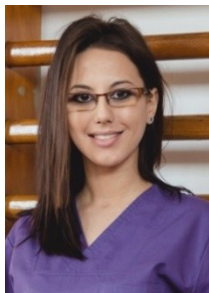


INFORMAȚII PERSONALE**PRALĂ ALEXANDRA IONELA**

✉ alexandraprala@yahoo.com

Sexul Feminin || Naționalitatea Română

**LOCUL DE MUNCA PENTRU
CARE SE CANDIDEAZĂ
POZIȚIA
LOCUL DE MUNCĂ DORIT
STUDIILE PENTRU CARE SE
CANDIDEAZĂ**

EXPERIENȚA PROFESIONALĂ**26.09.2022 - prezent****Asistent Universitar**

Facultatea de Medicină, Universitatea de Vest "Vasile Goldiș" din Arad, Catedra Recuperare, Medicală, Medicină fizică și Balneologie

- Predarea disciplinelor: Tehnici de reabilitare și reeducare funcțională; Evaluare osteoarticulară și musculară; Fizioterapia în medicina dentară; Recuperare postoperatorie chirurgicală, recuperare uro-ginecologică și recuperare oncologică; Hidrotermoterapie. Balneo-climatologie;
- Examinare, evaluare, supraveghere examene / teste / lucrări de control
- Consultații pentru disciplinele de an, îndrumarea cercurilor științifice studentești
- Documentarea și pregătirea activităților didactice curente

Tipul sau sectorul de activitate: Activitate didactică în învățământul superior

01.05.2023 – prezent**Funcționar informații clienți**

S.C. ORTOPROFIL PROD ROMÂNIA P.L. Arad,
Arad, Str. Banu Mărăcine nr. 24 Bl. 1/A Sc. D ap. 36

- Informarea și consilierea clienților asupra utilizării dispozitivelor medicale
- Recepționarea, înregistrarea și transmiterea informațiilor societății
- Activități de deservire a asiguraților cu respectarea legislației în vigoare, facturarea deciziilor eliberate de CAS și raportarea acestora
- Activități de contabilitate primară și completarea registrului de casa conform reglementărilor în vigoare

Tipul sau sectorul de activitate: Activități de relaționare și informare

01.09.2022 – 30.04.2023**Fiziokinetoterapeut**

S.C. ORTOPROFIL PROD ROMÂNIA P.L. Arad,
Arad, Str. Banu Mărăcine nr. 24 Bl. 1/A Sc. D ap. 36

- Aplicarea exercițiilor/tehnicile specifice stabilite în funcție de recomandarea medicului
- Evaluarea și reevaluarea progreselor făcute de pacient și adaptarea planul de tratament în funcție de evoluția pacientului
- Furnizarea serviciilor de îngrijire, determinarea statusului funcțional al pacientului și întocmirea programelor

Tipul sau sectorul de activitate: Activități de recuperare medicală

01.09.2017 – 31.08.2022

Reprezentant Medical

S.C. ORTOPROFIL PROD ROMÂNIA P.L. Arad
Arad, Str. Banu Mărăcine nr. 24 Bl. 1/A Sc. D ap. 36

- Activități de prezentarea și promovare a portofoliului de produse
- Stabilirea, menținerea și dezvoltarea relațiilor cu actualii și viitorii colaboratori și parteneri prin susținerea unor prezentări și prin participarea la diverse evenimente de profil
- Identificarea oportunităților de afaceri și finalizarea unor contracte și colaborări pe termen lung prin generarea de clienți noi în concordanță cu obiectivele de dezvoltare ale companiei

Tipul sau sectorul de activitate: Activități de promovare și vânzare a dispozitivelor medicale

01.02.2016 – 01.08.2016

Manager proiect

Societatea Bolos Alina Ioana PFA, Arad

Inițierea, planificarea, monitorizarea și finalizarea proiectelor conform cerințelor beneficiarilor

Tipul sau sectorul de activitate: Activități de management

EDUCAȚIE ȘI FORMARE

Octombrie 2021 - prezent

Doctorand

ISCED 8

Universitatea Națională de Știință și Tehnologie Politehnica din București, Centrul Universitar Pitești, Școala Doctorală în Știința Sportului și Educației Fizice

