



## Curriculum Vitae Europass

### Informazioni personali

Nome/ Cognome Tamara Miranda  
E-mail Mirandatamara@hotmail.com  
Cittadinanza Italiana

### Settore di competenza

#### Fisioterapista- OMT

Albo Professionale TSRM n.20 Piacenza  
Associate of Associazione Italiana Fisioterapisti (AAIFI), Orthopaedic Manipulative Therapist (OMT)

### Esperienze professionali

Periodo	<b>Da Novembre 2007 ad oggi:</b>
Lavoro o posizione ricoperta	Fisioterapista libero professionista.
Principali mansioni e responsabilità	Terapia manuale, Riabilitazione Ortopedica post-chirurgica e conservativa, Terapista della mano (referente del Prof Pajardi su Piacenza); Gestione di gruppi di ginnastica riabilitativa e Pilates terapeutico
Presso	Centro medico-riabilitativo "Centro Lusenti", via Nastrucci,16- Piacenza
Periodo	<b>Da Ottobre 2008 ad oggi:</b>
Lavoro o posizione ricoperta	Fisioterapista in libera professione con collaborazione part-time
Principali mansioni e responsabilità	Terapia Manuale, Riabilitazione Ortopedica post-chirurgica e conservativa, Terapista della mano Riabilitazione del pavimento pelvico.
Presso	Studio Albertoni e Bianchi- Sede di Codogno Via E. Boriani,6 (LO)
Periodo	<b>Dicembre 2007-dicembre 2008</b>
Lavoro o posizione ricoperta	Fisioterapista in libera professione per AISM
Principali mansioni e responsabilità	Riabilitazione neurologica di pazienti affetti da sclerosi Multipla
Presso	Centro AISM , via Tramello, 15 Piacenza

### Altre Esperienze Professionali Settore Benessere

Periodo	Dal 2003 ad 2009
Principali mansioni e responsabilità	Docente di tecniche Massoterapiche in libera professione per Settore Estetico-Benessere
Datori di lavoro e indirizzi	Cosmetic- Natural Wellness" srl via Monte Nevoso,36 Bareggio -Milano; "Accademia" gruppo GTS- Bergamo; "Waifro spa" Abano Terme

## Titoli di Studio

Date	Anno scolastico 1997 -1998
Titolo della Qualifica conseguita	<b>Diploma di Maturità Classica</b> ” presso il Liceo-Ginnasio D. Crespi di B.Arsizio (VA) voto: 58/60
Date	Ottobre 2004-novembre 2007
Titolo della Qualifica conseguita	<b>Laurea in Fisioterapia. Voto: 110/110 e Lode</b> (titolo abilitante alla professione sanitaria di Fisioterapia)
Tesi	“Complex regional pain syndrome: shoulder-hand syndrome nel paziente emiplegico”
Nome e Tipo istituto frequentato	Università degli Studi di Parma-Via Gramsci14, Parma
Date	Gennaio 2010- Settembre 2011
Titolo della Qualifica conseguita	<b>Master Universitario di I livello in Terapia manuale e Riabilitazione dei disturbi muscoloscheletrici</b>
Tesi	Efficacia del training propriocettivo nel ridurre le recidive di Distorsione Tibio-tarsica
Nome e Tipo istituto frequentato	Università degli studi di Genova – Campus Universitario Savona, via Magliotto,2 Savona

## Corsi di Formazione

Date	Dal 10 al 15 Marzo 2008
Evento	<b>Elementi di Chirurgia e Riabilitazione della mano (44 ECM)</b> Presso Ospedale San Giuseppe – Multimedica Spa Milano. Direttore del corso Prof Pajardi ed equipe medica -riabilitativa
Date	25 Ottobre 2008
Evento	<b>Sport e Riabilitazione in trattamento ortesico nel bambino e nell'adulto (6 ECM)</b> Organizzato da CECV (Centro europeo Colonna vertebrale) Docenti: J. C.De Mauroy, Lusenti,
Date	28-30 maggio 2009
Evento	<b>Attualità in Riabilitazione della Spalla – (6 ECM)</b> Centro congressi Salsomaggiore (PR)
Date	Dal 19/09 al 4/10 2009
Evento	<b>Valutazione posturale globale e terapia Manuale (43 ECM)</b> Presso ospedale San Giacomo –Ponte dell'olio -Piacenza
Date	17/18 Novembre 2012
Evento	<b>10 Congresso Nazionale GTM: Physiological Adaptation to Muscoskeletal pain (6 ECM)</b>
Date	01 Dicembre 2012
Evento	<b>Le patologie malformative del Piede (11 ECM)</b> Organizzato da CECV- (Centro europeo Colonna vertebrale) Piacenza; Docenti: F: Caravaggio, Depalmi, Pt Herodote Partecipazione anche in qualità di relatore sulla parte riabilitativa

