

CURRICULUM VITAE

ISIKUANDMED

Nimi: Sirli Kivisaar
Sünniaeg: 11.08.1979
e-mail: sirli@tervisekool.ee

HARIDUS

2007 Tartu Ülikool, Sotsiaaltöö eriala, *baccalaureus artiumi* kraad (magistrikraadile vastav kvalifikatsioon, Vabariigi Valitsuse 6.juuni 2005 määrus nr 120). Kõrvaleriala psühholoogia alamastmes.
1997 – 1998 Tartu Meditsiinkool, ämmaemanduse eriala
1997 Tartu Miina Härma Gümnaasium

VÄLJAÕPE

2013 Mänguterapeudi väljaõpe, Annely Sootsi Koolitus (345 h, 15 EAP)
2010 Hüpnooteraapia-psühholoogia õpingud, OÜ Terviklik Mina ja SACH International (1128 h)
2009 Toitumisterapeudi õpe, OÜ Annely Sootsi Koolituse Tervisekool (1600 h)

TÖÖKOGEMUS

2003 - Annely Sootsi Koolituse õppe õppetöö koordinaator, - koolitaja
2009 - 2011 Toitumisalaste artiklite konsultant ajakirjale Naisteleht (kommentaariid toitumist puudutavatele teemadele)
2008 - MTÜ Eesti Toitumisteraapia Assotsiatsiooni aseesimees
2008 - OÜ Via Naturale juhatuse esimees, tegevjuht
2005 – 2007 MTÜ Stelior Eesti juhatuse aseesimees, toitumisenõustaja.
2005 Berliini Sotsiaaluuringute Keskus (WZB), teadusuuringu läbiviija Eestis raamatu jaoks, mis kirjeldab koduhoolduse juhtimist
2005 Rahvusvahelise projekti „Carma” (Care for the Aged at Risk of Marginalization”, MTÜ Eesti Geriatria ja Gerontoloogia Assotsiatsiooni meeskonna liige
2003 Tartu Ülikooli Sisekliinik, laborant (teaduslike uuringute läbiviimine, meediamonitoringu läbiviimine)
2003 suvi Perereisid, giid kolmel neljapäevasel lastereisil Rootsi Pipimaale
2001 – 2002 Annely Sootsi Koolituse sekretär ja lektor

- 2000 sept – 2002 mai Tüdrukite klubi “Pöial-Liisi”, 10-13 aastaste grupi juhendaja (Eneseabigrupp riskirühma lastele vanuses 7-13)
- 1999 – 2003 Reklaamitöötaja (Halliku Pagaritöökoja toodete, Salvesti toodete, LTT, DTL jne. Toodangu tutvustaja)
- 1997 – 2000 SCA Mönlycke koolitusprogrammi “Muutuste aeg” lektor Lõuna-Eesti koolides (tööülesandeks loengute lugemine 9.-16 a. noorukitele nendega toimuvatest füüsilistest ja psühholoogilistest muutustest)

TÄIENDKOOLITUS

Toitumisalane täiendkoolitus

- 19.-20.11.2015 Cardiovascular Health Seminar, Higher Nature, Orley Moyal (8h)
- 05.-06.10.2015 „Immuunsüsteem ja rakkude kaitsevõime“, BioCare, Chris Newbold (11 h)
- 12.-13.03.2015 Female health seminar, Higher Nature, Orley Moyal (8 h)
- 2014, detsember „Mastering thyroid“, Biomedical Institute, Chun Wong (36h)
- 2013, 05.-06.12 Kursus „Biokeemia (süsivesikud ja rasvad)“ Tiiu Vihalemm (12h)
- 2013, 06.-07. 09 Kursus “Integratiivne vähi toitumisteraapia“, BioMedical Institute, Chun Wong (20h)
- 2013, mai Kursus“Autoimmuunhaigused ja toitumine. Aju põletikud“, ETTA ja BioMedical Institute, Chun Wong (32h)
- 2013, 09.01 Õppepäev „Süsivesikud ja energia tootmine“, Tiiu Vihalemm (8h)
- 2012, 19.10 Õppepäev „Kolesterool“, Tiiu Vihalemm (8h)
- 2012, september Kursus „Reumaatilised ja autoimmuunsed protsessid ja toitumine, Tiiu Vihalemm (15h)
- 2012, 18.05 Õppepäev „Rauapuudusaneemia ja toitumine“, Tiiu Vihalemm (6h)
- 2012, 17.04 Konverents „Terveks ja saledaks“ ETTA (7h)
- 2011, november Kursus „Sooletrakti biokeemia. Läbilaskev sool ja düsbioos“, Annely Sootsi Koolitus (16h)
- 2011, okt Kursus „Functional Biomedical Science“, lektor: Chun Wong, ETTA (64 h + 64 h praktikat),
- 2011, 06.10 Konverents „Teaduslikud tõendused aju ja sooletrakti seoste, dieetravi võimalused“, ETTA ja Annely Sootsi Koolitus, lektor Karl Ludvig Reichelt (8h)
- 2011, 03.06 Konverents „Krooniline raskmetallimürgistus ja selle poolt esile kutsutud oksüdatiivne stress: seos kaasaegse inimese haigustega“, ETTA, lektor Boyd Hailey (8h)
- 2011, 06.04 Konverents „Huvitavat toitumisest“, ETTA (8h)
- 2011, 26.02 Konverents „Keemia meie toidulaual“, ETTA (8h)
- 2010, 16.-17.09 Kursus „Neurodegeneratiivsete haiguste seos raskmetallidega. Toitumisteraapia ja teiste teraapiate võimalused autismi ja neurodegeneratiivsete haiguste ravis.“ Annely Sootsi Koolitus ja ETTA, Lektorid: Boyd Haley ja Chun Wong (16h).

