

## Rilana Altena MSc

Adres: Kievitstraat 28 7557 AR Hengelo  
E-mail: Rilana@rilana-altena.com  
Mobiel: 0639560832  
Linkedin-profiel: <https://www.linkedin.com/in/rilana-altena/>

### Persoonlijke gegevens

Geb. datum: 28 mei 1975  
Burg. staat: Gehuwd  
Rijbewijs: Ja

### Werkervaring

01/2011 – heden: **Orthopedagoog, mindfulnesstherapeut, coach, auteur, spreker** bij Lunara (eigen praktijk/zp) in Hengelo  
09/2015 – 07/2016: **Docent economie, remedial teacher en begeleider** bij 't Nijrees te Almelo  
11/2014 – 03-2015: **Invalidocent cluster IV** bij Attendiz, de Kapstok leerwerktrajecten, in Hengelo  
06/2014 – 08/2014: **AMK – maatschappelijk werker BJZO** bij AMMI-Zorg Personeel BV  
01/2011 – 07/2014: **Orthopedagoog, freelancetrainer docenten** bij Algemene Onderwijsbond, in Utrecht  
12/2013 – 03/2014: **Invalidocent cluster IV** bij VSO Rentray, in Rekken en VSO Mozaiek, in Hengelo  
08/2011 – 07/2013: **Docent Pedagogiek** Christelijke Hogeschool Windesheim, in Zwolle  
03/2011 – 05/2015: **Mede-eigenaar, trainer, begeleider** bij Twents Avalon, in Hengelo  
08/2010 – 01/2012: **Orthopedagoog freelance** bij Sa-Net, in Doetinchem  
12/2007 – 08/2011: **Ambulant begeleider cluster 4** bij Attendiz, Dienst ambulante begeleiding, in Hengelo  
04/2007 – 11/2007: **Orthopedagoog, coördinator zorgteam** bij AOC Oost, in Enschede  
09/2004 – 08/2005: **Orthopedagoog** i.o. bij Praktijkschool de Wissel, in Enschede  
09/1998 – 11/2007: **Docent, leerlingbegeleider, dyslexiespecialist** bij ROC van Twente, in Hengelo  
08/1997 – 07/1998: **Leerkracht** speciale school voor het basisonderwijs de Stiepel, in Hengelo.

### Opleidingen, cursussen e.a.

#### Opleidingen

2018 Loslaatcoach™ [Loslaatacademie]  
2015 – 2017 Fytotherapie – helen met kruiden [Kruidencentrum de Draak]  
2015 Mindfulness voor kinderen [Civas]  
2013 - 2015 Mindfulness en cognitieve gedragstherapie [Civas]  
2010-2011 Jaaropleiding Wilde Wijsheid [Eruname]  
2009 Diploma (cum laude) Master SEN –specialist begeleiden [SvO]  
2002 – 2006 Diploma Pedagogische Wetenschappen met diagnostiek aantekening [RU]  
1999 – 2001 Diploma Remedial Teacher Voortgezet Onderwijs [Fontys]  
1997 – 1998 Diploma Speciaal onderwijs [Fontys]  
1993 – 1997 Diploma PABO [Onderwijs Centrum Twente]

#### Cursussen/trainingen

2018 Instagram Cursus [Dean Street Society]  
2017 In 7 stappen floreren – businesstraject [Laura Babeliowsky]  
2016-2017 Businesscoaching I Love Your Brand + The next level [Debbie Bernasco]  
2012 Certificaat Assessorstraining [intern]  
2011 Certificaat Co-teaching [APS]  
2010-2011 AOB-academie [Algemene Onderwijsbond]  
2009 Certificaat Autisme in de klas [Steunpunt Autisme]  
Certificaat Probleemgedrag en agressie bij Autisme [Autisme Centraal]  
2008 Certificaten Socrautische methode en 'Ik ben Speciaal' [Autisme Centraal]  
2007 Certificaat Interne Opleidingsbegeleider/coach [Pabo Hengelo]

## Workshops/symposia/congressen/lezingen

2018	Lezing pre-, peri- en postnatale trauma's
2017	50 ways of business, Fanfactordag Anne Raaymaker, MPOP Simone Levie
2008-2013	Congres stoornissen, symposium 'De Kracht van Opvoeden', workshop 'Werken met Esseon-R', congres 'Dyslexie de Baas', NLD signaleren en begeleiden, autisme en stress/motivatie/puberteit/sociaal overleven, symposium hoogbegaafdheid

## Overig

Vrijwilliger bij Scala jongerenwerk te Hengelo in buurthuis/soos; actief kaderlid Algemene Onderwijsbond, hoedster van een rode tent en begeleiding vrouwengroep.

Mijn vrije tijd besteed ik vaak met mijn gezin, familie en vrienden. Organiseer evenementen en ga naar festivals. Ik maak muziek en zing. Ook lees ik graag een boek of vakliteratuur, kijk films, haak en ben regelmatig met mijn hond te vinden in de natuur.