

ALISE KAZAINE

Sertificēta Fizioterapeite

Pirmie soli:

Alise ir dzimusi skaistajā galvaspilsētā Rīgā, bet bērnība pavadīta Zemgales līdzenumā – Jelgavā!

Alises Moto:

Būt kustībā – nozīmē Dzīvot!

Hobiji:

Alise jau no bērnības ir aktīvi nodarbojusies ar dažādām fiziskām aktivitātēm un tautas dejas bija viņas sirds lieta 18 gadu garumā. Vēlāk studiju gados viņa sāka regulāri apmeklēt trenažieru zāli un šo ieradumu turpina arī šodien. Brīvajā laikā Alisei patīk skriet, doties pastaigās gar mežu vai jūru, kā arī ceļot un kāpt kalnos. Kad Alise vēlas mierīgāku atpūtu, viņa aizraujas ar kūku cepšanu ☺

Profesijas izvēle:

Pusaudža gados, gūstot traumu, nācās iziet rehabilitācijas posmu un pašai būt pacienta lomā. Šī pieredze deva pirmo saskarsmi ar fizioterapiju un raisīja dziļāku interesi par cilvēka ķermeņa funkcionalitāti, kā arī vēlmi palīdzēt citiem atgūt kustību brīvību un dzīves kvalitāti.

Izglītība:

- Rīgas Stradiņu Universitāte, Profesionālais bakalaura grāds veselības aprūpē ar fizioterapeita kvalifikāciju
- RSU, Sociālo zinātņu maģistra grāds vadībā un administrēšanā veselības aprūpē (pašlaik)

Pieredze:

2024.- Šobrīd – FIZIOCENTRS, rehabilitācijas un fizioterapijas klīnika

2022.- 2025. – VSIA Nacionālais Rehabilitācijas centrs “Vaivari”, vecākais fizioterapeits

Kursi:

- Sporta Masāžas tehnika (2024.) M.Osovskis
- Ievads REDCORD rehabilitācijā (Slinga terapija)(V.Ozoliņš,2024)
- PILATES metodes pamati uz vingrošanas paklāja (2024.)
- MTC Kinezioloģiskā teipošana ADVANCE (2.līmenis) (2022.)
- Sensomotorais yb dziļās muskulatūras treniņš (Baltmedica, 2020)
- MTC Kinezioloģiskās teipošanas - BASIC līmenis (2020)
- Regulāri apmeklē Fizioterapeitu Asociācijas organizētus kursus un seminārus

Fiziocentrā ALISE KAZAINE piedāvā:

- ⇒ **Fizioterapeita konsultācijas (jauniešiem un pieaugušajiem)**
- ⇒ **Pēc traumu un pēc operāciju pilnvērtīga rehabilitācija un plāna sastādīšana**
- ⇒ **Ārstniecisko un Sporta masāžu** – jauniešiem un pieaugušajiem;
- ⇒ **Ārstniecisko vingrošanu** – gan grupās gan individuāli
- ⇒ **Funkcionālos treniņus** (dažādiem sagatavotības līmeņiem)
- ⇒ **Medicīnisko teipošanu un fizikālās procedūras**
- ⇒ **Pilates**