

FORMATO EUROPEO  
PER IL CURRICULUM  
VITAE



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome

CARA SANDRA

Indirizzo

[REDACTED]

Telefono

[REDACTED]

Fax

E-mail

sandra.cara@aslmediocampidano.it

Nazionalità

Italiana

Data di nascita

[REDACTED]

ESPERIENZA LAVORATIVA

Attualmente dipendente a tempo indeterminato della asl 6  
Medio Campidano a in qualità di Infermiera Coordinatrice dal 2010

• Date (da – a)

DAL 02/02/1988 AL 21/04/1989

assunta presso Casa di Cura Villa Verde a tempo indeterminato –Cagliari

DAL 22/04/1989 AL 30/09/1995

Assunta presso la USL n 20 Cagliari a tempo indeterminato nel reparto di Neurologia del San Giovanni di Dio

DAL 01/10/1995 AL 15/10/2000

Dipendente a tempo indeterminato presso la ASL 8 incaricata in qualità di coordinatrice nel reparto di Neurologia dal Primario

DAL 16/10/2000 AL 05/02/2006

Dipendente a tempo indeterminato presso ASL 6 Sanluri, nel CSM di Sanluri

DAL 06/02/2006 AL 23/05/2010

Incaricata in qualità di Infermiera Coordinatrice dal Direttore del Dipartimento di Salute Mentale di Sanluri

DAL 2015 AL 2020

HO RICOPERTO IL RUOLO DI ASSESSORE AI SERVIZI SOCIALI NELL'AMMINISTRAZIONE COMUNALE DEL MIO PAESE GONNOSFANADIGA

DAL 2020 A TUTT'OGGI

SONO PRESIDENTE DELLA PROLOCO DI GONNOSFANADIGA

Cara Sandra

**DAL 24/05/2010 AL 30/10/2016**

Incaricata in qualità di Infermiera Coordinatrice presso il Pronto Soccorso e SET 118 del PO di San Gavino Monreale

**DAL 01/11/2016 A Tutt'oggi**

Incaricata in qualità di Infermiera Coordinatrice presso U.O di Chirurgia Generale, Urologia ,Endoscopia ; Il SET 118 sino a Gennaio 2022

- Tipo di impiego
- Principali mansioni e responsabilità

## **ISTRUZIONE E FORMAZIONE**

- Date (da – a)
  - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
- Anno 1984  
Diploma di Maturità Magistrale conseguito presso l'Istituto Magistrale di San Gavino Monreale
- Anno 1987  
Diploma di Infermiere Professionale conseguito presso la Scuola per Infermieri Professionali " Maria di Piemonte " - Cagliari
- Anno 1992  
Certificato di Abilitazione a Funzioni Direttive nell'assistenza infermieristica , conseguito presso la scuola per Infermieri Professionali " Maria di Piemonte " -Cagliari

Anno 2021 Diploma INFERMIERE Croce Rossa

COMITATO DI CAGLIARI

## **Partecipazione a Corsi di formazione e Congressi**

- VI Congresso Nazionale di riabilitazione psicosociale, tenutosi a Montecatini Terme nel 2000;
- Le politiche di accreditamento e valutazione di qualità: una sfida per i servizi, tenutosi a Montecatini Terme nel 2000;
- La cultura e la pratica dell'auto mutuo aiuto nel campo della salute mentale, tenuto dalla ASL 6 Sanluri nel 2002
- Formazione sistema informativo servizi salute mentale, tenutosi a Cagliari nel 2003;
- Corso di formazione e informazione per i lavoratori, tenuto dalla ASL 6 Sanluri nel 2003
- Sistema informativo e miglioramento continuo della qualità in psichiatria, tenuto dalla ASL 6 nel 2003
- La pratica sportiva nella riabilitazione psichiatrica " per una migliore qualità della vita" ,tenuto dalla SIRP nel 2004
- Programmazione, valutazione, e miglioramento continuo della qualità dell'assistenza psichiatrica ,tenuto dalla ASL 6 nel 2004
- Corso antincendio per attività a rischio medio, tenutosi nel 2004 dalla ASL 6;
- Sistema informativo e miglioramento continuo della qualità in psichiatria tenuto dalla ASL 6 nel 2005
- Progetto vita la gestione integrata del paziente schizofrenico, tenutosi ad Oristano nel 2003
- Corso di aggiornamento per il personale sanitario del servizio tutela salute mentale tenuto dalla ASL 6
- Sistemi informativi in psichiatria , tenutosi nel 2004 a Nocera Inferiore
- Interrogare le pratiche per migliorarle : denominare, standardizzare e valutare gli interventi psicosociali , tenutosi nel 2004 a Nocera Inferiore
- Emergenze psichiatriche in pronto soccorso tenuto dalla ASL 2 di OLBIA nel 2003
- Oltre l'orizzonte: esperienze di salute mentale al di là dei luoghi comuni, tenutosi a Cagliari nel 2005;
- Salute mentale e pratiche territoriali , tenuto dalla ASL 1 di Trieste nel 2006
- Corso di rianimazione cardiopolmonare e defibrillazione precoce tenuto dalla ASL 6
- Le urgenze mediche in psichiatria ,tenuto dalla ASL 6 nel 2007
- Cultura e pratica della mutualità e attivazione di gruppi di auto mutuo aiuto,tenuto dalla ASL 6 nel 2008
- Il Counseling: uno strumento nella prevenzione del rischio vascolare tenuto dalla ASL 6 nel 2010