2010, 15.sept	Konverents „Uued sekkumisviisid autismi ja muude degeneratiivsete häirete puhul.“, ETTA (10h)
2010, juuni	Kursus „Taime- ja toortoitumine“, Annely Sootsi Koolitus (40h)
2010, 01.04	Konverents „Tervisliku toitumise alused – müüdid ja tegelikkus“, ETTA (8h)
2009, 28.06	„Advanced Training in Vital Terrain Management Seminar“, Conters, Šveits. Lektor: Timothy Ray (25 h)
2009, 08.05	Konverents „Südame tervis, toitumisteraapia“, ETTA (5 h)
2009, 25.02	„Toiduhügieeni koolitus käitlejale“, Õppekeskus N.O.R.T. (6h)
2008, 03.11	„Eakate toitumisprobleemid ja toitumisravi“. EGGA, ETTA konverents (8h)
2007, 30.08 – 02.09	Raskmetallidega seonduvad patoloogiad, nende ravi ja toidulisandid, MTÜ Stelior Eesti (32 h)
2001 juuli	Kursus „Loodusravi ja alternatiivmeditsiin“ (40 t), Annely Sootsi Koolitus

Psühholoogia- ja psühhoteraapiaalane täiendkoolitus

2016, 19.02.	Konverents „Tabamatu mure-räägime kiindumushäirest“, Tartu Herbert Masingu Kool
2015, 19.-22.03	„Hääledialoogi meetodi saladused“, Tallinn, Prof Sergei Strekalov 24 h
2015, 22.-25.01	„Hääledialoog. Kuidas elada konfliktivabalt“, Tallinn, Prof Sergei Strekalov 24 h
2014, 27.-29.11	„Hääledialoog. Kes kaitseb sisemist last“, Tallinn, Prof Sergei Strekalov 24 h
2014, 23.-26.10	„Hääledialoog. Teadvuse saladused ja tutvumine alaisiksustega“, Tallinn, Prof. Sergei Strekalov, 24 h
2014, 05.-06.05	„Mänguterapeutilised tehnikad ärevusega toimetulekuks ja enesehinnangu tõstmiseks“, OÜ Annely Sootsi Koolitus, koolitaja Emma Moat, 25 h
2013, 24.-25.08	„Metafoorkaartide kasutamine erialaseks tööks ja individuaalseks arenguks“, OÜ Avalin, koolitaja Moritz Egetmeyer, 18 h
2011, 23.-24.10	„Savi ja liiv mänguterapeutilise vahendina“, Annely Sootsi Koolitus, lektor Emma Moat 30 h (1,2 EAP)
2011, 22.-24.08	„Aspergeri sündroomiga nooretele sotsiaalsete oskuste õpetamine mänguterapeutiliste tehnikate abil“, Annely Sootsi Koolitus, Lektorid: Emma Moat, David Moat, 40 h (1,54 EAP)
2011, 09.-12.04	„Mänguterapeutilised tehnikad vihaga toimetulekul“, Annely Sootsi Koolitus, Lektor: Emma Moat, 52 h (2 EAP)
2010, 22.-24.10	„Hüperaktiivsus ja mänguterapia“, Annely Sootsi Koolitus, Lektor: Emma Moat , 40 h (1 AP)
2010, 13.-14.09	„Psühhoterapeutilised lähenemised autismi ravi koostisosana“, Annely Sootsi Koolitus, ETTA. Lektor: David Moat 32 h (0,8 AP)
2009, 16.03 – 20.06	„Mänguterapeutiline lähenemine lastega tegelemisele“ Annely Sootsi Koolitus. Lektorid: Emma Baxter, Jure Biechonski, Eiko Kuusik, Ofra Ayalon 120 h (3 AP)