Date	06 Aprile 2013
Evento	<b>Idrokinesiterapia Applicata alle patologie del rachide ( 10 ECM)</b> Organizzato da CECV-Piacenza Gruppo Proteo srl
Date	10/05/2013
Evento	<b>Scoliosi nell'adulto: trattamento conservativo e chirurgia (5 ECM)</b> Organizzato da CECV- Piacenza. Docenti: MD F. Caravaggio; MD Depalmi; PT Herodothe Partecipazione anche in qualità di relatore sulla parte riabilitativa
Date	Dal 26 Aprile al 23 Giugno 2013
Evento	<b>Pompages, Mobilizzazione della fascia (50 ECM)</b> Organizzato da CECV- Docente: Pt David Pomarici
Date	6 Luglio 2013
Evento	<b>Lesioni legamentose del ginocchio</b> Organizzato da CECV- Piacenza. Docenti: Prof Adravanti, MD Ampollini, MD Pasta
Date	14 Dicembre 2013
Evento	<b>Management of the Shoulder (24 ECM)</b> Organizzato da Start Promotion. Milano. Docente : Ann Cools Pt PhD
Date	02 luglio 2014
Evento	<b>La chirurgia nella mano Pediatrica (8 ECM)</b> Organizzato da Gruppo Multimedia. Docenti: Prof. G. Pajardi, Parolo, Agnetti
Date	3 e 4 Ottobre 2014
Evento	<b>Fisioterapia del pavimento pelvico nell'incontinenza urinaria femminile e maschile (19 ECM)</b> Organizzato da Poliambulatorio Arcade onlus- Forli ( Docente: Pt A. Bortolami)
Date	10 Maggio 2014
Evento	<b>Il Piede Reumatico (8 ECM)</b> Organizzato da CECV- Piacenza. Docenti: MD Massarotti; MD Pisani, MD Caravaggio.
Date	11 Ottobre 2014
Evento	<b>Patologie osteoarticolari dell'età senile (8 ECM)</b> Organizzato da CECV- Piacenza. Docenti: MD Massarotti, Prof Lamartina, MD Lusenti, MD Traverso
Date	7-8-9 Novembre 2014
Evento	<b>Neurodinamica: mobilizzazioni del sistema nervoso NOI L.1 (Neuro-Orthopaedic Institute )</b> Organizzato da Fisiodinacom -Parma. Docente NOI : Irene Wicki Pt
Date	Dal 17 al 20 Giugno 2015
Evento	XX FESSH International Congress ( Federazione Europea chirurgia della Mano)-Milano Direttore del congresso: Prof Pajardi
Date	22 Novembre 2015
Evento	<b>Il nuovo Corsetto Lionese Artbrace (8 ECM)</b> Organizzato da CECV (Centro europeo Colonna vertebrale) Docenti: MD J. C.De Mauroy, MD Lusenti,
Date	Dal 12 al 15 Settembre 2015
Evento	<b>Terapia Manuale nel dolore Cranio facciale e nelle disfunzioni Temporo-mandibolare (48ECM)</b> Organizzato da AIFI Piemonte, c/o Ospedale San Camillo-Torino Docente: Pt R. Strobbe

