - 2025 (eigen onderneming ZZP 'Yogamix' zie: <https://yogamix.nl>)

Yogadocent (Hatha, Yin, Yin Yang, Qi Gong) en stoelyogadocent (ook bewegen op muziek) - In diverse doelgroepen, alle leeftijden, sportscholen, zorgcentra en huizen van de wijk voor o.a. 55 plussers en 60 plussers, mensen met lichte dementie, mantelzorgers e.a

2004 - 2015 (eigen onderneming ZZP 'Het stoelmassageteam' en 'To Relax')

Masseuse en stoelmasseuse ZZP - e.o. *ontspanningsmassages in hotels en stoelmassages bij bedrijven op kantoor.*

2000 - 2003 Centrum de Roos

Centrum de Roos - Amsterdam - 32 u per week (**Instroom Doorstroom, ID baan**)
PR, Planner, Verkoper, Inkoper, Website onderhoud

1994 - 2000 Vuurwerk Internet

2^e lijns Helpdesker bij Internetprovider in Haarlem (alle klantcontacten telefonisch en online) /documentatie handleidingen online) - *full time*

Stichting Welzijn Amsterdam

Cursussen schrijven en geven over internet & computergebruik in huizen van de wijk

1989 - 1994 Muziekwereld

PH21 Cultureel centrum- Amsterdam - 20 uur per week
Muziekprogrammeur, PR,
Management en boeker voor diverse bands

1979 - 1989 Horeca

Horeca medewerkster in diverse cafe's/restaurants - Barwerk, kleine keuken, serveerster - *full time*

OPLEIDINGEN

2024 - 2025 Coaching

Holistisch Systemisch Coach - Academie voor leven (nog mee bezig)

2011 - 2024 Lichaamswerk

Qi Gong - Chinese Taoïstische yoga 42 uur - Certificaat

De Nieuwe Yogaschool - YIN docent opleiding 100 uur - 1 jarig HBO certificaat

Mindfulness Academie - Basisopleiding Mindfulness trainer MBSR 103 uur - certificaat

Yoga academie Nederland - hatha yogadocent 500 uur - 4 jarig HBO - diploma

2018 - 2020 Schrijven

Schrijversacademie met twee specialisaties afgerond

Familieverhalen en biografieën - getuigschrift

Columns & blogs schrijven - getuigschrift

2000 - 2011 Massage en Stoelmassage

Akademie massage & beweging - holistisch masseur - diploma

Touch Pro - Stoelmassage - diploma

Esoterra - Stoelmassage - diploma

Jaarlijkse bijscholingen

2000 - 2011 Coaching & Counseling

Civas - Coaching - diploma

Civas - Counseling & Stress counseling - diploma

Civas - Ontspanningstherapie - diploma

2007 - 2008 Anatomie fysiologie en pathologie

NTI - Medische basiskennis - MBO - diploma

1993 - 1995 Computergericht

Vrouwenvakschool voor informatica - Netwerkbeheer opleiding- HBO - diploma

SICA - Secretaresse opleiding MBO - diploma

1985 - 1987 Sociaal

Karthuizer Sociale academie

1974-1977 Middelbare scholen

Montessori lyceum, Montessorie mavo, Scholengemeenschap Noord, Christelijke mavo Monnickendam

BIJSCHOLINGEN o.a. Stoelyoga, stoelyoga voor mensen met lichte dementie, Stoelyoga op muziek, Yoga en trauma verwerking, Yoga voor ouderen, Yoga voor zwangeren, Meridiaan yoga

HOBBIES o.a. schrijven, muziek, zingen, koken, musea bezoek, fotograferen, wandelen, reizen, schilderen, dansen e.a.