2009, 20.-22.veebr	„Regressiooniteraapia“, lektor Vitor J. Rodrigues (24 h)
2009, 16.veeb	„Kognitiivne paariteraapia“, Frank M. Dattilio (8h)
2008, 17. Sept	„Prescriptive Executive Coaching: A cognitive Behavioral Mode for Organizational Change.“ (8 h)
2008, juuli	„Viha, andestus ja rõõm“, SACH International (40 h)
2008, 03. märts	„Nahk, meie emotsioonide peegel“, Annely Sootsi Koolitus, lektor Jure Biechonski (8h)
2008, 25.-28. 02	„Valutu sünnitus“, Annely Sootsi Koolitus, lektor Jure Biechonski (1,5 AP)
2008, 10. veebruar	NLP baasoskuste treening. Center for Professional and Personal Evolution, treener Felber Tiberiu (24 h)
2007, 29.sept-07.okt	Vägivallatu suhtlemise edasijõudnute intensiivtreening Inglismaal. Treenerid Robert Gonzales, Susan Skye, Wes ja Towe Widstrand (72 h).
2007, 4 oktoober	Enesekehtestamise treeningu läbiviimine, SACH International (40h) (Qualified assertivness trainer)
2007, 4.september	Enesekehtestamine, SACH International (40h)
2007, 02.-04. mai	Nõustamisoskused, SACH International (25 h)
2007, 01.-04. aprill	Psühho-neuroimmunoloogia kursus, SACH International (40h)
2006	Transaktsionaalse hüpnoteraapia kursused (120 h)
2006, 25 sept – 3.okt	Vägivallatu suhtlemise edasijõudnute intensiivtreening Saksamaal, Lindaus, Linderhofis. Treenerid Robert Gonzales, Susan Skye, Wes Taylor ja Towe Widstrand (72 h)
2005, 27-30 okt	„Vägivallatu suhtlemise gruppide juhendamine“ Inglismaal, treenerid Gina Lawrie ja Bridget Belgrave (32h)
2004, 13.-15. august	“Vägivallatu suhtlemine”, treener Kay Rung, (40 t)Annely Sootsi Koolitus
2004, 05.-06. juuni	Konverents Soomes: “Vägivallatu suhtlemine ohvri-kurjategija vahelises mediatsioonis ja teistes konfliktsituatsioonides” (14t), Peatreener Marshall B. Roesnberg
2004, 22.-31. märts	Vägivallatu suhtlemise intensiivkursus Taanis, Treenerid Towe Widstrand ja Klaus Karstädt (72 h)
2004 jaan - mai	Pereteraapia sissejuhatav kursus (90 t), Eesti Pereteraapia Ühing
2003, 10.-19. juuni	“Vägivallatu suhtlemise intensiivkursus Rootsis, Treenerid Marshall.B. Rosenberg, Towe Widstrand ja Eva Rambala (72 h)
2003 nov	Kursus “Murdeea käitumis- ja psühholoogilised probleemid” (25 t), Annely Soosti Koolitus
2002 august	“Vägivallatu suhtlemine, elamine hetkes.” (25 t), Treenerid Liv Larssen ja Kay Rung
2001 märts	Kursus “Mõjutamisoskuste treening” (24 t), SELF II
2000 10.-14. aprill	“Warteggi joonistustest” sissejuhatav kursus (2AP), Tartu Ülikool
1998 jaanuar	Kursus “Murdealise nõustamine” (12 t), Annely Sootsi Koolituskeskus
1997 dets.	Kursus “Nõustamise teooriad ja tehnikad” (30 t), Annely Sootsi Koolituskeskus

