

## Δήμητρα Τζούμα

Φυσικοθεραπεύτρια

Η Δήμητρα Τζούμα είναι απόφοιτη της σχολής Φυσικοθεραπείας του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας. Έχει εξειδικευτεί στην αποκατάσταση αθλητών μέσω της παρακολούθησης μεταπτυχιακού προγράμματος στο ΤΕΦΑΑ του Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών. Είναι πιστοποιημένη Λεμφοθεραπεύτρια της μεθόδου Vodder, με εξειδίκευση στη διαχείριση λεμφοιδημάτων με συνεχή μετεκπαίδευση στην Αυστρία. Εξειδικεύεται στον Βιοιατρικό & Κινέζικο Βελονισμό μέσω του Προγράμματος της Ελληνικής Φυσικοθεραπευτικής Εταιρείας Αλγολογίας και του Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής με μετεκπαίδευση στο Πανεπιστήμιο Παραδοσιακής Κινέζικης Ιατρικής στη Σανγκάη. Είναι ευαισθητοποιημένη στα θέματα Υγείας των γυναικών και έχει παρακολουθήσει πολλά σεμινάρια και είναι πιστοποιημένη θεραπεύτρια για αντιμετώπιση διαταραχών του πυελικού εδάφους σε γυναίκες.

Η Δήμητρα γεννήθηκε στα Μελίσσια όπου μεγάλωσε και εργάζεται. Κατάγεται από τα Ιωάννινα και από την Καρδίτσα όπου διατηρεί δεσμούς. Από το 2008 διατηρεί εργαστήριο φυσικοθεραπείας στη πόλη μας και καθημερινά συναναστρέφεται με ανθρώπους που χρειάζονται θεραπεία και συμβουλευτική.

Πιστεύει ότι η άσκηση βελτιώνει την ποιότητα ζωής του ανθρώπου και τον βοηθά να ζήσει με υγεία, ενεργητικότητα και ευχαρίστηση. Η σωματική και η πνευματική δραστηριότητα είναι τεκμηριωμένο ότι είναι το νέο φάρμακο για τον άνθρωπο.

Της αρέσουν οι βόλτες στη φύση, το ποδήλατο και οι καταδύσεις.