

INFORMAZIONI PERSONALI

Limonta Erika Carla

ESPERIENZA
PROFESSIONALE

30/07/2000–30/07/2002

Attività di volontariato come animatore presso il centro ricreativo estivo
Ambivere (Italia)

07/2003–07/2003

Esperienza lavorativa nel progetto di alternanza scuola-lavoro come addetta al razionamento, manutenzione e igiene delle stabulazioni
Parco Faunistico "Le Cornelle", Valbrembo (Italia)

01/06/2008–31/12/2008

Libero professionista
Policlinico, Ponte San Pietro (Italia)

01/09/2006–alla data attuale

Libero professionista
Reha Group, Brembate di Sopra (Italia)

Massoterapia distrettuale riflessogena, linfodrenaggio manuale, applicazione di terapie fisiche strumentali (tecar terapia, ultrasuoni, jonoforesi, elettroterapie, magnetoterapia, pressoterapia, laser terapia, radar terapia) gestione appuntamenti tramite planner, organizzazione segreteria e gestione burocratica

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

06/2004–06/2004

Diploma di perito tecnico agrario
Istituto tecnico agrario statale, Bergamo (Italia)

05/2006–05/2006

Diploma di Massaggiatore-Massofisioterapista
Istituto Synapsy, Bergamo (Italia)

23/04/2007–23/04/2007

Corso di tecniche di massaggio articolare riflesso del metodo Ben-Essere
Istituto Sistema, Bergamo

30/04/2007–30/04/2007

Corso di massaggio connettivale del metodo Ben-Essere
Istituto Sistema, Bergamo (Italia)

20/01/2008–20/01/2008

Corso di massoterapia tessutale nel riequilibrio posturale globale
Edi-ErmeS, Milano (Italia)

28/06/2009–28/06/2009

Corso teorico-pratico di Linfodrenaggio manuale
Edi-ErmeS, Milano (Italia)

21/11/2010–21/11/2010

Corso certificato KTA di Kinesio Taping Fundamentals and Advanced (KT1, KT2)
Brescia (Italia)

- 14/07/2013–14/07/2013 **Corso Trigger point: digitopressione, esercizi e trattamento delle patologie muscolari**
Edi-Ermes, Milano (Italia)

- 16/04/2016–16/04/2016 **Miscellanea di studi per tecniche e atleti negli sport da combattimento**
Fondazione Casa Serena, Brembate di Sopra (Italia)

- 22/01/2017–22/01/2017 **Piede e alterazioni posturali, analisi e progetti riabilitativi**
Orio al Serio (Italia)

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre italiano

Altre lingue

	COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
inglese	B1	B2	A2	B1	B1

Livelli: A1 e A2: Utente base - B1 e B2: Utente autonomo - C1 e C2: Utente avanzato
Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue

Competenze comunicative Buone competenze comunicative acquisite grazie all'esperienza lavorativa a continuo contatto con il pubblico

Competenze organizzative e gestionali Buone competenze organizzative acquisite nella gestione lavorativa in libera professione e segreteria della società presso la quale svolgo la professione

Competenze professionali Discreta competenza nel settore acquisita negli anni di esperienza lavorativa a contatto con diversi professionisti del settore (fisioterapisti, medici di base, specialisti, fisiatristi)

Competenze digitali

AUTOVALUTAZIONE				
Elaborazione delle informazioni	Comunicazione	Creazione di Contenuti	Sicurezza	Risoluzione di problemi
Utente autonomo	Utente autonomo	Utente autonomo	Utente autonomo	Utente base

Competenze digitali - Scheda per l'autovalutazione