Date	26-27 Settembre 2015
Evento	Congresso Gruppo di Terapia Manuale: From the hands to the brain <b>Work shop Disturbi rachide Dorsolombare (12 ECM)</b> Organizzato da Spes, Campus universitario Savona
Date	12 Marzo 2016
Evento	<b>3°Hand Rehabilitation Top Master Class: Il Riallenamento arto superiore (3 ECM)</b> Organizzato da PLS per Gruppo Multimedita –Direttore corso : Prof Pajardi
Date	Dal 7 al 9 Ottobre 2016
Evento	<b>Pilates Fisios : Mat work e piccoli attrezzi ; Evoluzione del Pilates in ambito Riabilitativo</b> Organizzato da Phisiovit srl . Docente : Silvia Raneri
Date	01-02 Maggio 2017
Evento	<b>The Shoulder pain : Theory and Practice; (17 ECM)</b> Organizzato da Phisiovit srl Milano . Docente : Jeremy Lewis
Date	02-03 Giugno 2017
Evento	<b>Pilates Terapeutico (15 ECM)</b> Organizzato da Ediermes Milano . Docente : Pt Anna Maria Cova
Date	23 Settembre 2017
Evento	<b>XV Congresso nazionale GTM</b> <b>Workshop Pratici: recenti orientamenti nella gestione del dolore lombare e cervicale ( 10 ECM)</b> Organizzato da Spes, presso ospedale di Brescia.
Date	10 Marzo 2018
Evento	<b>Semeiotca del piede: dall'esame clinico agli esami strumentali ( 8 ECM)</b> Organizzato da CECV- presso Università Cattolica Piacenza Docenti: MD Pisani, MD Caravaggio, MD Depalmi
Date	22-23 Marzo 2018
Evento	<b>Trattamento delle complicanze e degli esiti nella chirurgia del polso (8 ECM)</b> Organizzato da PLS per Gruppo MultiMedica –Direttore corso : Prof Pajardi ,MD Ghezzi
Date	24-25 Marzo 2018
Evento	<b>5°Hand Rehabilitation Top Master Class. Polso e Sport (4 ECM)</b> Organizzato da PLS per Gruppo MultiMedica –Direttore corso : Prof Pajardi ,
Date	Dal 6 al 8 Giugno 2018
Evento	<b>Cadaver Laboratory: Dissezione anatomica dell'arto superiore (ECM non previsti)</b> Organizzato da MultiMedica c/o proprio Polo scientifico e tecnologico - Milano. Direttore del corso: Prof Pajardi,
Date	18 Ottobre 2018
Evento	<b>Il trattamento non chirurgico nell'instabilità dolorosa dell'adulto (8ECM)</b> Organizzato da CECV (Centro europeo Colonna vertebrale) Docenti: MD J. C.De Mauroy, MD Lusenti
Date	2/3/4 Novembre 2018
Evento	<b>Esercizio terapeutico nella cefalea e cervicalgia associate a colpo di frusta (25 ECM)</b> Organizzato da Manualmente srl- Milano. Docente PhD Deborah Falla.

Date	19 Gennaio 2019
Evento	<b>Workshop Metodo Meckenzie</b> Organizzato da Manualmente srl- Milano. Docente PhD Sara Luetchford
Date	25-26-27 Marzo 2019
Evento	<b>Treatment of Cronic Pain: Pain Neuroscience Education for patients (18 ECM)</b> Organizzato da Ediermes Milano . Docente : Prof. Jo Nijs, Pt A. Polli
Date	31 Agosto 2019
Evento	<b>Corso FAD. Trigger Points e sindromi miofasciali (8 ECM)</b> Organizzato da Manualmente srl- Milano. Docente PhD Matteo Castaldo
Date	22-23-24 Novembre 2019
Evento	<b>Manipolazione a leva corta di Rachide cervicale, dorsale e lombare. (24 ECM)</b> Organizzato da Manualmente srl- Milano. Docente PhD Daryl Herbert
Date	26-27-28 Giugno 2020
Evento	<b>Congresso online: Primary Headache...upside down.</b> Organizzato da Manualmente srl- Milano. Docenti: Roger Kerry, M Castaldo; Fernando Ruiz, Dean Watson

## Capacità e Competenze personali

Madrelingua(e)	Italiano
Altra(e) lingua(e)	Francese, Inglese
Livello europeo (*)	Francese B2; Inglese B2
Capacità e competenze Organizzative-relazionali	Buone capacità di lavorare in gruppo e di collaborare con tutti i membri dell'equipe multidisciplinare. Empatia nel relazionarsi con il paziente ed i suoi familiari.
Capacità e competenze informatiche	Conoscenza del Sistema operative Windows Utilizzo dei sistemi applicativi Microsoft Word, Excel, Power Point Navigazione e ricerca informazioni sul web e su Pubmed
Interessi ed Hobbies	Yoga , Pilates; Mindfulness , Trekking.
Patente	Patente B, Automunita
Associazioni	Iscritta dal 2010 ad AIFI ( Associazione Italiana Fisioterapisti) Iscritta dal 2011 al GTM ( Gruppo di terapia Manuale) Iscritta dal 2018 all'albo Professioni Sanitarie TSRM n.20 Piacenza

