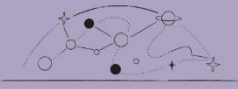


INFORMAZIONI PERSONALI

Cecilia Corti

Odaka Yoga Teacher500 RYT
Zen Warrior Teacher
Trauma Informed
Yoga Kids**Planetarista**Astrofila
Divulgatrice scientifica
Ingegnere

Estratto CV come da *art. 10 comma f)* - *Avviso pubblico per affidamento incarico ad esperti esterni Progetto "Scrittura Creativa Zen" del 13 novembre 2024*
Istituto Comprensivo Statale "Alessandro Volta" – Mandello del Lario

ESPERIENZA PROFESSIONALE

2021 ad oggi

Insegnante YOGA 500 RYT (CSEN) - ODAKA

Trauma informed – Kids – Prenatal – Zen Warrior

- Pratiche di **yoga**, consapevolezza del respiro e introduzione alla meditazione presso - Odaka Yoga Lecco
- Palestra Èsport – Essere Sportivo (Lecco Palataurus, Pontevecchio e Cesana Brianza), dove insegno anche Fitness musicale e diverse discipline.

2016 ad oggi

PLANETARIO di LECCO (LC)

- Planetarista / Conferenziere / Divulgatrice**, anche per scuole di tutti gli ordini (già dal 2012)
- Gestione attività**; organizzazione eventi

dal 2007 ad oggi

- Ingegnere** senior per perizie in ambito assicurativo con specializzazione in rilievo e valutazione danni in fabbricati industriali, civili, storici – sinistri gravi;
Fino al 2016 supporto per la preparazione di corsi e lezioni tenuti dal titolare (Master universitari e corsi di aggiornamento professionali)

FORMAZIONE

Yoga / Benessere

Odaka Yoga Teachers RYT 500 diploma Odaka Yoga accreditato a livello internazionale da Yoga Alliance, CSEN (affiliato CONI) e Albo Internazionale Insegnanti Odaka

Moduli secondo livello: **Prenatal - Kids - Trauma Informed** - Disturbi Alimentari - Art of Teaching - Art of Adjustment - Pranayama Flow - Anatomia funzionale - Fascia Flow - Thera Band

Odaka Zen Warrior

Istruttore di Fitness Musicale diploma CSEN

Ginnastica Dolce – Geriatrica – Terza età

Life Skills

Mental Coach – Team Coach CSEN nell'ambito delle prerogative di cui alla Legge n 4/2013

Master in Life Skill Master universitario Cineas, presso il Politecnico di Milano

Corso Gestire il conflitto Corso POK (Polimi Open Knowledge)

ISTRUZIONE

Esame di stato Conseguimento dell'abilitazione della **professione di ingegnere civile** e ambientale a seguito del superamento dell'esame di stato presso il Politecnico di Milano.

Laurea Specialistica in Ingegneria Edile-Architettura (magistrale) - Politecnico di Milano

Diploma di Liceo – Maturità classica (5 anni) - Liceo classico A. Manzoni di Lecco

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre

Altre Lingue - Inglese

Italiano

COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
Ottimo	Ottimo	Discreto	Discreto	Discreto

- Elevate capacità di ascolto e di empatia e spiccate capacità di relazione con target di qualsiasi livello acquisite nel corso degli anni in ambito lavorativo (come insegnante Yoga e come ingegnere in ambito di sinistri anche ad elevato impatto emotivo per gli interessati), di volontariato (presso il Planetario), universitario e nell'ambito di diversi viaggi all'estero (viaggi studio, stage o viaggi formativi).

- Elevate capacità di comunicazione e di divulgazione acquisite in diversi ambiti (lezioni / docenze a partire dalle scuole materne sino a corsi universitari e corsi professionali, conferenze didattiche per ogni target presso il civico Planetario di Lecco).
- Attitudine al cambiamento e problem solving finalizzato al raggiungimento della cooperazione e degli obiettivi.
- Spiccate capacità organizzative e di coordinamento.
- Spiccate capacità nella gestione / autogestione dei problemi e nell'ottimizzazione di tempistiche e risorse, anche in autonomia, acquisite in ambito lavorativo, professionale, universitario, oltre che nella sfera personale; anche sotto pressione.
- Spiccate capacità di organizzazione di gruppi di lavoro e di motivazione.

Nell'ambito dell'attività di divulgatrice / planetarista

- Attività didattica specifica (in particolare per scuole materne, elementari e famiglie)
- Divulgazione scientifica astronomica e classica.

Nell'ambito dell'attività di insegnante di Yoga / benessere

- Pratiche / Workshop di Yoga di gruppo o singole personalizzate (anche in inglese).
- Pratiche / Workshop di meditazione e consapevolezza / camminata consapevole / respirazione / zen warrior.
- Fitness musicale
- Ricerca di un'attività fisica efficace, che aiuti le persone a migliorare la propria condizione fisica o postura, proponendo allenamenti o attività dedicate.

Target - tutte le età: bambini, ragazzi, adulti, anziani

Software: Livello di conoscenza elevato: Microsoft Office (Word, Excel, Power Point, Project, Access), Open Office (Writer e Calc)

Automunita

Patente tipo B