



## Vesna Šeper

Datum rođenja: 30/03/1979

Državljanstvo: hrvatsko

Spol: Žensko

### KONTAKT

✉ [vesna.seper@vevu.hr](mailto:vesna.seper@vevu.hr)

☎ (+385) 91 444 6910

## OBRAZOVANJE I OSPOSOBLJAVANJE

2016 – 2022

● **Ph.D. in Physical Education and Sport** FSFV NS

2015 – 2016

● **MSc in Sport and Physiotherapy** ACIMSI NS

2010 – 2013

● **Dipl.physioth.** FZS Univerzitet u Sarajevu

2006 – 2007

● **Bacc. physioth.** Zdravstveno veleučilište ZG

1997 – 1999

● **Vft.** Medicinski fakultet Sveučilište u Rijeci

## RADNO ISKUSTVO

2006 – **TRENUTAČNO** Vukovar, Hrvatska

● **Prof. struč. studija**

Veleučilište "Lavoslav Ružička" u Vukovaru

Nositelj i izvođač nastave (predavanja, vježbe, seminari) na kolegiju Fizioterapija u pedijatriji i Fizioterapija u ginekologiji, III godina prijediplomskog stručnog studija Fizioterapija. Nositelj kolegija Klinička praksa II.

Nositelj i izvođač nastave (predavanja, seminari) na kolegiju Fizioterapija u sportu i rekreaciji II, I godina specijalističkog diplomskog stručnog studija Preventivna fizioterapija.

Mentor dolaznim studentima kroz Erasmus+ mobilnost.

Tajnica asocijacije PETRHA (Physiotherapy E-Training Re-Habilitation).

Administrator za ENPHE na Veleučilištu.

2021 – **TRENUTAČNO** Vukovar, Hrvatska

● **Voditeljica Centra za cjeloživotno učenje**

Veleučilište "Lavoslav Ružička" u Vukovaru

Priprema formalnih, neformalnih i informalnih programa cjeloživotnog učenja. Organizacija radionica i priprema dokumentacije za izradu programa.

2004 – 2005 Osijek, Hrvatska

● **Fizioterapeut Studio "V"**

Provođenje vježbi u svrhu prevencije i odgode komplikacija vezanih uz osteoporozu. Rad sa ženama i muškarcima u prevenciji i liječenju stresne urinarne inkontinencije.

Pilates programi kod mlađe populacije u svrhu održavanja ili poboljšanja fleksibilnosti ili snage.

Provođenje klasične manualne masaže.

2001 – 2003 Osijek, Hrvatska

● **Fizioterapeut Privatna sportska ambulanta "Bošnjak"**

Provođenje mjerenja i testova kod sportske populacije. Izvođenje elektrokarđiografije, testiranje na ergometar biciklu, te mjerenje vitalnog kapaciteta. Fizioterapijska procjena i intervencije kod sportskih ozljeda



# JEZIČNE VJEŠTINE

MATERINSKI JEZIK/JEZICI: hrvatski

Drugi jezici:

engleski

Slušanje  
C1

Čitanje  
C1

Govorna  
produkcija  
C1

Govorna  
interakcija  
C1

Pisanje  
C1

njemački

Slušanje  
B1

Čitanje  
B1

Govorna  
produkcija  
A2

Govorna  
interakcija  
A2

Pisanje  
A2

## DODATNE INFORMACIJE

### Projekti

2022 – 2023

**Primjena Swiss lopte u prevenciji nepravilnog držanja u školama** Provođenje mjerenja u svrhu procjene posture djece školskog uzrasta. Procjena sastava tjelesne mase radi probira djece s rizikom (pretilost, pothranjenost).

Uvođenje lopte radi aktivnog sjedenja i moguće bolje koncentracije na nastavi.

2019 – 2022

**Utvrđivanje učinaka suplementacije novom formulom kreatina na mišićnu snagu, mišićni volumen i biokemijske indikatore osoba starijih od 65 godina** Projekt je uključivao 21 osobu stariju od 65 godina, koje su u tzv. crossover režimu istraživanja u trajanju od 2x8 tjedana, i pauzom od 4 tjedna između, uzimali suplementaciju kombinacijom kreatina i guanidinooctene kiseline.