- Struttura complessa servizio delle professioni sanitarie : prospettive ed opportunità per gli operatori .L' autonomia ,la responsabilità, e la nuova struttura organizzativa aziendale , tenuto dalla Asl 6 2 nel 2009
- Doppia Diagnosi : esperienze a confronto , tenuto dalla ASL 6 nel 2010
- Sviluppo di un sistema di governo clinici basato su standard di servizio e percorsi clinici organizzativi , tenuto dalla ASL6 nel 2010
- Il Pronto Soccorso del DDS: Audit Clinici , tenuto dalla ASL 6 nel 2010
- Il Pronto Soccorso Del DDS: Audit Clinici, tenuto dalla ASL 6 nel 2010
- 1° Convegno pediatrico del medio campidano: focus sulle urgenze in neonatologia e pediatria , tenuto dalla ASL6 nel 2011
- Elettrocardiografia in area d'emergenza –corso base, tenuto dalla SIMEU ad Oristano nel 2011;
- Tossicologia clinica : corso base ( B-TOX) ,tenuto dalla SIMEU ad Oristano nel 2011;
- La Gestione del rischio nei processi assistenziali , tenuto dalla ASL 6 nel 2011
- Etiopatogenesi , diagnosi e trattamento nelle affezioni emergenti e di maggiore interesse per gli operatori del Dipartimento dei servizi , tenuto dalla Asl 6 nel 2011
- Etiopatogenesi , diagnosi e trattamento nelle affezioni emergenti e di maggiore interesse per gli operatori del Dipartimento dei servizi , tenuto dalla Asl 6 nel 2011
- Corso di Triage Pediatrico , tenuto dalla SIMEUP a Cagliari nel 2012 ;
- Il Politrauma XI Congresso Regionale della società italiana di medicina d'emergenza-urgenza , tenuto a Cagliari nel 2012 ;
- Auditor interni per il Sistema di Gestione della qualità, tenuto dalla ASL 6 nel 2012
- Revisione percorsi /procedure per il miglioramento della qualità nel percorso clinico-organizzativo " emergenze urgenze", tenuto dalla ASL 6 nel 2012
- Partecipazione al gruppo di lavoro per la procedura : Gestione delle Urgenze psichiatriche in ambito aziendale( T.S.O),tenuto dalla ASL6 nel 2012.
- Corso di formazione del Dipartimento dei Servizi: le emergenze sociali sostanze d'abuso in genere; tenuto dalla ASL 6 nel 2012.
- Corso di formazione del Dipartimento dei Servizi:manovre di primo soccorso nelle emergenze -urgenze; tenuto dalla ASL 6 nel 2012.
- Corso di formazione del Dipartimento dei Servizi:tumori polmonari; tenuto dalla ASL 6 nel 2012.
- Corso di formazione del Dipartimento dei Servizi:casi clinici di Pronto soccorso; tenuto dalla ASL 6 nel 2012.
- Corso di formazione del Dipartimento dei Servizi:farmaci bio simili; tenuto dalla ASL 6 nel 2012.
- Corso di formazione del Dipartimento dei Servizi:malattie allergiche; tenuto dalla ASL 6 nel 2012.
- Corso di formazione del Dipartimento dei Servizi:malattie trasmissibili materno-fetali; tenuto dalla ASL 6 nel 2012
- Corso di Triage,tenuto dalla ASL6 nel 2013
- Docente nei corsi OSS nell'anno 2013-2014-15, materie insegnate : tecniche di supporto e assistenza al paziente psichiatrico
- Corso di formazione del Distretto Sociosanitario :la presa in carico dei bisogni di salute complessi e la continuità assistenziale tenuto dalla ASL 6 Sanluri tenuto dalla ASL6 nel 2015;
- Corso di formazione Ictus Cerebrale: percorsi diagnostici ,terapeutici e riabilitativi tenuto dalla ASL6 nel 2015
- Corso di formazione La Comunicazione difficile: prognosi infauste, eventi avversi e rapporti con familiari dei pazienti tenuto dalla ASL6 nel 2015
- Corso di formazione della Harvard Medical School Global and Continuing Education: Emergency Medicine Clinical Competence, Training&Quality Assurance Course, tenuto a Cagliari nel 2016;
- Corso di Aggiornamento del Centro Regionale Trapianti Sardegna: Percorso che conduce dalla donazione al trapianto d'organo tenuto dall'ATS nel 2017;
- Corso di formazione IRC : ALS tenuto a Villacidro nel 2017
- Corso formativo ATS : Le Cure Domiciliari Integrate una stretta di mano tra ospedale e territorio tenuto dalla ASSL Sanluri nel 2018
- Giornata formativa ATS : Autorizzazione all'esercizio e accreditamento istituzionale nel 2018
- Corso di formazione ASSL Sanluri: Week e Day Hospital- Lean Management- PDTA tenuto nel 2018;
- Corso di formazione ATS: Gestione clinica e trasporto del paziente ad alto rischio infettivo tenuto ASSL Cagliari nel 2018;
- Corso di formazione : Il TMT, un modello multidisciplinare integrato per la cura del paziente con carcinoma della prostata tenuto nel 2018;
- Corso di Formazione ATS : L'Elettrocardiogramma-interpretazione tenuto dalla ASSL Sanluri nel 2018
- Corso di Formazione Ats : Elettrocardiogramma delle Aritmie . Anno 2021