La sottoscritta Tamara Miranda, consapevole della responsabilità penale in cui può andare incontro in caso di dichiarazione falsa e delle sanzioni penali previste dall'art 76 DPR 28/12/200 dichiara che quanto sopra scritto corrisponde a verità e che è disponibile a presentare la documentazione probatoria qualora richiesto.

Piacenza li 10/01/2021

LIVELLI EUROPEI - SCHEDA PER L'AUTOVALUTAZIONE

		A1	A2	B1	B2	C1	C2
C O M P R E N S I O N E	Ascolto	Riesco a riconoscere parole che mi sono familiari ed espressioni molto semplici riferite a me stesso, alla mia famiglia e al mio ambiente, purché le persone parlino lentamente e chiaramente.	Riesco a capire espressioni e parole di uso molto frequente relative a ciò che mi riguarda direttamente (per esempio informazioni di base sulla mia persona e sulla mia famiglia, gli acquisti, l'ambiente circostante e il lavoro). Riesco ad afferrare l'essenziale di messaggi e annunci brevi, semplici e chiari.	Riesco a capire gli elementi principali in un discorso chiaro in lingua standard su argomenti familiari, che affronto frequentemente al lavoro, a scuola, nel tempo libero ecc. Riesco a capire l'essenziale di molte trasmissioni radiofoniche e televisive su argomenti di attualità o temi di mio interesse personale o professionale, purché il discorso sia relativamente lento e chiaro.	Riesco a capire discorsi di una certa lunghezza e conferenze e a seguire argomentazioni anche complesse purché il tema mi sia relativamente familiare. Riesco a capire la maggior parte dei notiziari e delle trasmissioni TV che riguardano fatti d'attualità e la maggior parte dei film in lingua standard.	Riesco a capire un discorso lungo anche se non è chiaramente strutturato e le relazioni non vengono segnalate, ma rimangono implicite. Riesco a capire senza troppo sforzo le trasmissioni televisive e i film.	Non ho nessuna difficoltà a capire qualsiasi lingua parlata, sia dal vivo sia trasmessa, anche se il discorso è tenuto in modo veloce da un madrelingua, purché abbia il tempo di abituarci all'accento.
	Lettura	Riesco a capire i nomi e le persone che mi sono familiari e frasi molto semplici, per esempio quelle di annunci, cartelloni, cataloghi.	Riesco a leggere testi molto brevi e semplici e a trovare informazioni specifiche e prevedibili in materiale di uso quotidiano, quali pubblicità, programmi, menù e orari. Riesco a capire lettere personali semplici e brevi.	Riesco a capire testi scritti di uso corrente legati alla sfera quotidiana o al lavoro. Riesco a capire la descrizione di avvenimenti, di sentimenti e di desideri contenuta in lettere personali.	Riesco a leggere articoli e relazioni su questioni d'attualità in cui l'autore prende posizione ed esprime un punto di vista determinato. Riesco a comprendere un testo narrativo contemporaneo.	Riesco a capire testi letterari e informativi lunghi e complessi e so apprezzare le differenze di stile. Riesco a capire articoli specialistici e istruzioni tecniche piuttosto lunghe, anche quando non appartengono al mio settore.	Riesco a capire con facilità praticamente tutte le forme di lingua scritta inclusi i testi teorici, strutturalmente o linguisticamente complessi, quali manuali, articoli specialistici e opere letterarie.
P A R L A T O	Interazione	Riesco a interagire in modo semplice se l'interlocutore è disposto a ripetere o a riformulare più lentamente certe cose e mi aiuta a formulare ciò che cerco di dire. Riesco a porre e a rispondere a domande semplici su argomenti molto familiari o che riguardano bisogni immediati.	Riesco a comunicare affrontando compiti semplici e di routine che richiedano solo uno scambio semplice e diretto di informazioni su argomenti e attività consuete. Riesco a partecipare a brevi conversazioni, anche se di solito non capisco abbastanza per riuscire a sostenere la conversazione.	