

Curriculum Vitae Europass

Informazioni personali

Cognome / Nome

Indirizzo(i)

Telefono(i)

E-mail

Cittadinanza

Data di nascita

Sesso

CF

Partita IVA

Sintesi delle attività professionali

PITUELLO VITTORIA


ESPERIENZA TEATRALE

L'esperienza teatrale mi ha fatto comprendere come l'arte teatrale sia un mezzo potentissimo se hai da dire qualcosa che ti sta davvero a cuore, qualcosa che necessariamente deve scaturire da una profonda esigenza di dire e di dare.

ESPERIENZA YOGICA

L'esperienza della pratica dello yoga mi ha insegnato dapprima a prendere coscienza di come la conoscenza su me stessa era subordinata alla limitatezza dei sensi e del pensiero. La pratica dello yoga e di zazen (meditazione sul vuoto) mi insegna giorno dopo giorno a conoscere me stessa in realtà andando oltre la limitatezza e la dualità dei sensi e del pensiero. La sperimentazione vera, affrancata dallo scopo dell'agire, va a scardinare il radicato meccanismo del fare qualcosa per un obiettivo, uno scopo, un risultato...

In questa pratica non vi è nulla da cercare, nessuna felicità, nessuna illuminazione; non cerchi nulla ma un giorno, giorno dopo giorno, accade qualcosa. Lo spazio tra un pensiero e un altro pensiero lentamente si va dilatando e così, quando è il momento giusto un frammento di consapevolezza accade:

Un giorno Madhy stava andando al lavoro. Passa dal panettiere a prendere una brioche e si avvia verso la metropolitana. Fu un attimo... un attimo in cui la sua attenzione si fermò su quell'unico passo..., fu come se camminasse per la prima volta, come se camminasse veramente... o forse, era la Verità che camminava e Madhy si era semplicemente fermata ad ascoltare. Rimase un po' così..... Poi, lo stesso giorno, in uno di quei giorni di grazia, frammento di consapevolezza, arrivò in ufficio. Doveva spedire un fax. Con la mano sinistra, con la stessa inconsapevolezza che l'aveva accompagnata una vita, infilò il foglio nell'apposita fessura e schiacciò il tasto avvio. Sorprese la sua mano destra accarezzare lo spigolo di quella macchina di plastica e anche lì, come per quel passo di poche ore prima ... il tatto! Toccava come se toccasse per la prima volta o forse era la Verità che toccava e Madhy diveniva spettatore... Rimase di nuovo... così... senza riuscire a spiegarsi cosa stesse accadendo.

Poi, sul finire di quella giornata in cui la primavera era ormai alle porte, quando Madhy lasciò tutte le sue domande e non volle più dare spiegazioni a quel che le stava accadendo, ecco che in quello stesso giorno la Vita risponde precisa. Così Madhy esce dall'ufficio e si avvia verso la metropolitana con un passo più quieto del solito... quando, una voce di bimbo chiama: "Papà?". Nuovamente Madhy si ferma e lentamente si volta verso quella voce di bimbo che, stratonando la bianca camicia del padre, nuovamente chiama: "Papà? ... papà guarda , la Luna!".

Lo stupore di ritrovare la straordinarietà nell'ordinarietà.