- Corso di Formazione ATS: La Qualità in Sanità: strumenti organizzativi per il miglioramento continuo . Anno 2021
- Corso di Formazione Ares : preposti art. 37D.LGS81/08 e asr 21/12/2011 anno 202022
- Corso di Formazione Ares : BLSD per operatori Sanitari tenuto nell'anno 2022
- Corso di Formazione Asl Medio campidano: Gestione dei PICC tenuto dalla ASL Sanluri nel 2022 in qualità di Tutor
- Corso di Formazione Asl Medio campidano:Coru Sardu Imparat tenuto a San Gavino nel 2023
- Corso di Formazione Ares :Progetto formativo regionale per la rete del Risk Management e delle infezioni correlate all'assistenza- Ares Sardegna . Anno 2023
- Corso di Formazione Ares: Lo sviluppo di competenze e strumenti di management del coordinatore delle professioni sanitarie . Anno 2023

#### Corsi di Formazione come Docente

Corso di formazione OSS anno 2013/14  
Corso di formazione OSSS anno 2013/14  
Corso di formazione OSS anno 2015  
Corso di formazione OSSS anno 2015

**CAPACITÀ E COMPETENZE PERSONALI**  
*Acquisite nel corso della vita e della carriera ma non necessariamente riconosciute da certificati e diplomi ufficiali.*

Discreta capacità di gestione del tempo, attitudine alla pianificazione, flessibilità e impegno nel perseguimento degli obiettivi stabiliti

ALTRE LINGUA  
MADRELINGUA

ITALIANO E LINGUA SARDA

- Capacità di lettura
- Capacità di scrittura
- Capacità di espressione orale

**CAPACITÀ E COMPETENZE RELAZIONALI**  
*Vivere e lavorare con altre persone, in ambiente multiculturale, occupando posti in cui la comunicazione è importante e in situazioni in cui è essenziale lavorare in squadra (ad es. cultura e sport), ecc.*

BUONE CAPACITÀ DI LAVORARE DI LAVORARE IN TEAM , DI COMUNICAZIONE E RELAZIONE CON I COLLEGHI. ACQUISITE DURANTE LA MIA ESPERIENZA LAVORATIVA NEI VARI REPARTI IN CUI HO LAVORATO. INOLTRE HO ACQUISITO BUONE CAPACITÀ DI COMUNICAZIONE OCCUPANDO UN RUOLO RILEVANTE NELL' AMMINISTRAZIONE COMUNALE DEL MIO PAESE COME ASSESSORE AI SEVIZI SOCIALI

**CAPACITÀ E COMPETENZE ORGANIZZATIVE**  
*Ad es. coordinamento e amministrazione di persone, progetti, bilanci; sul posto di lavoro, in attività di volontariato (ad es. cultura e sport), a casa, ecc.*

POSSIEDO OTTIME CAPACITÀ DI COORDINAMENTO E GESTIONE DI GRUPPI DI LAVORO E DI STUDIO NELL'AMBITO LAVORATIVO . HO ACQUISITO ESPERIENZA NELLA GESTIONE DEL PAZIENTE CRITICO IN EMERGENZA URGENZA

**CAPACITÀ E COMPETENZE TECNICHE**  
*Con computer, attrezzature specifiche, macchinari, ecc.*

OTTIMA CONOSCENZA , GESTIONE E UTILIZZO DI TECNOLOGIE COMPUTERIZZATE : PACCHETTO OFFICE , INTERNET, MAIL E DISPOSITIVI MEDICI IN UTILIZZO NEI REPARTI IN CUI HO OPERATO

**CAPACITÀ E COMPETENZE ARTISTICHE**  
*Musica, scrittura, disegno ecc.*

Possiedo buone capacità nella stesura di testi, ottima capacità oratoria, discreta capacità di elaborazione computerizzata di immagini.

ALTRE CAPACITÀ E COMPETENZE  
Pagina 4 - Curriculum vitae di  
[ COGNOME, gnome ]

Cara Sandra



Competenze non precedentemente  
indicate.

PATENTE O PATENTI

Categoria A e B

ULTERIORI INFORMAZIONI

Codesto documento è redatto ai sensi dell'art. 76 del D.P.R.445/2000

Firma

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Cara Sandra', written in a cursive style.