Pedagoogika-alane täiendkoolitus

2007, 4 oktoober	Enesekehtestamise treeningu läbiviimine, SACH International (40h) (Qualified assertivness trainer)
2005, 27-30 okt	„Vägivallatu suhtlemise gruppide juhendamine” UK, treenerid Gina Lawrie ja Bridget Belgrave (32 h)
2003 – 2004	Andragoogika – täiskasvanute koolitaja täiendõpe (160 t), Tartu Rahvaülikool
2001	Töö gruppidega (240 h), sotsiaaltöö õpingute raames

Juhtimisalased täiendkoolitused

2008, 5-6. veebruar	Arenguevestluse läbiviimine, Annely Sootsi Koolitus (30 h, 0,75 AP)
---------------------	---

Lisa-täiendkoolitused

2007, 12.-13.veebruar	Esmaabi, Annely Sootsi Koolitus (30 h, 0,75 AP)
2005, 24. november	Konverents „Marginalisatsiooni riskiga eakate hooldus, soovitud ja juhised poliitikutele”, EGGA ja TÜ Sisekliinik (8h)
2004, 30.novembet	Konverents „Elukvaliteet vanemas eas”, EGGA ja TÜ Sisekliinik (8h)
2000	Kursus “Tugiisik vanurit kodus hooldavale perele “ (120 t), EGGA

TÕLGITUD PUBLIKATSIOONID

2014	„Aita“, Ofra Ayalon, TRANS- PERSONAL PROSPICE, tõlkija Sirli Kivisaar
2009	„Eakate terviseentsüklopeedia“, TEA kirjastus, tõlkijad Urmas Soots, Virgo Siil, A. Talvoja, Sirli Kivisaar.
2005	„Vägivallatu suhtlemine. Elu keel“, Marshall Rosenberg, Kirjastus Nebadon, tõlkija Sirli Kivisaar

PUBLIKATSIOONID

- Artikkel „Mis aitab stressiga toimetulekul?“, Sirli Kivisaar, Toitumisteraapia nr 18, Kevad 2016
- Artikkel „Soolestik dikteerib sinu heaolu“, Sirli Kivisaar, Tervis pluss, märts 2016
- Artikkel „Koduse kuumtöötlemise mõju toidule“, Sirli Kivisaar, Toitumisteraapia nr 17, detsember 2015
- Artikkel „Mis mõjutab kilpnääret?“, Sirli Kivisaar, Mari, august 2015
- Artikkel „Et nahk oleks terve, hoolitse oma soolestiku mikrofloora eest“, Toitumisteraapia nr 15, juuni 2015
- Artikkel „Naha tervis, stress ja eneseabi“, Sirli Kivisaar, Toitumisteraapia nr 15, juuni 2015
- Artikkel „Peavalule vastu teistmoodi!“, Sirli Kivisaar, Toitumisteraapia nr 14, märts 2015
- Artikkel „Uni aitab hoida vormi“, Sirli Kivisaar, Mari, aprill 2015
- Artikkel „Milliseid mineraalaineid eelistada?“, Sirli Kivisaar, Mari, november 2014

