



OANA-RUXANDRA VUINOV (STÎNCEL)

EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

09/01/2012 – 02/06/2014 Timișoara, România

KINETOTERAPEUT SC.FIZIOKINETICMED.SRL

- electroterapie;
- kinetoterapie și gimnastică medicală;
- masaj terapeutic;
- băi galvanice;
- tracțiuni vertebrale;

Adresă Bd. Eminescu, nr. 12, 300028, Timișoara, România **Site de internet**

<http://www.fiziokinetimed.ro/>

09/06/2014 – 12/06/2015 Timișoara, România

KINETOTERAPEUT SC. RB AS SERVICE. SRL

- exercițiu fizic specific, antrenament fizic;
- masaj terapeutic și de relaxare;

Adresă Piața Consiliul Europei, Timișoara, România **Site de internet**

www.centrul-confidence.ro

11/07/2015 – 01/07/2018 Abu Dhabi, Emiratele Arabe Unite

KINETOTERAPEUT - ȘEF DE DEPARTAMENT AMRITA MEDICAL CENTER

- kinetoterapie și gimnastică medicală;
- electroterapie;
- masaj terapeutic;
- clase de Pilates (4-6 pacienți / grup);
- tracțiuni vertebrale;

02/07/2018 – 14/11/2018 Abu Dhabi, Emiratele Arabe Unite

KINETOTERAPEUT ELITE STYLE PHYSIOTHERAPY - LOS ANGELES HOSPITAL MANAGEMENT

- kinetoterapie și gimnastică medicală;
- electroterapie;
- masaj terapeutic;

11/01/2019 – 30/04/2022 Timișoara, România

KINETOTERAPEUT CLINICA ARTERRA

- reabilitare medicală în afecțiuni cardio-vasculare, afecțiuni ortopedice și sportive;

01/08/2021 – 30/12/2022 Timișoara, România

KINETOTERAPEUT POLITEHNICA TIMISOARA FEMINA

27/09/2021 – ÎN CURS Timișoara, România

**ASISTENT DE CERCETARE ÎN ÎNVĂȚĂMÂNTUL SUPERIOR UNIVERSITATEA DE VEST TIMIȘOARA
(FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂȘI SPORT)**

● **EDUCAȚIE ȘI FORMARE PROFESIONALĂ**

30/09/2019 – ÎN CURS Timișoara, România

DOCTORAT Școala Doctorală de Psihologie - Știința Educației Fizice și a Sportului

01/10/2011 – 01/07/2013 Timișoara, România

MASTER ÎN KINETOPROFILAXIE PRIMARĂȘI RECUPERARE FIZICĂ Facultatea de Educație Fizicăși Sport, Universitatea de Vest

Domeniu de studiu Sănătate

01/10/2008 – 01/07/2011 Timișoara, România

KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ Facultatea de Educație Fizicăși Sport, Universitatea de Vest Timișoara

15/09/2004 – 15/06/2008 Aiud, România

MATEMATICA SI INFORMATICA Colegiul Tehnic Avram Iancu Aiud

02/11/2014 Timișoara, România

TAPING SI BANDAJARE NEUROMUSCULARA International Academy Fysiotape B.V. Netherlands

Curs de taping - bandajare neuromuscularăde bază. Include parte teoreticăși practică. Subiecte importante ale cursului:

- introducerea conceptului de bandajare neuromusculară;
- efectele fiziologice ale bandajării;
- principiile de bazăale bandajării neuromusculare;
- alte tehnici de aplicare a bandajării și studii de caz;

28/11/2017 – 18/02/2018 Dubai, Emiratele Arabe Unite

CURS DE STOTT PILATES MAT (NIVEL ÎNCEPĂTORI, INTERMEDIARI, AVANSAȚI) Real Pilates

Dubai

- principii moderne ale științei exercițiului fizic și recuperării;

- nivele variabile ale mișcării - esențiale, intermediare și avansate - din stadiul de recuperare pânăla stadiul de performanță sportivă;

04/12/2020 – 06/12/2020

STRETCHING GLOBAL ACTIV Universitatea de Terapie Manuală- Saint-Mont, Franța

25/02/2023 – 26/02/2023

FASCIQ - MANIPULARE FASCIALĂ Physio Sport Therapy Academy

Site de internet <https://www.physio.ro/28/04/2023> –

29/04/2023

BANDAJARE RIGIDĂSPORTIVĂ Physio Sport Therapy Academy

Site de internet <https://www.physio.ro/>

● **COMPETENȚE LINGVISTICE**

Limbă(i) maternă(e): **ROMÂNĂ**

Altălimbă(Alte limbi):

