

## Sylwia Grygieńć

*Kineziterapeuto licencijos Nr.: ASL-01326*

*Masažuotojo licencijos Nr.: ASL-00834*



### **IŠSILAVINIMAS IR KVALIFIKACIJA**

2020 – 2021 Klaipėdos Ernesto Galvanausko profesinio mokymo centras, Masažuotojo modulinė profesinio mokymo programa (profesinis mokymas)

2017 - 2019 LSMU, Sveikatinimas ir reabilitacija (magistro studijos)

2013 – 2017 LSMU, Kineziterapija (bakaluro studijos)

### **Privalomoji praktika**

2017-03-23 – 2017-05-22 Carolina Medical Center, Warszawa

2017-02-22 – 2017-03-22 „4ever motion”, Kaunas

2016-09-02 – 2016-10-12 Kauno Klinikos

2016-05-12 – 2016-06-21 Szpital Bielański Im. J. Popiełuszki, Warszawa

2015-03-16 – 2015-04-29 Gabinet Rehabilitacji Mgr Aniela Kuptel, Białystok

### **Profesinė papildoma veikla**

2021-06-07-09 ir 2021-06-21-23 – Aktualūs kineziterapijos klausimai

- Stažuotės organizatorius: LSMU Reabilitacijos klinika

Tai 36 valandas trunkanti profesinė stažuotė, kurios metu prisimčiau klinikinio darbo principus įvairiuose klinikų skyriuose: vaikų, neurologijos, vaikų bei suaugusių reanimacijos, traumų bei gastroenterologijos skyriuose.

2020-11-05 – 2021-02-20 Šiuolaikinio trenerio kvalifikacijos tobulinimas

- Kursų organizatorius: Lietuvos Sporto Universitetas

Tai 4 mėnesius trukę mokslai, kuriuose mokiausi 4 modulius sporto ir treniravimo principų temomis: *sporto etika, vaikų testavimas ir treniravimas, suaugusiųjų treniravimas bei*

*neįgaliųjų sportas*. Mokymai vyko kas antrą savaitgalį po 2 pilnas dienas, nuotoliniu būdu (Teams). Mokymai atvėrė akis ir padėjo plačiau ir dar kritiškiau matyti sveikatinimą, reabilitaciją ir sportą. Supratau, kad mokslas palaiko mano smegenis aktyvias ir tai man patinka. Turiu sertifikatą. (520 val.)

2019-10-17 Sportininkų mokymų centras

- Praktinis Andriaus Norkaus seminaras „Lokomociniai pratimai sveikatingumo ir sporto treniruotėse" (6 val.)

2019-03-16 Smart moves academy, Kaunas

- Tomo Linksmuolio praktinis ir teorinis seminaras „Funkcinio mobilumo treniravimas“ (8 val.)

2018-10-27 – 2018-10-28 LSU karjeros ir kompetencijų plėtotės centras

- R. Gudo bei L. Šiupšinsko Praktinis ir teorinis seminaras „Apatinių galūnių sportinių traumų diagnostika, gydymas ir kineziterapija“ – Bazinis lygis (16 val.)

2018-09-22 Siguldas sports center, Latvija

- TRX Baltics Trainer Summit 2018 (8 val.)

2017-11-21 Jaunimo tarptautinio bendradarbiavimo agentūra, Vilnius

- *Seminaras dirbantiems su specialiujų poreikių turinčiu jaunimu*

2017-07-01 – 2017-08-30 VŠĮ Miegantys drambliai (Laipiojimo centras)

- *Savanorystė (vaikų stovyklos, laipiojimas, praktika su neįgaliais asmenimis)*

2017-07 – 2017-09 Kineziterapijos klinika „Sveikatos gama“

- Papildoma praktika

2016-04-01 – 2016-04-03 Body-relax centrum szkoleniowe, Varšuva

- Giliųjų audinių masažas 1 modulis – liemuo (Varšuva)

2015-10-19 – 2015-11-12 UAB Ortopedijos technika

- Papildoma praktika – kineziterapija

2015-03-16 - 2015-04-29 Omeda Rehabilitacja, Białystok

- Papildoma praktika – kineziterapija

2014-06-30 – 2014-07-31 Stacja Opieki Caritas w Puńsku, pracownia fizjoterapii

- Papildoma praktika – kineziterapija

2019-06-29 – Publikacija tarptautiniame žurnale

- Interactions between Earth's local magnetic field and cardiovascular system parameters of women, performing sedentary work, during their workweek. *Journal of Complexity in Health Sciences*

<https://www.jvejournals.com/article/20857>

## **DARBO PATIRTIS**

2021-07 – dabar - RehaTera

- Vaikų kineziterapeutė

2019-11-dabar – Privati veikla

- Kineziterapeutė, trenerė - Sveikatinančios diržų treniruotės, bei mankštas su savo kūno svoriu „Optimalus Judesys“

2019-09 – 2021-05 – Miofunkcinės terapijos centras

- Kineziterapeutė (veido mankštos bei masažai esant asimetrijomis, smilkinio žandikaulio sąnario problemoms, veido paralizams)

2018-07 – 2019-09 – Privati praktika

- Konsultacijos (laikysenos korekcija), fizinių pratimų programų sudarymas (sveikatinimo ar reabilitacijos tikslais), seminarai (taisyklingos mankštos temomis)

2017-09-18- 2019-09 – Miegantys drambliai (Laipiojimo centras)

- Kineziterapeutė (individualūs bei grupiniai užsiėmimai vaikams turintiems fizinę ar/ir protinę negalią, su siekiu integruoti į grupes), laipiojimo instruktorė, TRX mankštos, edukacinės mankštos vaikams

**Pomėgiai** Domiuosi judėjimo mokslu, mėgstu leisti laiką gamtoje, ilgai vaikščioti, važinėti dviračiu.

## **Rekomendacijos**

- Esu rekomenduojama dirbti kineziterapeutės darbą (Marysia Garibian-Samsel; tel. nr.: +48 509037157);
- Esu rekomenduojama dirbti su įvairių negalią turinčiais vaikais (Eglė Rušinskaitė; tel. nr.: +370 65023868);
- Esu rekomenduojama dirbti komandinį darbą, kineziterapeutės, laipiojimo trenerės darbą (Inga Kupetytė – Bunevičienė; tel. nr.: +370 60865805).