Titlul tezei de doctorat: *Contribuții cu privire la recuperarea mersului prin metode combinate de kinezoterapie și ortezare modernă la persoanele cu tulburări de statică plantar*

Octombrie 2018 – August 2020

Masterat în Psihopedagogia educației timpurii și a școlarizării mici

ISCED 7

Universitatea „Aurel Vlaicu“ Arad,

Facultatea de Științe ale Educației, Psihologie și Asistență Socială

Departamentul: Pedagogie, Psihologie și Asistență Socială

Discipline studiate: Didactica activităților de educație timpurie și a școlarității mici, Studiu avansat al educației în comunitate, Etică și integritate academică, Docimologia - perspective comparative

7 Februarie – 22 Februarie 2019

Formator Cod COR 242401

MediaSoft Arad / Certificat de absolvire autorizat emis de Ministerul Muncii si Solidarității Sociale si de Ministerul Educatiei

- Aplicarea prevederilor legale privind formarea profesională a adulților;
- Evaluarea competențelor inițiale ale participanților la programul de formare profesională
- Aplicarea procedurilor de asigurare a calității activității de formare profesională a adulților;
- Comunicarea și relaționarea în procesul de formare;
- Dezvoltarea lucrului în echipa implicată în procesul de formare;

Octombrie 2017 – Iulie 2018

Curs postuniversitar: Modulul Psihopedagogic, Nivel II

Curs postuniversitar de formare continuă a personalului didactic/ Certificat de Absolvire Modulul Psihopedagogic Nivel II, Departamentului pentru Pregătirea Personalului Didactic, Universitatea de Vest "Vasile Goldiș" din Arad;

Discipline studiate: Psihopedagogia adolescenților, tinerilor și adulților, Politici educaționale, Proiectarea și managementul programelor educaționale, Consiliere și orientare / Încadrare în învățământul liceal și postliceal

Octombrie 2016 – Iulie 2018

Master în Kinetoprofilaxie și Recuperare Fizică

ISCED 7

Facultatea de Științe Socio-Umane și Educație Fizică și Sport, Universitatea de Vest "Vasile Goldiș" din Arad

Discipline studiate: Elemente de psiho-kinetoterapie, Terapie ocupațională, Kinetoprofilaxia afecțiunilor cardio-vasculare, Studii de cercetare în kinetoprofilaxie, Sănătate organizațională

Oct. 2016 – Februarie 2017

Curs postuniversitar: Modulul Psihopedagogic, Nivel I

Curs postuniversitar de formare continuă a personalului didactic/ Certificat de Absolvire

Modulul Psihopedagogic Nivel I, Departamentului pentru Pregătirea Personalului Didactic, Universitatea de Vest "Vasile Goldiș" din Arad;

Discipline studiate: Psihologia educației, Didactica Specialității, Managementul clasei de elevi / Încadrare în învățământul preșcolar, primar și gimnazial

17 – 18 Decembrie 2016

Specialist în Bandajare Neuromusculară

Physio Sport Therapy Academy (Physiotape Internațional Academy)

Curs de bază în Bandajare Neuromusculară 80% parte practică și 20% parte teoretică

Octombrie 2013 - Iulie 2016

Licențiat în Fiziokinetoterapie

ISCED 6

Facultatea de Medicină, Specializarea Balneofiziokinetoterapie și Recuperare Medicală, Universitatea de Vest "Vasile Goldiș" din Arad

Discipline studiate: Kinesiologie, Electroterapie, Evaluare osteo-articulo-musculară, Recuperare în patologia geriatrică, Terapii complementare, Activități fizice și sportive pentru persoanele cu deficiențe motorii

Septembrie 2009 – Iulie 2013

Diplomă de Bacalaureat

ISCED 3

Colegiul Național “Gib Mihăescu”, Drăgășani, jud. Vâlcea
 Filiera Teoretică, Profil real: Științe ale naturii,
 Medie Bacalaureat: 9.26
 Discipline studiate: Biologie, Chimie, Psihologie, Anatomie și patologie umană, Română,
 Matematică, Educație antreprenorială/ Filiera Teoretică - Profil Real

COMPETENTE PERSONALE

Limba maternă **Limba română**

Alte limbi străine cunoscute

	INTELEGERE		VORBIRE		SCRIERE
	Ascultare	Citire	Participare la conversație	Discurs oral	
Limba Engleză	B1	B1	B1	B1	B1

*Niveluri: A1/2: Utilizator elementar - B1/2: Utilizator independent - C1/2: Utilizator experimentat
 Cadrul european comun de referință pentru limbi străine*

Competențe de comunicare

- Abilități de ascultare și comunicare asertivă
- Abilitatea de a gestiona un conflict prin comunicare
- Abilitatea de a transmite un mesaj clar și concis

Competențe informatice

Scrieți competențele informatice deținute. Specificați contextul în care au fost acestea dobândite. De exemplu:

- o bună cunoaștere a instrumentelor Microsoft Office™

Permis de conducere**Competențe organizaționale/
manageriale**

- Bune abilitati de time management
- Gândire analitică și creativă
- Capacitate de multitasking
- Adaptabilitate rapidă, lucrul în echipă, inventivitate, creativitate, focalizare pe rezultate
- Spirit organizatoric, aptitudini de coordonare, punctualitate, capacitatea de a lua decizii în condiții de stres și de a respecta termene limită

**Competențe dobândite la locul
de muncă**

- Abilități de ascultare și comunicare asertivă
- O bună stăpânire a instrumentelor Microsoft Office™ (Word™, Excel™, PowerPoint™), browsere de internet, e-mail
- Abilități foarte bune de comunicare și relaționare, alături de o atitudine pozitivă și proactivă, capacitate bună de a comunica constructiv în situații sociale diferite, abilități de ascultare activă, abilitatea de a media relații interpersonale.
- Atitudine deschisă, receptivitate la nou
- Competențe de comunicare și relaționare eficiente

INFORMATII SUPLIMENTARE

Publicații / Prezentări / Conferințe / Seminare

Participări la evenimente, cursuri, congrese, conferințe, simpozioane

- Cursul Step By Step Education: "Terapia durerii în fizioterapie" organizat online în perioada 13.02.2026-21.02.2026, încheiat prin obținerea unui Certificat de participare;
- Congresul Step By Step Education: "Fizioterapie 360°: cercetare și inovație" organizat online în data de 22.02.2026, încheiat prin obținerea unui Certificat de participare;
- SCOALA DE VARA STEP BY STEP EDUCATION, Organizator: Step By Step Education, desfășurat Online în perioada 28.06.2025 - 27.07.2025, încheiat prin obținerea unui Certificat de participare, SRN4B7066FB1 Nr 110 din 07.08.2025;
- CONGRESUL STEP BY STEP EDUCATION - EDIȚIA 4: PERFORMANTA IN FIZIOTERAPIE, Organizator: Step By Step Education, desfășurat Online în data de 09.02.2025, încheiat prin obținerea unui Certificat de participare, Serie SRN4B6788324 Nr 1506 din 09.02.2025;
- Curs "Raționamentul clinic în fizioterapie", Organizator: Step By Step Education, desfășurat Online în perioada: 07.02.2025 - 08.02.2025, încheiat prin obținerea unui Certificat de participare, Serie SRN4B6788328 Nr 1223 din 08.02.2025;
- CONGRESUL NAȚIONAL DE FIZIOTERAPIE – Ediția a VII-a, 11 – 13 Octombrie 2024, Eveniment Online încheiat prin obținerea unui Certificat de participare Seria SRN4B670DDBA nr. 2009 din 28.11.2024;
- Curs Abordări multidisciplinare în recuperarea afecțiunilor cardiovasculare, 5 – 6 Octombrie, Eveniment Online încheiat prin obținerea unui Certificat de participare Serie SRN4B6722DA1 Nr 486 din 06.10.2024;
- Simpozion ZIUA MONDIALĂ A FIZIOTERAPIEI. 3 PAȘI ÎN TRATAREA DURERII LOMBARE. GHID PENTRU PACIENT, 08.09.2024, Eveniment Online încheiat prin obținerea unui Certificat de participare, Eveniment On-line încheiat prin obținerea unui Certificat de participare, Seria SRN4B6722DAE nr. 459 din 08.09.2024;
- SCIENTIFIC CONFERENCE OF DOCTORAL SCHOOLS – Perspectives and challenges in doctoral research, 12th Edition of SCDS-UDJG, 6th and 7th of June 2024, DOCTORAL SCHOOL OF HUMANITIES AND SOCIAL SCIENCES, "DUNĂREA DE JOS" UNIVERSITY OF GALAȚI, Articol în volumul de rezumate;
- Conferința Națională STEP BY STEP: "S.O.S POSTURA" – Abordări multidisciplinare în posturologie, 16 – 17 Septembrie 2023, Eveniment Online încheiat prin obținerea unui Certificat de participare, Serie SRN4B5D98AE8 Nr 67 din 17.09.2023;
- Congresul Național cu participare internațională „Step by Step Spre Excelență” abordări multidisciplinare în fizioterapie, 10 – 12 Februarie 2023, Eveniment Online încheiat prin obținerea unui Certificat de participare, Serie SR7894D8D3 Nr 62 din 12.02.2023;
- Seminarul Național „Managementul afecțiunilor musculo – scheletice & Diversitatea forței de muncă”, 28 Iulie 2022, Eveniment Online încheiat prin obținerea unui Certificat de participare, Organizator: Punctul Focal al Agenției Europene pentru Securitate și Sănătate în Muncă (EU OSHA) Punctul Focal al Agenției Europene pentru Securitate și Sănătate în Muncă (EU OSHA);
- Simpozionul „TRATAMENTUL COMPLEX AL LIMFEDEMULUI” 29 Iunie 2022, Eveniment desfășurat online încheiat prin obținerea unui Atestat de participare, Organizator: KinetoDidactica;
- A XVII – a Conferință Națională de Balneologie și Recuperare Medicală, București, 27 – 29 Mai 2022, Eveniment Online Live încheiat prin obținerea unui Certificat de participare, Organizator: *Institutul Național de Recuperare, Medicină Fizică și Balneoclimatologie*;
- Conferința Internațională de Fizioterapie, Ediția a II-a, 21 – 22 Mai 2022, Eveniment Online Live încheiat prin obținerea unui Certificat de participare, Organizator: *Kinetic Recovery Education*;
- Simpozionul Național *INOVAȚIE ȘI PERFORMANȚĂ ÎN EDUCAȚIE*, ISSN 2784-0166, ISSN-L 2784-0166, Nr. 7/ Aprilie 2022 cu titlul *Forme de organizare a procesului de învățământ*, Eveniment online în cadrul căruia am publicat un articol, încheiat prin obținerea unei Adeverințe de participare, Organizator: Academia ABC / S.C. OFFSET S.R.L.;
- Congresul Național Step By Step spre Excelență, 12 – 13 Februarie 2022,

- Eveniment Online Live încheiat prin obținerea unui Certificat de participare, Organizator: Step By Step Education;
- Cursul Online: *Beauty Taping*, desfășurat în 16.01.2022, Organizator: Physio Academy Online, Academy Instructor: Vladimir Botezatu, încheiat prin obținerea unui Certificat de absolvire al cursului online;
- Festivalul Internațional de Fizioterapie – 2021, 11 – 12 Decembrie 2021, Eveniment Online Live încheiat prin obținerea unei Diplome de participare, Organizator: *Kinetic Recovery Education*;
- Primul Congres Național cu participare internațională de TERAPIE MANUALĂ ORTOPEDICĂ, desfășurat Online live în perioada 4 – 5 Decembrie 2021 încheiat prin obținerea unui Certificat de participare, Organizatori: KinetoDidactica, OMTRO;
- Curs de Formator Cod COR 242401, desfășurat în perioada 7 Februarie – 22 Februarie 2019, Arad, încheiat prin obținerea unui Certificat de absolvire, Organizator: MediaSoft Arad;
- The 42nd ARA CONGRESS – ARA at the Great Union Centenary, Babes-Bolyai University, Cluj-Napoca, România, 23-26 May 2018, Eveniment în cadrul căruia am publicat un articol cu prezentare tip Poster și am obținut un Certificat de Participare, Organizator: American Romanian Academy of Arts and Science Congress;
- International Scientific Conference YOUTH IN THE PERSPECTIVE OF THE OLYMPIC MOVEMENT, 23-24 February 2018, Brașov, România, Eveniment în cadrul căruia am publicat un articol și am obținut un Certificat de Participare, Organizatori: Transilvania University of Brașov,
- Curs de bază în Bandajare Neuromusculară, 17 – 18 Decembrie 2016 Timișoara, încheiat prin obținerea unui Certificat de absolvire, Organizator: Physio Sport Therapy Academy (Physiotape Internațional Academy);
- Eveniment de testare FUNfitness, componentă a programului Special Olympics – Sportivi Sănătoși, *Jocurile Naționale Special Olympics – Arad*, 27-28 Mai, 2016, Eveniment desfășurat în Arad în cadrul căruia am obținut un Certificat de recunoaștere, Organizator: Special Olympics Healthy Athletes;
- Curs de pregătire în acordarea primului ajutor de bază și defibrilare externă automată cu durată de 12 ore, Noiembrie 2015, Organizator: Societatea Națională de Cruce Roșie Filiala ARAD.