- Artikkel „Aita kaalulangusele kaasa mõttega!“, Sirli Kivisaar, Toitumisteraapia nr 12, september 2014
- Artikkel „Kadu liigkilodele“, Sirli Kivisaar, Mari, august 2014
- Artikkel „Vesi- keha eluallikas“, Sirli Kivisaar, Mari, juuli 2014
- Artikkel „Reumatoidartriit ja toitumine“, Sirli Kivisaar, Toitumisteraapia nr 11, juuni 2014
- Artikkel „Pähklid ei tee paksuks“, Sirli Kivisaar, Mari, veebruar 2014
- Artikkel „Unetuse vastu ravimiteta“, Sirli Kivisaar, Toitumisteraapia nr 8, september 2013
- Artikkel „Epilepsia ja toitumisravi“, Sirli Kivisaar, Toitumisteraapia nr 7, juuni 2013
- Artikkel „Kiitmise pahupool“, Sirli Kivisaar, Psühholoogia Sinule, 06/2013
- Artikkel „Ensüümid, elu võti“, Sirli Kivisaar, Annely Soots; Toitumisteraapia nr 6, märts 2013
- Artikkel „Kirge kütvad toiduained“, Sirli Kivisaar, Psühholoogia Sinule, 02/2013
- Artikkel „Toiduga depressiooni vastu“, Sirli Kivisaar, Toitumisteraapia Nr 5 detsember 2012
- Raamat „Epilepsia ja toitumisravi“, Sirli Kivisaar, OÜ Via Naturale, Tartu 2012
- Artikkel „Õige toit teeb tuju heaks“, Sirli Kivisaar, Psühholoogia Sinule, 11/2012
- Artikkel „Tervislikud rasvad“ Sirli Kivisaar, Eesti Naine, november 2012
- Artikkel „Lõõgastusega kõrge vererõhu vastu“, Toitumisteraapia nr 4 september 2012
- Artikkel „Hoia toit ja tunded lahus“, Sirli Kivisaar, Toitumisteraapia nr 3 juuni 2012
- Artikkel „Mänguga viha vastu“, Sirli Kivisaar, Märka Last, kevad 2012
- Artiklid „Piim – jumalate poolt loodud täiuslik vedelik“ ja „Piimatoodete tarbimise varjupool“, Sirli Kivisaar, Toitumisteraapia Nr 2 Märts 2012
- Artikkel: „Söö oma liigesed terveks“, Sirli Kivisaar, Maalehe lisa Targu Talita Nr 6, 9.02.2012
- Artikkel: „Kuidas muuta luud võimalikult tugevaks?“, Sirli Kivisaar, Maalehe lisa Targu Talita, 19.11.2011
- Artikkel: „Tervistav toit vanemas eas“, Sirli Kivisaar, Tervisetõhter 09/2011 lk 72-75
- Artikkel: „Kaal tuleb emotsioonidest“, Sirli Kivisaar; Psühholoogia Sinule 09/2011 lk 47-49
- Trükis: „Tervisliku toitumise juhised“. Eesti Toitumisteraapia Assotsiatsioon 2010, Annely Soots, Sirli Kivisaar, Tiiu Vihalemm, Sille Poola, Helle Müller, Anne Rääm, Urmas Soots, 1. Aprill 2010.
- Artikkel: „Söö ennast haigustest vabaks“, Sirli Kivisaar; Naistelehe Dieedilisa, 19. Veebruar 2010
- Artikkel: „Peolauas kõike natuke“, Sirli Kivisaar; Nasitelehe Jõululisa, 4 detsember 2009
- Peatükk: „Sügava ja raske puudega laste ja noorte mitteformaalsete hooldajate marginaliseerumine.“, Sirli Kivisaar ; „Sotsiaaltöö-teemaliste üliõpilasuuringute kogumik IV“, Tartu 2007.

- Artikkel: „Soovitused eakate tõrjutuse vähendamiseks Euroopas.”, Annely Soots, Sirli Kivisaar, Maarika Tisler, Kai Saks, Helgi Kolk, Kristina Oja; Ajakiri Sotsiaaltöö 1/2006
- Artikkel: “Tervishoiu- ja hoolekandesüsteemi koostöö vajalikkus.”, Kristina Oja, Kai Saks, Sirli Kivisaar, Eesti Õde, Juuni 2004
- Artikkel: “Eakate marginaliseerumine”, Kai Saks, Sirli Kivisaar; ajaleht “Elukaar” 5/2004
- Kogumik: “Marginaliseerumise riski vähendamine eakatel: pensionisüsteem, tervishoiuteenused, sotsiaalteenused. Olukorra kirjeldus Eestis 2003 a.” Kai Saks, Krsitan Oja, Sirli Kivisaar; Tartu Ülikooli Sisekliinik, Tartu 2004
- Artikkel “Eakatele pakutavad sotsiaalteenused ja nende kättesaadavus Eestis”, Sirli Kivisaar, Kai Saks, Kristina Oja; Ajakiri Sotsiaaltöö 1/2004
- Artikkel “Eakate marginaliseerumine ja selle põhjused”, Sirli Kivisaar, Kai Saks, Kristina Oja; Ajakiri Sotsiaaltöö 6/2003

ÜHINGUTESSE KUULUVUS

2008 -	MTÜ Eesti Toitumisteraapia Assotsiatsiooni asutajaliige, juhatuse aseesimees
2011-2012	The American Association of Nutritional Consultants liige nr 11 K575245
2007-2008	MTÜ Eesti Refleksoloogia Assotsiatsiooni juhatuse esimees, asutajaliige
2005 - 2008	MTÜ Stelior-Eesti juhatuse aseesimees, asutajaliige
2003 - 2008	MTÜ Eesti Gerontoloogia ja Geriaatria Assotsiatsiooni liige

KEELED

Eesti keel	emakeel
Inglise keel	väga hea keeles ja kirjas
Vene keel	rahuldav keeles
Saksa keel	rahuldav keeles

31.03.2016