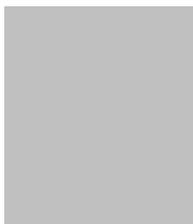


INFORMAZIONI PERSONALI



OCCUPAZIONE

Insegnante di yoga, specializzata nell'insegnamento a bambini e adolescenti

ESPERIENZA PROFESSIONALE

Anno scolastico 2022/2023

Sostituire con il lavoro o posizione ricoperta

Sostituire con nome e località del datore di lavoro (se rilevante, indirizzo completo e indirizzo sito web)

- Scuola dell'infanzia Barzio, 10 incontri per 2 gruppi
- Scuola primaria, Cassina Baltriva, 10 incontri per 5 classi
- Scuola dell'infanzia Cassina Baltriva, 10 incontri per 2 gruppi
- Scuola dell'infanzia Cassina Baltriva, 10 incontri per 2 gruppi
- Scuola dell'infanzia Cassina Valsassina, 10 incontri per 2 gruppi

- Scuola primaria Esino Lario, 10 incontri per 2 multiclasse
- Scuola dell'infanzia Maggio di cremeno, 10 incontri
- Servizio doposcuola scuole secondarie, comune di ballabio, per coop sineresi, 8 incontri
- Scuola dell'infanzia di Barzio, 30 incontri

Anno scolastico 2020/2021

- Scuola dell'infanzia monastero, Mandello, 30 incontri
- Scuola dell'infanzia di Barzio, 30 incontri
- Scuola primaria, potenziata, Bellano, 10 incontri per 5 alunni
- Scuola secondaria di Lierna, 5 incontri per 3 classi
- Scuola primaria Bellano, 10 incontri classe seconda

Anno scolastico 2019/2020

- Scuola primaria Esino Lario, 10 incontri per 2 multiclassi
- Scuola dell'infanzia di Mandello, monastero, 30 incontri
- Scuola materna Valgrehentino, 10 incontri per 3 gruppi
- Scuola primaria Vestreno, 10 incontri per 2 multiclassi
- Scuola dell'infanzia Colico, piano, 30 incontri
- Cres scuole secondarie, per coop sineresi, 8 incontri
- Scuola dell'infanzia Olginate, Garlate, 30 incontri

Anno scolastico 2017/2018

- Servizio dopo scuola, comune di Mandello per coop. Sineresi 8 incontri
- Scuola dell'infanzia Esino lario, 10 incontri
- Scuola dell'infanzia Valgrehentino, 10 incontri

Anno scolastico 2016/2017

- Scuola primaria, itinerante, pisa
- Scuola primaria, marti, 5 incontri per 3 classi
- Scuola dell'infanzia Valgrehentino, 5 incontri

Dal 2016

- corsi annuali (settembre-giugno) di yoga con bambini e adolescenti .
Incontri pomeridiani a cadenza settimanale

Collaborazioni/presso:

ballet school, Lecco
totem studio, Colico associazione AKASHA ,Lecco
Spazio Margherita, Lecco
Family, Mandello
Moves, palestra al femminile, Lecco
"Surya Chandra" Primaluna
Iudoteca creativa "La Piazza dei Bambini" Lecco

Insegnante di Hatha yoga e meditazione, Ananda ashram,
Milano 250 ore certificate yoga alliance e coni (giugno 2019)

e

-yoga for special needs, aiyb, 2019

-Ambasciatrice ACCESIBLE YOGA (dicembre 2017)

Metodologia attraverso la quale lo yoga è accessibile a tutti,
anche a persone svantaggiate, portatori di handicap e
disabilità

-Tecnico della meditazione per bambini e adolescenti,

metodo "isonomato) (maggio 2017) Metodoo
condiviso dalla Dott. Genova

- DIPLOMA DI INSEGNANTE DI YOGA PER BAMBINI E ADOLESCENTI
(Agosto 2016)

Master AIYB (associazione italiana yoga per bambini)
riconosciuta dal CNSE (comitato nazionale sport educativo)

Con la tesi : "La Ricetta del BenEssere: Yoga e alimentazione
consapevole nella scuola" Esposta e discussa anche durante
il convegno nazionale di Aiyb, novembre 2016

-INSEGNANTE di YOGA PER BAMBINI (ottobre 2014)

Seminario , 36 ore "Danzare Colori e Mandala" Associazione
Yoga cristallo (Bg) ▪ Metodologie le attraverso quali
progettare e attuare lezioni di yoga per bambini

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre italiano

Altre lingue

	COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
inglese	A2	A2	B1	B1	A2

Competenze comunicative

- possiedo buone competenze comunicative

Competenze organizzative e gestionali

- buone, sperimentate come responsabile di un team di 10 persone

Competenze professionali

Formatrice per insegnanti di yoga (100 ore, riconosciute cnse)

Competenza digitale

AUTOVALUTAZIONE				
Elaborazione delle informazioni	Comunicazione	Creazione di Contenuti	Sicurezza	Risoluzione di problemi
Intermedie	intermedie	intermedie	base	base

Altre competenze

Outdoor education

Patente di guida

B automunita

ULTERIORI INFORMAZIONI

Pubblicazioni

Il gioco dell'happyga ,

è un gioco di gruppo, che ho ideato e autoprodotta, in cui, dopo aver creato un arcobaleno con le carte presenti, si percorre fisicamente; e man mano si scoprono e sperimentano asana (posizioni) yoga. nel febbraio 2018, è stato prodotto e messo in commercio dalla casa editrice " fabbrica dei segni ", acquistabile anche on line

Presentazioni

Presentato negli eventi:

- movimento e benessere, edizione 2021-2022, comune di Primaluna

- festival "armonia della valle" edizione 2021, ediz 2022
- festival" respiro della valle" sagra delle sagre 2020
 - febbraio 2019 YEAH. Festival del libro per ragazzi.Bellano
 - maggio 2018 "yoga festival bimbi" Milano
- agosto 2018, rete di impresa montagne del lago di lecco, crandola
- aprile 2018/ 2018/2017/ 2016 "Giocolandia, Fiera per Bambini" Osnago,LC
- giugno2017 "festa dello Sport" coni, Barzio
- febbraio 2019/2018/ 2017 "Festival del Benessere" Lecco
- luglio 2016 "due giorni per sconfiggere la malattia", raccolta fondi, Introbio
- giugno2016 "Il respiro della Valle, festival olistico", barzio,LC
- settembre 2015 "tutta un'altra scuola" Festival di Terranuova, Prato

Corsi
Certificazioni

Disostruzione pedatrica
Primo soccorso

Dati personali

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali".