

BONIDAL Illona

23 ans

06 98 46 26 52

illona.bonidal@hotmail.com

15 bis rue de la réclusière

42 400 Saint-Chamond

Etudiante en 5^{ème} année d'ostéopathie

FORMATION

Année 2016-2021 :

Etude d'Ostéopathie au **CIDO** (Centre International D'Ostéopathie) - Diplôme d'Ostéopathie (D.O)
Mémoire d'ostéopathie : Influence de l'ostéopathie sur les insomnies chroniques et la qualité de vie. Etude prospective avec inclusion de patients.

Année 2017 :

C.E.S.U 42, Centre d'Enseignement de Soins d'Urgences.
42000 – Saint Etienne
AFGSU 1 : Attestation de formation aux gestes et soins d'urgence de niveau 1

Année 2016 :

Institution Sainte-Marie la Grand'Grange. 42400 – Saint Chamond
Baccalauréat Scientifique avec mention

EXPERIENCE EN OSTEOPATHIE

- Stage à la clinique ostéopathique du CIDO
- Stage en milieu de soin palliatif au CHU (Centre Hospitalier Universitaire) de Saint Etienne
- Stage auprès de personnes polyhandicapés et du personnel soignant à la Croix Rouge de Saint Chamond
- Stage dans un service de rééducation dans un service de gériatrie, oncologie et auprès du personnel soignant à la Clinique Mutualiste des 7 Collines à Saint Etienne
- Stage de dissection à la Faculté de Médecine à Saint Etienne

EXPERIENCE PROFESSIONNELLES

Année 2012 :

Vérification de commande (stage) à la Pharmacie Crozet 42400 Saint Chamond

Année 2014 :

Préparatrice de commande à l'Association Panier Couramiaud 42400 Saint Chamond

Année 2018 :

Vendeuse à Les Délices de Charlie 42152 L'Horme

Année 2018 :

Hôtesse de caisse en supermarché et parapharmacie à Super U 42152 L'Horme

Année 2018-2019 :

Secrétaire, Organisation week-end d'intégration au Bureau Des Elèves du CIDO

Autre : Garde d'enfants

COMPETENCES OSTEOPATHIQUES

- ➔ Techniques aponévrotiques/ musculo-fasciales
- ➔ Techniques crâniennes
- ➔ Techniques musculaires
- ➔ Techniques viscérales
- ➔ Techniques structurales – HVLA
- ➔ Techniques intra-osseuses

COMPETENCES DIVERS

- Permis B – Possession de véhicule
- Pack Office (Word, Excel, Power Point)
- Anglais, Italien, Espagnol : Niveau scolaire