CRIC82100Q - A7BD8C9 - REGISTRO PROTOCOLLO - 10/10/2022 - IV.5 - E

Date	2019/2020
Titolo progetto	Corso di yoga
Principali attività e responsabilità	Corso di yoga per adulti
Nome e indirizzo in cui si svolge l'attività	YOGASPACE - STUDIO YOGA DINAMICO Via Cavalcabò 11, Cremona
Tipo di attività o settore	Istruttore Yoga
Date	2017/2020
Titolo progetto	Corso di yoga per bambini
Principali attività e responsabilità	Corso di yoga nella scuola dell'infanzia con bambini di tre, quattro e cinque anni. I bambini rispondono con entusiasmo e divertimento ad uno yoga proposto come gioco, attraverso il quale riescono a relazionare col proprio corpo e respiro. Impariamo insieme a stare nel momento presente. I bambini sono Maestri.
Nome e indirizzo in cui si svolge l'attività	Scuola dell'infanzia Immacolata Coop Il Cortile, via Francesco d'Assisi 1/C Cremona
Tipo di attività o settore	Gioca Yoga
Date	2016
Titolo progetto	Corso di yoga
Principali attività e responsabilità	Insegnamento dello yoga, nei suoi molteplici aspetti e pratiche: asana, pranayama, meditazione, yoga nidra, qi gong
Nome e indirizzo in cui si svolge l'attività	Costa Sant'Abramo, Comune di Castelverde (CR); c/o Scuola Materna Via Azzali, 5
Tipo di attività o settore	Istruzione e pratiche yogiche
Date	2016/2020
Titolo progetto	Corso di yoga per bambini
Principali attività e responsabilità	Corso di yoga nelle classi dalla prima alla quinta della scuola elementare. I bambini rispondono con entusiasmo ad uno yoga proposto come gioco, attraverso il quale riescono a relazionare col proprio corpo e respiro
Nome e indirizzo in cui si svolge l'attività	Scuola primaria statale "Boschetto", via Boschetto 142 Cremona
Tipo di attività o settore	Istruzione e pratiche yogiche
Date	2016/2017
Titolo progetto	Corso di yoga
Principali attività e responsabilità	Insegnamento dello yoga, nei suoi molteplici aspetti e pratiche: asana, pranayama, meditazione, yoga nidra, qi gong
Nome e indirizzo in cui si svolge l'attività	Comune di Castelverde (CR); c/o palestra comunale via Buonarroti – Castelverde (CR)
Tipo di attività o settore	Istruzione e pratiche yogiche
Date	2015-2020
Titolo progetto	Corso di yoga
Principali attività e responsabilità	Insegnamento dello yoga, nei suoi molteplici aspetti e pratiche: asana, pranayama, meditazione, yoga nidra, qi gong
Nome e indirizzo in cui si svolge l'attività	Comune di Soresina (CR); c/o U.S. ACLI FITBALL CENTER via Antice, 43
Tipo di attività o settore	Istruzione e pratiche yogiche

CRIC82100Q - A7BD8C9 - REGISTRO PROTOCOLLO - 10/10/2022 - IV.5 - E

Date 2014-2020

Titolo progetto Corso di yoga

Principali attività e responsabilità Insegnamento dello yoga, nei suoi molteplici aspetti e pratiche: asana, pranayama, meditazione, yoga nidra, qi gong

Nome e indirizzo in cui si svolge l'attività Comune di Casalbuttano (CR); c/o DANCENTER di Anna Maria Soldi, via XXIV Maggio 5/A

Tipo di attività o settore Istruzione e pratiche yogiche

Date 2014-2020

Titolo progetto Yoga per i ragazzi della terza età

Principali attività e responsabilità Insegnamento e pratica dello yoga pensato appositamente per un'utenza di età avanzata. Attività svolta nel centro del AUP del Boschetto

Nome e indirizzo del datore di lavoro AUP – Associazione Unità Pensionati, via Isidoro Bianchi, 2 26100 Cremona

Tipo di attività o settore Istruzione e pratiche yogiche

Date 2006-2010

Titolo progetto Studio legale - Collaborazione con assunzione presso lo studio Avv.ti Clara, Paolini, Ghisalberti

Principali attività e responsabilità Segretaria con mansioni anche in tribunale

Nome e indirizzo in cui si svolge l'attività Studio Avv.ti Clara, Paolini, Ghisalberti - Milano

Tipo di attività o settore Studio legale

ISTRUZIONE E FORMAZIONE
TITOLO DI STUDIO

TITOLI DI STUDIO

Date 1992

Titolo della qualifica rilasciata Diploma in scenografia

Principali tematiche/competenze professionali possedute Tesi: Parsifal alla ricerca del Graal – Richard Wagner

Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione Accademia Belle Arti di Brera a Milano

Livello nella classificazione 109/110

Date 1986

Titolo della qualifica rilasciata Diploma di liceo. Diploma di istruzione secondaria superiore ad indirizzo artistico

Principali tematiche/competenze professionali possedute Abilità nel disegno artistico e nella conoscenza della storia dell'arte

Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione Spazio Hajech, Liceo artistico nella ex sede distaccata di p.zza XXV Aprile - Milano

Livello nella classificazione

44/60

ISTRUZIONE E FORMAZIONE
CORSI DI FORMAZIONE

CORSI FORMATIVI

Date 2017

Titolo della qualifica rilasciata

Corso formazione insegnanti yoga per bambini ove mi è stato rilasciato relativo diploma atto all'insegnamento della suddetta disciplina.