Listă de lucrări publicate

Cărți publicate

1. Laura NICOLESCU, Alexandra PRALĂ, Ada CODREANU, Ligia PIROȘ, Casiana BORU, KINETOTERAPIA SPECIFICĂ ÎMBUNĂTĂȚIRII CALITĂȚII VIEȚII LA VÂRSTA A III – A, "Vasile Goldiș" University Press, Arad, 2024, ISBN 978-973-664-967-7;

Articole / studii publicate

A. In reviste din țară recunoscute C.N.C.S.I.S., indexate BDI

1. Prala, A.I. Georgescu, L.I.; Dan, M.C. (2024). *Current principles of functional gait rehabilitation in adults with foot drop after a stroke*. Romanian Journal of Physical Therapy. 30 (53), 50-59, <https://www.doi.org/10.61215/RJPT.2024.30.53.50>;
2. Prala, A.I. Georgescu, L.I.; (2024). *Study on the current means of gait rehabilitation in adults with neurological pathology*. THE ANNALS OF THE "ȘTEFAN CEL MARE" UNIVERSITY. Physical Education and Sport Section, Volume XVII issue 2/ 2024, <https://doi.org/10.4316/SAM.2024.0212>;
3. Prala, A.I., Georgescu, L.I., Mihaila, I., Iconaru, E.A., Toma, S. (2025). *The importance of Kinesio Taping Therapy on the Complex Gait Recovery of Patients with Drop Foot after Stroke*. Romanian Journal of Physical Therapy. 31(54), 20-27. <https://www.doi.org/10.61215/RJPT.2025.31.54.20>;
4. Prala, A.I., Georgescu, L.I., Mihaila, I., Iconaru, E.A., Toma, S. (2025). *RESEARCH ABOUT USING DROP FOOT ORTHOSES FOR GAIT REHABILITATION IN PATIENTS WITH DORSIFLEXION DEFICIT*. Ovidius University Annals, Series Physical Education and Sport / SCIENCE, MOVEMENT AND HEALTH Vol. XXV, ISSUE 1, 2025, Romania. January 2025, 25 (1): 159-164;

B. In alte reviste de specialitate de circulație națională cu (ISBN, ISSN)

1. DAN Mirela, PRALĂ Alexandra, *The kinetic approach in the treatment of scapulo – humeral periarthritis*, *Studia Universitatis "Vasile Goldiș"*, Seria Educație Fizică și

- Kinetoterapie, Vol. 5, Nr. 2, Decembrie 2016, "Vasile Goldiș" University Press, Arad – 2016, ISSN 2284-7324, ISSN-L 2284-7324 pp. 39 – 44;
2. DAN Mirela, PRALĂ Alexandra, *The kinetic approach of lateral epicondylitis recovery*, Bulletin of The Transilvania University of Braşov, Series IX – Sciences of Human Kinetics, ISSN 2344-2026 (Print), ISSN-L 2344-2026 (Online), ISSN 2344-2034 (CD-ROM), Vol. 11(60) No.2 – 2018, pp. 161-166 (prezentat în cadrul International Scientific Conference YOUTH IN THE PERSPECTIVE OF THE OLYMPIC MOVEMENT, 23-24 February 2018, Braşov, România);
 3. PRALĂ Alexandra, DAN Mirela, *The effects of upper limb orthosis and their importance in the recovery process*, *Studia Universitatis "Vasile Goldiș" Seria Educație Fizică și Kinetoterapie*, Vol. 8, Nr. 1 (15), Iunie 2019, "Vasile Goldiș" University Press, Arad – 2019, ISSN 2284-7324, ISSN-L 2284-7324 pp. 64 – 68;
 4. DAN Mirela, PRALĂ Alexandra, *The importance of upper limb orthosis in medical rehabilitation*, ARA Jurnal of Sciences 2/2019, American Romanian Academy of Arts and Science, Published by ARA Publisher, ISSN Print Edition: 0896-1018 (old), Web Edition ISSN: TBD, pp. 175 – 177 (prezentare tip poster în cadrul "The 42th American Romanian Academy of Arts and Science Congress", University Babes Bolyai, Cluj Napoca, România, 23-26 May 2018);
 5. PRALĂ Alexandra, *Împortanța activităților integrate pentru dezvoltarea cognitivă a copilului preșcolar*, Revista online a Simpozionului Național INOVAȚIE ȘI PERFORMANȚĂ ÎN EDUCAȚIE, ISSN 2784-0166, ISSN-L 2784-0166, Nr. 7/ Aprilie 2022 cu titlul *Forme de organizare a procesului de învățământ*, pp. 149 – 151;

C. Lucrări prezentate la conferințe și publicate în volume de rezumate

1. DAN Mirela, PRALĂ Alexandra, *The importance of upper limb orthosis in medical rehabilitation*, ARA Jurnal of Sciences 2/2019, American Romanian Academy of Arts and Science, Published by ARA Publisher, ISSN Print Edition: 0896-1018 (old), Web Edition ISSN: TBD, pp. 176 (prezentare tip poster în cadrul " The 42th American Romanian Academy of Arts and Science Congress", University Babes Bolyai, Cluj Napoca, România, 23-26 May 2018);
2. CODREANU Ada Maria, PRALĂ Alexandra, NICOLESCU Laura, *Management of the temporomandibular joint in rheumatoid disorders*, ZILELE ACADEMICE ARĂDENE Ediția a XXXIV-a, 22-25 mai 2024;
3. PRALĂ Alexandra, CODREANU Ada – Maria, DAN Mirela, NICOLESCU Laura, *Psychomotor development of a healthy child*, ZILELE ACADEMICE ARĂDENE Ediția a XXXIV-a, 22-25 mai 2024;
4. PRALĂ Alexandra, DAN Mirela, *Promoting physical activities to improve the quality of life of people with disabilities*, ZILELE ACADEMICE ARĂDENE Ediția a XXXIV-a, 22-25 mai 2024;
5. NICOLESCU Laura, CODREANU Ada Maria, PRALA Alexandra, DAN Mirela, *ABORDĂRI COMPLEXE ALE ARTRITEI TEMPORO-MANDIBULARE ÎN BOLILE REUMATISMALE INFLAMATORII*, Congresul Național de Fizioterapie, Ediția a VII-a Sibiu, 11 – 13 octombrie 2024;
6. SCIENTIFIC CONFERENCE OF DOCTORAL SCHOOLS – Perspectives and challenges in doctoral research, 12th Edition of SCDS-UDJG, 6th and 7th of June 2024, DOCTORAL SCHOOL OF HUMANITIES AND SOCIAL SCIENCES, "DUNĂREA DE JOS" UNIVERSITY OF GALAȚI cu includerea rezumatului "CURRENT CONCERNS REGARDING GAIT REHABILITATION IN PEOPLE WITH PLANTAR STATIC DISORDERS CAUSED BY NEUROLOGICAL DYSFUNCTION";

Cercetare Granturi – Proiecte

- Membră în echipa de proiect „Mâna kinetoterapeutului”, ajutor pentru îmbunătățirea calității vieții la vârsta a III-a, desfășurat la Centrul de îngrijire pentru persoane vârstnice Arad, Calea Bodrogului, nr. 2 – 4, perioada de desfășurare: 20.05.2024 - 26.07.2024; Proiect cu finanțare de 10000 lei (*Buget solicitat de la C.J. Arad: 9000 lei*); Scopul proiectului: Îmbunătățirea calității vieții a beneficiarilor de vârsta a III –a prin aplicarea terapiei personalizate de masaj terapeutic și gimnastică medicală cât și creșterea nivelului de informare a beneficiarilor indirecti din proiect.

