

ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ ΣΗΜΕΙΩΜΑ

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ: Πλαβούκου Θεοδώρα
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΚΑΤΟΙΚΙΑΣ: Άνω Λιόσια, Αθήνα
ΤΗΛΕΦΩΝΟ: 6944383175
E-MAIL: doraplav@gmail.com

ΣΠΟΥΔΕΣ:

2001-2005 : πτυχίο φυσικοθεραπείας σχολή επαγγελματιών υγείας κ πρόνοιας ΤΕΙ Αθήνας.

2019-2021: ΠΜΣ 'νέες μέθοδοι στην φυσικοθεραπεία'' τμήμα φυσικοθεραπείας πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής.

ΣΥΝΕΧΗΣ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗ/ ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ:

- ☒ 2001: "Σεμινάριο βασικής καρδιοαναπνευστικής ανάνηψης" σωματείο πνοή
- ☒ 2015: "Σεμινάριο ανάλυσης βάρδισης πελματογραφίας κ χρήση πελματογράφου *rrscan international*"
- ☒ 2018-2019: "Πρόγραμμα εκπαίδευσης στον βελονισμό", πρόγραμμα διαβίου εκπαίδευσης ΠΑΔΑ
- ☒ 2022: Σεμινάριο *Mulligan Concept- Manual Therapy*

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ:

2007-σημερα : Ελεύθερος επαγγελματίας, φυσικοθεραπευτήριο

2007-σημερα: Φυσικοθεραπεύτρια σε ερασιτεχνικά αθλητικά σωματεία

2005-2007 : Εθελοντική εργασία στο εθνικό ίδρυμα αποκατάστασης αναπήρων

2003-2005 : Πρακτική άσκηση στο εθνικό ίδρυμα αποκατάστασης αναπήρων

ΕΡΓΑΣΙΕΣ- ΜΕΛΕΤΕΣ- ΔΗΜΟΣΙΕΥΣΕΙΣ:

Διπλωματική εργασία: "Σύγκριση δύο μεθόδων θεραπείας στην αποκατάσταση ασθενών με χρόνια μη ειδικής αιτιολογίας οσφυϊκό πόνο: μέθοδος συνήθους φυσικοθεραπείας με επιπρόσθετες ασκήσεις ενδυνάμωσης εναντίον συνήθους φυσικοθεραπείας με επιπρόσθετη άσκηση τροποποιημένου *Qigong*" επιβλέπωντας: καθηγητής Γεωργούδης Γ.

Πτυχιακή εργασία : " Άσκηση στο νερό κ αποκατάσταση μυοσκελετικών Παθήσεων " επιβλέπουσα καθηγήτρια Μ. Παπανδρέου

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ :

- ☒ " Σύγκριση δύο μεθόδων θεραπείας στην αποκατάσταση ασθενών με χρόνια μη ειδικής αιτιολογίας οσφυϊκό πόνο: μέθοδος συνήθους φυσικοθεραπείας με επιπρόσθετες ασκήσεις ενδυνάμωσης εναντίον συνήθους φυσικοθεραπείας με επιπρόσθετη άσκηση τροποποιημένου *Qigong*" Πλαβούκου Θ., Σωτηρόπουλος Σ., Γεωργούδης Γ, Στασινόπουλος Δ., Παπαθανασίου Γ, 30^ο Πανελλήνιο Επιστημονικό Συνέδριο Φυσικοθεραπείας.
- ☒ " Παρουσίαση των κυριότερων δοκιμασιών πρόγνωσης πτώσεων σε ηλικιωμένους " Σπυράντης Αλ, Σιαβελής Π, Πλαβούκου Θ., Σωφρονιάδη, 3^ο διατμηματικό συνέδριο φοιτητών ΤΕΙ Λαμίας
- ☒ " Νευρομυϊκές αλλαγές κατά την γήρανση " Πλαβούκου Θ., Σιαβελής Π, Σπυράντης Αλ, Σωφρονιάδη Π , 3^ο διατμηματικό συνέδριο φοιτητών ΤΕΙ Λαμίας
- ☒ " Νευρομυϊκές αλλαγές κατά την γήρανση " Πλαβούκου Θ., Σιαβελής Π, Σπυράντης Αλ, Σωφρονιάδη Π , 17^ο πανελλήνιο επιστημονικό συνέδριο φυσικοθεραπείας

ΔΗΜΟΣΙΕΥΣΕΙΣ:

- ☒ " Νευρομυϊκές αλλαγές κατά την γήρανση " Πλαβούκου Θ., Σιαβελής Π, Σπυράντης Αλ, Σωφρονιάδη Π , θέματα φυσικοθεραπείας *themfis vol4 apr-june 2007 issue 6*
- ☒ " Παρουσίαση των κυριότερων δοκιμασιών πρόγνωσης πτώσεων σε ηλικιωμένους " Σπυράντης Αλ, Σιαβελής Π, Πλαβούκου Θ., περιοδικό πανελλήνιου συλλόγου φυσικοθεραπείας , τόμος 11 τεύχος 1 2008

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ

- ☒ Υπεύθυνη για πρακτική άσκηση φοιτητών σε συνεργασία με το *aegean college* , μητροπολιτικό κολλέγιο, ιεκ ξυνή και δημοσίων ιεκ
- ☒ Υπεύθυνη πρακτικής άσκησης φοιτητή του ΤΕΙ δυτικής Ελλάδας ως φορέας εκπόνησης αυτής, μέσω προγραμμάτων ΕΣΠΑ

ΞΕΝΕΣ ΓΛΩΣΣΕΣ:

Αγγλικά : *proficiency*

ΓΝΩΣΕΙΣ Η/Υ:

Windows xp : *Word, Excell, Access, Internet, Power Point*

