



Ioana Bulău

Data nașterii: 01/06/1990 | **Cetățenie:** română | **Gen:** Feminin | **Număr de telefon:**

(+40) 740426105 (Număr de telefon mobil) | **E-mail:** ioana.mardare90@yahoo.com |

Adresă: 700250, Iași, România (Acasă)

EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

01/11/2018 – ÎN CURS Iași, România

KINETOTERAPEUT SPITALUL CLINIC DE RECUPERARE IAȘI - SECȚIA DE RECUPERARE MEDICALĂ CARDIOVASCULARĂ

- Elaborarea și aplicarea programelor de recuperare cardiovasculară, în funcție de patologia și afecțiunile asociate a fiecărui pacient în parte.
- Monitorizarea și evaluarea principalilor parametri cardiovasculari.

01/06/2017 – 01/04/2020 Iași, România

KINETOTERAPEUT CENTRUL SOCIO - MEDICAL "UNIREA"

- Am elaborat și aplicat o serie de programe de recuperare medicală, individualizate, pacienților cu afecțiuni reumatologice.

01/05/2013 – 10/10/2015 Rhodos , Grecia

TEHNICIAN MASEUR, REFLEXOTERAPIE ȘI TRATAMENTE CORPORALE LINDOS PRINCESS BEACH HOTEL

- Am aplicat diferite tipuri de masaj: de relaxare, terapeutic și reflexoterapie;

01/10/2012 – 21/12/2012 Iași, România

SECRETAR CAMPANIE ELECTORALĂ PSD PARTIDUL SOCIAL DEMOCRAT

EDUCAȚIE ȘI FORMARE PROFESIONALĂ

01/10/2021 – ÎN CURS Iași, România

DOCTORAND UAIC - Școala Doctorală în Știința Sportului și a Educației Fizice

Adresă Strada Toma Cozma nr. 3, 700554, Iași, România

01/10/2012 – 20/06/2014 Iași, România

DIPLOMĂ DE DISERTAȚIE UAIC - Facultatea de Fizică - Metode fizice aplicate în kinetoterapie și recuperare medicală

Adresă Bulevardul Carol I nr. 11, 700506 , Iași, România

01/10/2009 – 20/06/2012 Iași, România

DIPLOMĂ DE LICENȚĂ UAIC - Facultatea de Educație Fizică și Sport - Secția Kinetoterapie și Motricitate Specială

Adresă Strada Toma Cozma nr. 3 , 700554, Iași, România

15/09/2005 – 15/06/2009 Iași, România

DIPLOMĂ DE BACALAUREAT Colegiul Național Pedagogic "Vasile Lupu"

Adresă Aleea Mihail Sadoveanu nr. 46, Iași, România

COMPETENȚE LINGVISTICE

Limbă(i) maternă(e): **ROMÂNĂ**

Altă limbă (Alte limbi):

	COMPREHENSIUNE		VORBIT		SCRIS
	Comprehensiune orală	Citit	Exprimare scrisă	Conversație	
ENGLEZĂ	B2	B2	B2	B2	B2
FRANCEZĂ	B1	B2	A1	A2	A1
GREACĂ	A1	A1	A1	A1	A1

Niveluri: A1 și A2 Utilizator de bază B1 și B2 Utilizator independent C1 și C2 Utilizator experimentat

COMPETENȚE DIGITALE

Microsoft Office (Excel PowerPoint Word) - nivel intermediar | Navigare Internet | Utilizare buna a programelor de comunicare(mail messenger skype)

COMPETENȚE DE COMUNICARE ȘI INTERPERSONALE

Comunicare

- Disciplina, atenția, atingerea obiectivelor, atitudinea pozitivă, optimismul, ordinea și prudența m-au ajutat să duc la bun sfârșit ce mi-am propus, într-un timp cât mai scurt și într-un mod mulțumitor pentru toți cei din jur.
- O bună capacitate de comunicare și relaționare cu pacienții și restul personalului medical.

CONFERINȚE ȘI SEMINARE

07/03/2019 – 10/03/2019 Iași

Conferința Zilelor Spitalului Clinic de Recuperare Iași - Unde, Când, Cum?

Am participat și prezentat în cadrul conferinței lucrarea intitulată - Rolul kinetoterapeutului în recuperarea cardiovasculară

30/10/2021 – 31/10/2021

Conferința Națională cu participare internațională - "Forum al Recuperării Medicale Chișinău 2021"

11/11/2021 – 13/11/2021 Iași

Facultatea de Educație fizică și Sport Iași - Project Happy Bones

12/11/2021 – 13/11/2021 Cluj - Napoca

The 7th International Conference of Universitaria Consortium in Physical Education, Sport and Physioterapy (ICU)

Am participat cu lucrarea intitulată "Study regarding the level of strenght as a motor quality among high school students in the context of the Covid-19 pandemic" împreună cu Drd. Mihaela Bogdan

22/03/2022 – 26/03/2022 Iași

Conferința Zilelor Spitalului Clinic de Recuperare Iași - Realizări și dificultăți

27/03/2023 – 01/04/2023 Iași

Conferința Zilelor Spitalului Clinic de Recuperare Iași - Paradigme în recuperarea medicală - de la consens la contraindicații

Am participat cu lucrarea intitulată "Kinetoterapia aparatului cardiovascular - tipuri de programe".

● **PUBLICAȚII**

2023

"A historical perspective of exercise in medical recovery"

Revista "Sport și Societate", Iași, Vol. 23

2022

Ghid de kinetoterapie pentru pacientul cu patologie cardiovasculară și metabolică

Împreună cu o vastă echipă de medici și kinetoterapauți am elaborat un ghid pentru recuperarea pacientului cu afecțiuni cardiovasculare, sub îndrumarea domnului Prof. Dr. Florin Mitu.

Prof. Dr. Florin Mitu

2021

"Study regarding the level of strenght as a motor quality among high school students in the context of the Covid-19 pandemic"

Volumul Conferinței ICU 2021, Cluj - Napoca