Titolo della qualifica rilasciata

Corso formazione insegnanti yoga ove mi è stato rilasciato relativo diploma atto all'insegnamento della suddetta disciplina e tesserino CSEN riconosciuto dal CONI.

Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione

Yoga Planet via Donelli, 13 Padulle (Sala bolognese) Bologna

Livello nella classificazione

Diploma di idoneità all'insegnamento dello yoga. Qualifica di istruttore Yoga

Date 2012

Titolo della qualifica rilasciata

Childplay – by Gurudass Kaur Khalsa - Master yoga per bambini con l'istruttrice americana Gurudass Kaur Khalsa ove mi è stato rilasciato attestato di partecipazione al master

Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione

Funakoshi Club – Piazzale Nizza, 5 - Milano.

Livello nella classificazione

Attestato di partecipazione

ISTRUZIONE E FORMAZIONE
FORMAZIONE CONTINUA

FORMAZIONE CONTINUA

Principali materie di aggiornamento professionale relativi all'insegnamento dello yoga

- Istruttore yoga qualificato riconosciuto CSEN
- Istruttore yoga bambini riconosciuto CSEN
- Workshop di Yoga ormonale - sequenze secondo Dinah Rodrigues ideatrice della yogaterapia ormonale – Il corso intensivo di yoga ormonale è stato condotto da Carla Marchi, allieva diretta di Dinah Rodrigues, Presidentessa dell'Associazione: "La Fenice – Cremona (2015)
- Corso Reiki di 1° livello. Sono stata attivata dal Master Reiki Damiano Vanini diplomato alla Scuola Free Reiki (2014)
- Accompagnamento e approfondimento delle pratiche di yoga – pranayama – zazen (meditazione sul vuoto), tai chi e qi gong dal Maestro Orazio Ferrari a Cremona, svolte quotidianamente per un periodo di oltre quattro anni (2009-2012).
- Ho iniziato la pratica dello yoga con insegnante qualificato Ivano Obelleri – corso di hatayoga e pranayama frequentato per quattro anni per tre ore alla settimana. c/o Centro Arte Medica via Belgirate, 15 - Milano (2007-2010)

Iscrizione ad associazioni di carattere tecnico e professionale

tesserino CSEN – Centro Sportivo Educativo Nazionale - qualifica di istruttore di yoga, riconosciuto dal CONI rilasciato il 03/09/2014, in corso di validità.

CAPACITÀ E COMPETENZE PERSONALI

Madrelingua(e)

Italiano

Altra(e) lingua(e)

Autovalutazione

Livello europeo (*)

Francese

Comprensione				Parlato				Scritto	
Ascolto		Lettura		Interazione orale		Produzione orale			
B 1	intermedio	B 1	intermedio	A 2	elementare	A 2	elementare	A 2	elementare

(*) Quadro comune europeo di riferimento per le lingue

Capacità e competenze sociali e relazionali	Grazie all'esperienza yogica ho sviluppato ascolto e attenzione che si rivela ascolto verso gli altri. Ho sviluppato così capacità di relazione soprattutto con i bambini e gli anziani.
Capacità e competenze informatiche	Conoscenza del sistema operativo Windows e dei pacchetti Microsoft Office e Open Office
Capacità e competenze artistiche	Scrittura
Patente	Tipo B

Il sottoscritto Vittoria Pituello dichiara che le informazioni riportate nel presente Curriculum Vitae sono esatte e veritiere. Dichiara infine di essere informato che codesta P.A. può utilizzare i dati contenuti nel presente curriculum nell'ambito e per i fini propri della P.A. stessa (Legge 31.12.1996, n. 675) e che autorizzo al trattamento dei dati personali.

23 aprile 2019

In fede

Vittoria Pituello

CRIC82100Q - A7BD8C9 - REGISTRO PROTOCOLLO - 0009892 - 10/10/2022 - IV.5 - E