Riesco ad affrontare molte delle situazioni che si possono presentare viaggiando in una zona dove si parla la lingua. Riesco a partecipare, senza essermi preparato, a conversazioni su argomenti familiari, di interesse personale o riguardanti la vita quotidiana (per esempio la famiglia, gli hobby, il lavoro, i viaggi e i fatti di attualità).	Riesco a comunicare con un grado di spontaneità e scioltezza sufficiente per interagire in modo normale con parlanti nativi. Riesco a partecipare attivamente a una discussione in contesti familiari, esponendo e sostenendo le mie opinioni.	Riesco ad esprimermi in modo sciolto e spontaneo senza dover cercare troppo le parole. Riesco ad usare la lingua in modo flessibile ed efficace nelle relazioni sociali e professionali. Riesco a formulare idee e opinioni in modo preciso e a collegare abilmente i miei interventi con quelli di altri interlocutori.	Riesco a partecipare senza sforzi a qualsiasi conversazione e discussione ed ho familiarità con le espressioni idiomatiche e colloquiali. Riesco ad esprimermi con scioltezza e a rendere con precisione sottili sfumature di significato. In caso di difficoltà, riesco a ritornare sul discorso e a riformularlo in modo così scorrevole che difficilmente qualcuno se ne accorge.
	Produzione orale	Riesco a usare espressioni e frasi semplici per descrivere il luogo dove abito e la gente che conosco.	Riesco ad usare una serie di espressioni e frasi per descrivere con parole semplici la mia famiglia ed altre persone, le mie condizioni di vita, la carriera scolastica e il mio lavoro attuale o il più recente.	Riesco a descrivere, collegando semplici espressioni, esperienze ed avvenimenti, i miei sogni, le mie speranze e le mie ambizioni. Riesco a motivare e spiegare brevemente opinioni e progetti. Riesco a narrare una storia e la trama di un libro o di un film e a descrivere le mie impressioni. .	Riesco a esprimermi in modo chiaro e articolato su una vasta gamma di argomenti che mi interessano. Riesco a esprimere un'opinione su un argomento d'attualità, indicando vantaggi e svantaggi delle diverse opzioni.	Riesco a presentare descrizioni chiare e articolate su argomenti complessi, integrandovi temi secondari, sviluppando punti specifici e concludendo il tutto in modo appropriato.	Riesco a presentare descrizioni o argomentazioni chiare e scorrevoli, in uno stile adeguato al contesto e con una struttura logica efficace, che possa aiutare il destinatario a identificare i punti salienti da rammentare.
SC RIT TO	Produzione scritta	Riesco a scrivere una breve e semplice cartolina, ad esempio per mandare i saluti delle vacanze. Riesco a compilare moduli con dati personali scrivendo per esempio il mio nome, la nazionalità e l'indirizzo sulla scheda di registrazione di un albergo.	Riesco a prendere semplici appunti e a scrivere brevi messaggi su argomenti riguardanti bisogni immediati. Riesco a scrivere una lettera personale molto semplice, per esempio per ringraziare qualcuno.	Riesco a scrivere testi semplici e coerenti su argomenti a me noti o di mio interesse. Riesco a scrivere lettere personali esponendo esperienze e impressioni.	Riesco a scrivere testi chiari e articolati su un'ampia gamma di argomenti che mi interessano. Riesco a scrivere saggi e relazioni, fornendo informazioni e ragioni a favore o contro una determinata opinione. Riesco a scrivere lettere mettendo in evidenza il significato che attribuisco personalmente agli avvenimenti e alle esperienze.	Riesco a scrivere testi chiari e ben strutturati sviluppando analiticamente il mio punto di vista. Riesco a scrivere lettere, saggi e relazioni esponendo argomenti complessi, evidenziando i punti che ritengo salienti. Riesco a scegliere lo stile adatto ai lettori ai quali intendo rivolgermi.	Riesco a scrivere testi chiari, scorrevoli e stilisticamente appropriati. Riesco a scrivere lettere, relazioni e articoli complessi, supportando il contenuto con una struttura logica efficace che aiuti il destinatario a identificare i punti salienti da rammentare. Riesco a scrivere riassunti e recensioni di opere letterarie e di testi specialistici.