	COMPREHENSIUNE		VORBIT		SCRIS
	Comprehensiune orală	Citit	Exprimare scrisă	Conversație	
ENGLEZĂ C2		C2	C2	C2	C2
SPANIOLĂ B1		B1	B1	B1	A1
FRANCEZĂ B2		B2	B2	B2	B1
ARABĂ A2				A1	
GERMANĂ B1		B1	A2	A2	A2

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

● INFORMAȚII SUPLIMENTARE PUBLICAȚII

Stîncel O., Oravitan M., Pantea C., Almajan-Guta B., Mirica N., Boncu A., Avram C. - Assessment of forward head posture and ergonomics in young IT professionals – reasons to worry?

– 2023

Med Lav 2023; 114 (1): e2023006 DOI: 10.23749/mdl.v114i1.13600

Link <https://mattioli1885journals.com/index.php/lamedicinadellavoro/article/view/13600>

Stîncel O.R., Niță A., Oravițan M. - The impact of home office setup due to COVID-19 pandemic on IT professionals' physical health: a systematic review,

– 2021

Timisoara Physical Education and Rehabilitation Journal, vol.14, issue 26. pag. , 2021 (indexată Pr

Stîncel O.R. - Rehabilitation for a post-traumatic patella dislocation in a patient with hip dysplasia – a challenging combination for a physiotherapist

– 2021

Revista Română de Kinetoterapie, vol. 27(46), 4-13 (indexată în DOAJ, EBSCO etc.)

Stîncel O., Oravițan M. - Implications of Forward Head Posture in Computer Users – A Systematic Review

– 2020

Proceedings of the 6th International Conference of Universitaria Consortium FEFSTIM 2020

Stîncel O. - Aspecte privind influența schimbării stilului de viață și a exercițiului fizic asupra sindromului metabolic

Simpozionul cu tema Actualități și perspective în educație fizică, sportul de performanță și kinetoterapie, Ediția a VI-a, 11 mai 2012

Stîncel O. - Activitatea de farmacovigilență – date actuale – 2011

Simpozionul cu tema Actualități și perspective în educație fizică, sportul de performanță și kinetoterapie, Ediția a V-a, 6 mai 2011

Stîncel O., Mitroi M., - Aspecte privind presopunctura și importanța sa în terapie – 2009

Simpozionul Actualități și perspective în educație fizică, sportul de performanță și kinetoterapie, Ediția a III-a, 15 mai 2009

PERMIS DE CONDUCERE

Permis de conducere: B

DISTINCȚII ONORIFICE ȘI PREMII

28/05/2021

Premiul pentru cea mai bună lucrare – Univeristatea de Vest - Facultatea de Educație Fizică și Sport PhD
student section – The 14th Student's Conference with International Participation on Sports and Physical Therapy Sciences
– A new horizon in pandemic context, Mai 2021

COMPETENȚE ORGANIZATORICE

Competențe organizatorice Bune abilități de public speaking - în activitatea mea de Student Consilier și Senator am organizat întâlniri săptămânale cu membrii consiliului facultății;
Bune abilități de conducere și de responsabilitate - în activitatea mea alături de Amrita Medical Center am coordonat o echipă de 20 de fizioterapeuți, kinezoterapeuți și terapeuți manuali pentru o perioadă de 2 ani de zile.

COMPETENȚE DE COMUNICARE ȘI INTERPERSONALE

Competențe de comunicare și interpersonale Capacitatea de a lucra eficient sub presiune;
Sociabilă;
Empatică;
Spirit de echipă (experiență dobândită ca și Student Consilier și Student Senator pe perioada anilor de studii de licență și master);
Cooperantă;
Proactivă (din dorința de a-mi lărgi cunoștințele profesionale);

COMPETENȚE DOBÂNDITE LA LOCUL DE MUNCĂ

Competențe dobândite la locul de muncă

Adaptabilitate socială;
Responsabilă;
Aptitudini organizatorice;
Capacitate de multitasking;
Gândire creativă;
