



Ioana-Adnana Diaconu

📍 **Acasă** : Strada Stindardului Nr. 5 Bl. H2 Sc. C, Et. 4, Ap.18, 700531, Iași, România

✉ **E-mail**: adnanadumbravu2@gmail.com

Gen: Feminin **Data nașterii**: 1 ian. 97 **Locul nașterii**: Iași, România **Cetățenie**: română

EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

Elytis Hospital

Localitatea: Iași | **Țara**: România

[1 apr. 22 – În curs]

Fizioterapeut

Roumasport Srl

Localitatea: Iași | **Țara**: România

[11 apr. 21 – 31 mar. 22]

Asistent vânzări

Salvați Copiii

Localitatea: Iași | **Țara**: România

[sept. 18 – ian. 20]

Fundraiser

Optima Solutions Center

Localitatea: Iași | **Țara**: România

[iul. 20 – oct. 20]

Operator call-center

Spitalul Clinic de Urgență „Prof. Dr. Nicolae Oblu”

Localitatea: Iași | **Țara**: România

[sept. 18 – ian. 19]

Voluntar kinetoterapeut

Secția de Neurochirurgie 2

Centru Medical Bărticești

Localitatea: Botești | **Țara**: România

[19 aug. 18 – 30 aug. 18]

Voluntar kinetoterapeut

Kinetoterapie/Fizioterapie

Spitalul Clinic de Recuperare

Localitatea: Iași | **Țara**: România

[aug. 19 – ian. 20]

Stagiu de practică

Centru de zi pentru persoane Varstnice „Vovidenia”

Localitatea: Iași | **Țara**: România

[aug. 18 – ian. 19] **Stagiu de practică**

Spitalul Clinic de Urgenta pentru Copii „Sf. Maria” Iasi

Localitatea: Iași | **Țara:** România

[aug. 18 – ian. 19] **Stagiu de practică**

Spitalul Clinic de Urgenta „Prof. Dr. Nicolae Oblu” Iasi

Localitatea: Iași | **Țara:** România

[aug. 18 – ian. 19] **Stagiu de practică**

Secția de Neurochirurgie 1

Clinica de Recuperare Medicala – Kinego

Localitatea: Iași | **Țara:** România

[ian. 19 – mai 19] **Stagiu de practică**

Spitalul Clinic de Recuperare

Localitatea: Iași | **Țara:** România

[ian. 18 – mai 18] **Stagiu de practică**

Secția de Cardiologie

Spitalul Clinic de Recuperare

Localitatea: Iași | **Țara:** România

[aug. 17 – ian. 18] **Stagiu de practică**

Secția de Ortopedie

Policlinica de Recuperare

Localitatea: Iași | **Țara:** România

[ian. 17 – mai 17] **Stagiu de practică**

EDUCAȚIE ȘI FORMARE PROFESIONALĂ

[31 aug. 21 – 15 sept. 25] **Doctor în Știința Sportului și Educației Fizice**

Facultatea de Educație Fizică și Sport <https://www.sport.uaic.ro/>

Adresă: Strada Toma Cozma 3, 700554, Iași, România

[31 aug. 19 – 31 mai 21] **Masterat în Kinetoterapia în Traumatologia Sportivă**

Facultatea de Educație Fizică și Sport <https://www.sport.uaic.ro/>

Adresă: Strada Toma Cozma 3, 700554, Iași, România

[sept. 16 – iun. 19] **Licențiat în Kinetoterapie și Motricitate Specială**

Facultatea de Educație Fizică și Sport <https://www.sport.uaic.ro/>

Adresă: Strada Toma Cozma 3, 700554, Iași, România

[aug. 12 – iun. 16] **Diplomă de Bacalaureat**

[15 – În curs]

Arbitru poomsae

Federația Română de Taekwondo Wt

[15 – În curs]

Instructor taekwondo

Federația Română de Taekwondo Wt

[30 nov. 15 – În curs]

Centura neagră 3 dan

Federația Română de Taekwondo Wt

Absolvent nivel II - modul psihopedagogic

Departamentul Pentru Pregătirea Personalului Didactic

COMPETENȚE LINGVISTICE

Limbă(i) maternă(e): română

Altă limbă (Alte limbi):

engleză

COMPREHENSIUNE ORALĂ B1 CITIT B1 SCRIS A2

PRODUCEREA DE MESAJE ORALE A2 CONVERSAȚIE A2

portugheză

COMPREHENSIUNE ORALĂ A2 CITIT A2 SCRIS A2

PRODUCEREA DE MESAJE ORALE A1 CONVERSAȚIE A1

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

COMPETENȚE

Navigare Internet | Social Media | Utilizare buna a programelor de comunicare(mail messenger skype) | Microsoft Office (Excel PowerPoint Word) - nivel intermediar | Microsoft PowerPoint | Microsoft Word | Microsoft Word Microsoft Excel Power Point | Atestat în Competențe Digitale

PERMIS DE CONDUCERE

Autoturism: B1

COMPETENȚE ORGANIZATORICE

Abilități organizatorice

-Foarte bune abilități organizatorice dobândite de-a lungul a 14 ani de taekwondo că sportiv și instructor

-Foarte bune abilități de organizare a timpului

COMPETENȚE DE COMUNICARE ȘI INTERPERSONALE

Abilități de comunicare și sociale

-Foarte bune abilități sociale în urmă interactionarii cu pacienți în timpul voluntariatelor/stagiilor de practică

-Foarte bune abilități de comunicare dobândite în urmă interactionarii cu pacienții în timpul voluntariatelor/stagiilor, dar și în urmă interactionarii cu sportivii și părinții că și instructor în cadrul unui club de taekwondo

- Un spirit de echipa bine dezvoltat în urmă practicării timp de 16 ani a taekwondo-ului
- Bune abilități de conducere în urmă coordonării unei echipe de 10 persoane, pe parcursul a 3 luni

PUBLICAȚII

[2024]
[Considerations On The Influence Of Mindfulness And Sports Games On The Performance Of Taekwondo Athletes](#)
Autori: Dumbravu, Ioana-Adnana & Abălașei Beatrice-Aurelia | **Denumirea publicației/conferinței:** Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala | **Volum, număr, pagini:** Vol. 17 No. 1.

[2024]
[The psychological component’s contribution to the enhancement of martial arts athletes performance](#)
Autori: Dumbravu, Ioana-Adnana & Abălașei Beatrice-Aurelia | **Denumirea publicației/conferinței:** SPORT AND SOCIETY

[2023]
Innovative Methods of Optimizing Sports Behavior in Taekwondo
<https://fefstim.uvt.ro/wp-content/uploads/2024/02/HX19-E-book-FEFSTIM-2023-Definitivo.pdf>
Autori: Dumbravu, Ioana-Adnana & Abălașei Beatrice-Aurelia | **Denumirea publicației/conferinței:** 9th International Conference of Universitaria Consortium

[2023]
Body scheme disorders and mitigation methodology
<https://archer.chnu.edu.ua/xmlui/handle/123456789/8523>
Autori: Dumbravu, Ioana-Adnana & Abălașei Beatrice-Aurelia | **Denumirea publicației/conferinței:** II International Scientific and Practical Conference "YOUTH SCIENCE FOR PEACE AND DEVELOPMENT