



Gyvenimo aprašymas (CV)

Norėdami matyti vardą ir pavardę, turite
[Prisijungti](#)

Kokio darbo ieškau? Mano teigiamos savybės

Esu sąžininga, atsakinga, lojali, energinga ir pozityvi darbuotoja, nuolat siekianti tobulėjimo tiek profesiniame, tiek asmeniniame gyvenime. Lengvai įsilieju į naują kolektyvą, esu komunikabili.

Pageidaujamas darbas Asistentai, Kiti maisto gamintojai, Treneriai, Administratoriai, Sekretorės

Kontaktai ir pagrindinė informacija apie mane

Gimimo data	1988-07-21 (37 m.)
Lytis	Moteris
Gyvenamoji vieta	Vilnius
Telefono numeris	Norėdami matyti kontaktus, turite Prisijungti
El. pašto adresas	Norėdami matyti kontaktus, turite Prisijungti

Darbo patirtis

Darbo laikotarpis	nuo 2014.01 iki dabar
Pareigos	Dietistė, mitybos specialistė
Plačiau apie darbo pobūdį, patirtį	Privatus klientų konsultavimas mitybos ir sveikos gyvensenos klausimais, individualių mitybos planų sudarymas atsižvelgiant į klientų fiziologinius ir asmeninius poreikius. Darbas pagal individualios veiklos pažymą.
Darbo laikotarpis	nuo 2015.10 iki 2016.04
Įmonės pavadinimas	UAB IMPULS LTU
Pareigos	Dietistė, mitybos specialistė
Plačiau apie darbo pobūdį, patirtį	Klientų konsultavimas mitybos, sveikos gyvensenos, lieknėjimo, svorio kontrolės ir kitais klausimais, individualių mitybos planų sudarymas.

Darbo laikotarpis	nuo 2015.04 iki 2015.09
Įmonės pavadinimas	UAB NĖNIUS
Darbo sritis	Administratoriai
Pareigos	Administratorė
Plačiau apie darbo pobūdį, patirtį	Klientų registravimas, priėmimas ir aptarnavimas, dokumentacija, internetinės svetainės administravimas, tekstų kūrimas, įmonės Facebook paskyros administravimas, rūpinimasis reklama, darbuotojų paieška ir kt. funkcijos.

Darbo laikotarpis	nuo 2014.01 iki dabar
Darbo sritis	Treneriai
Pareigos	Jogos ir kitų užsiėmimų trenerė
Plačiau apie darbo pobūdį, patirtį	Individualių ir grupinių jogos, pilates, jėgos ir kūno dizaino treniruočių vedimas. Darbas pagal individualios veiklos pažymą.

Darbo laikotarpis	nuo 2010.10 iki 2011.05
Įmonės pavadinimas	UAB DIETOS SISTEMA
Pareigos	Dietistė-administratorė
Plačiau apie darbo pobūdį, patirtį	Administracinis biuro darbas: klientų aptarnavimas ir registravimas, skambučių, elektroninių laiškų administravimas ir paskirstymas, dokumentų rengimas ir sisteminimas, vadovo paskirtų užduočių vykdymas. Dietistė: klientų konsultavimas, kūno sudėties tyrimo su Body analyzer prietaisu rezultatų komentavimas.

Išsilavinimas

Laikotarpis	nuo 2011.09 iki 2013.05
Išsilavinimas	Vidurinis bendro lavinimo
Mokymosi įstaiga	Centrinio Lankašyro universitetas (University of Central Lancashire), Anglija, Jungtinė Karalystė
Išsilavinimo sritis	Visuomenės sveikata
Sritis	Mitybos ir sporto mokslai (Nutrition and Exercise Sciences)

Laikotarpis	nuo 2007.09 iki 2010.05
Išsilavinimas	Vidurinis bendro lavinimo
Mokymosi įstaiga	Vilniaus Kolegija
Išsilavinimo sritis	Visuomenės sveikata
Sritis	Dietologija

Kalbos

Kalbos	Kalbėjimas	Supratimas	Rašymas
Anglų	Gera	Puikiai	Puikiai

Kompiuterinis raštingumas

MS Word, MS Excel, MS Outlook, MS PowerPoint, MS Publisher, Adobe Acrobat, Internet Explorer, Google Chrome, Mozilla Firefox, SPSS, Windows 7.

Konferencijos, seminarai, mokymai

2016 spalio 21 d. VšĮ Fitneso mokymo centras Aeromix - 8 ak. val. seminaras "Psichologiniai įgūdžiai - sėkmės raktas trenerio darbe. Konfliktinių situacijų valdymas darbinėje ir asmeninėje aplinkoje".

2010 spalio 21-22-23 d. UAB "Motivate" – trijų dienų (24 val.) seminaras administratoriams, sekretoriams ir asmeniniams asistentams. Seminaro dėstytojas – Paul Pennant, www.todayspa.co.uk.

Papildoma informacija

Pomėgiai	Laisvalaikiu sportuoju, užsiimu joga, skaitau profesinę, psichologinę ir filosofinę literatūrą, domiuosi Rytų dvasinio tobulėjimo praktikomis bei praktikuoju sveiką gyvenimo būdą, mėgstu gaminti maistą.
Vairuotojo pažymėjimas	B
Vairuoju nuo	2009-03 (16 m.)