Cilj je istraživanja bio utvrditi učinak mješavine na mišićnu snagu, mišićni volumen, biokemijske pokazatelje, kognitivno funkcioniranje, kao i kvalitetu života starijih osoba.

2018 – 2019

**Sarcopenia and age-related neurodegeneration are linked with impaired biomarkers of tissue bioenergetics and mitochondrial dysfunction in men and women over 65 years** Projekat je uključivao provođenje mjerenja i testova na 100 osoba starijih od 65 godina. Cilj je bio dobiti podatke o kvaliteti života osoba sa sarkopenijom, te podatke o kognitivnom funkcioniranju starijih ljudi. Uz to su urađene biokemijske analize krvi, posebno razina kreatina, kreatinina, guanidinooctene kiseline i fibroblastnogfaktora rasta 21.



## Počasti i nagrade

**13/09/2024** Veleučilište „Lavoslav Ružička“ u Vukovaru

**Velika srebrna plaketa** dodijeljena za doprinos razvoju cjeloživotnog učenja.

**08/02/2022** Veleučilište "Lavoslav Ružička" u Vukovaru

**Nagrada za objavljene znanstvene radove** Nagrada je dodijeljena za objavljene znanstvene radove u znanstvenim časopisima zastupljenima u bazama podataka Web of Science Core Collection (WoSCC), Scopus i Medline.

**13/09/2021** Veleučilište "Lavoslav Ružička" u Vukovaru

**Srebrna svečana diploma** Srebrna se svečana diploma dodjeljuje nastavnicima Veleučilišta za razvoj studijskih programa, programa cjeloživotnog učenja i drugih važnih postignuća za razvoj Veleučilišta.

**11/04/2019** International Association of Sport Kinetics (IASK)

**Diploma** Diploma je dodijeljena za izvrstan rad prezentiran tijekom 5. Međunarodne znanstvene konferencije "From Active Childhood to Healthy Aging" u Novom Sadu.

## Erasmus+ mobilnost

**10/10/2016 – 14/10/2016**

### **Wanna be a Rolling Stone roll with the Swiss ball**

Održano predavanje i radionica za studente završne godine studija fizioterapije Sveučilišta TAMK, Tampere, Finska. Cilj je predavanja i radionice bio upoznati studente s osnovama primjene lopte, što je aktivno sjedenje, vježbama mobilnosti i snage na lopti.

**09/10/2017 – 13/10/2017**

### **International Week for Physiotherapy**

Primjena Swiss lopte u fizioterapiji, predavanje i radionica za studente i kolege profesore na razmjeni.

**2017 – 2017**

### **Swiss Ball Application in Physiotherapy**

Gost predavača Ecole Leonard de Vinci, Buxelles, Belgija. Predavanje i dvije 90 minutne radionice za studente i predavače studija fizioterapije, o mogućnostima vježbanja na Swiss lopti.

**19/03/2018 – 23/03/2018**

### **International Week in Physiotherapy France**

Gost predavač na Ecole d'Assas, Pariz, Francuska. Predavanje i tri 90 minutne radionice za studente studija fizioterapije o primjeni Swiss lopte u prevenciji i terapiji mišićno-koštanih problema.

**05/10/2020 – 09/10/2020**

### **International Week in Physiotherapy Finland, Tampere University of Applied Sciences**

Virtualna mobilnost i održano predavanje o kroničnoj lumbalnoj boli i fizioterapijskim vježbama

**22/03/2021 – 26/03/2021**

### **International Week in Physiotherapy Finland, Tampere University of Applied Sciences**

Erasmus mobilnost u svrhu osposobljavanja, virtualna mobilnost.

**24/04/2023 – 28/04/2023**

### **The Physiotherapy School of Begles of Croix-Rouge Competence Nouvelle\_Aquitaine, Francuska**

Blended Intensive Programme iz područja fizioterapije. Sudjelovanje na natjecanju koristeći platformu PETRHA. Mentoriranje studenata u izradi kliničkih slučajeva iz područja fizioterapije u pedijatriji i fizioterapije mišićno-koštanih poremećaja.

**13/11/2023 – 17/11/2023**

### **Fakultet zdravstvenih studija Sveučilišta u Mostaru**

Erasmus+ mobilnost u svrhu podučavanja. Održano predavanje o procjeni mišićno-koštanog sustava u trudnoći i dvije praktične radionice o primjeni Swiss lopte u fizioterapiji.