

**DOTTRESSA
BARBARA CAMILLI**



DATI PERSONALI

Dottressa Barbara CAMILLI, psicologa psicanalista ricercatrice, counsellor, floriterapeuta, esperta nel linguaggio psicosomatico e sinestesico verbo-visivo, animatrice olistica operatrice del benessere psico fisico ed emozionale, Presidente dell'Associazione Psicologia Utile. Ideatrice del Metodo CAM e di Nutriziopoli.

ESPERIENZE PROFESSIONALI

Segue l'elenco delle mie esperienze professionali:

- Colloqui clinici a favore di coppie, genitori e figli
- Colloqui di consulenza psicologica preventiva a individui, coppie e gruppi familiari
- Responsabile della salute e HR per Gustamibistrò
- Consulenze psicologiche a insegnanti di vari ordini didattici
- C.T.U del Tribunale di Novara
- Coordinatrice Pedagogica del Nido Il Grillo Parlante
- Assistenza psicologica in ambiente lavorativo, anche per il reinserimento di soggetti in difficoltà psicologica e/o fisica
- Recupero psico didattico di adolescenti con svantaggi psicofisico ed emozionale
- Lezioni di carattere teorico a gruppi di operatori del settore educativo, su temi relativi al trattamento delle psicosi in età infantile, adolescenziale e adulta
- Direzione, organizzazione e gestione di progetti di prevenzione e di educazione alla salute.
- Attività di relatrice e conduttrice di gruppi nell'ambito di corsi di aggiornamento, seminari, corsi di formazione rivolti ad insegnanti, genitori, catechiste, educatori, operatori nel campo dell'assistenza all'handicap, operatori socio-sanitari e socio-assistenziali
- Attività di Personal Coaching e Trainer motivazionale per imprenditori, dipendenti e liberi professionisti
- Ideatrice, creatrice e conduttrice del progetto FITNESS MENTALE secondo il Programma CAM, per imprenditori, dipendenti e liberi professionisti, realizzato alla Biomek Sanitas, Novara
- Ideatrice, creatrice e conduttrice del progetto PERCORSO DI ARMONIZZAZIONE Psico Corporeo ed Emozionale, secondo il Programma CAM, realizzato alla Biomek Sanitas, Novara
- Docente, Formatrice e Trainer motivazionale per www.osservatoriopermanentedelleutilita.it
- Socia e Formatrice per SIPSIVI (Società Italiana Sicurezza Viaria) Torino
- Collaboratrice del Comitato saggi e ideatrice di progetti per l'Associazione Tu Sei mio figlio onlus, Galliate Novara
- Partnership con ISR Istituto Storico della Resistenza Novara dal 2013 in corso
- Partnership avviata nel 2013 con Cariparma, sportello di Novara, Direttore Giuliano De Marchi.
- Partnership avviata nel 2013 con Est Sesia irrigazione.
- Partnership avviata nel 2013 con Confartigianato.
- Partnership avviata nel 2013 con Edizioni Tecniche Nuove Milano.
- Collaboratrice, ideatrice e organizzatrice delle attività presso la Fata Birichina, Novara
- Collaboratrice, ideatrice e organizzatrice con Annalisa Benna degli incontri presso "Il nido della cicogna" rivolto ai genitori, alle mamme in attesa e ai bambini, Novara
- Animatrice olistica e operatrice psicologa del benessere presso Villaggi Valtur, Pianeta Viaggi, Agriturismi.

Attività svolta a favore delle seguenti persone e strutture:

- Attualmente come libera professionista in ambito privato mi occupo di corsi di comunicazione efficace, di gestione dei conflitti, di armonizzazione psico-corporea ed emozionale attraverso il programma CAM (Corpo, Anima, Mente) da me ideato.
- Responsabile H.R e consulente della salute per GustaMI Bistro srl, Milano dal 2015 in corso
- Ideazione e realizzazione del Festival Internazionale Cerealia XI° Edizione in partenariato con la Dottoressa Paola Sarcina direttore dell'Associazione culturale M.Th.I del Festival di collaborazione con Istituto Bonfantini di Novara e la partecipazione dell'ITIOmar, Istituto Comprensivo Rita Levi Montalcini, IPSA Ravizza. Finalizzato a educare e prevenire i corretti stili di vita. anno 2021/2022
- Ideazione e realizzazione del Festival Internazionale Cerealia XII° Edizione in partenariato con la Dottoressa Paola Sarcina direttore dell'Associazione culturale M.Th.I del Festival di collaborazione con Istituto Bonfantini di Novara e la partecipazione dell'ITIOmar, Istituto Comprensivo Rita Levi Montalcini, Istituto Comprensivo San Pietro Mosezzo, IPSA Ravizza. Finalizzato a educare e prevenire i corretti stili di vita anno 2022/2023
- Spazio di ascolto presso Istituto Comprensivo Margherita Hack di Novara dal 2016 al 2019 e 2020/2023.
- Ideazione e realizzazione del Percorso Nutriziopolis presso le scuole di Novara, Milano e provincia, in collaborazione con ISRN dal 2015.
- Realizzazione di percorsi formativi volti al Benessere presso Sarpom S.r.l Exxonmobil Italia anno 2017/2018 e 2018/2019
- Supervisore per gli operatori delle strutture presso Cooperativa Frutteto di Novara dal 2016 in corso
- Ideazione e realizzazione percorso di prevenzione Salute presso Liceo Casorati di Novara anno 2018/2019, 2021/2023
- Ideazione e realizzazione in collaborazione con la Professoressa G. Colla, di una pagina sul sito della Consulta studentesca della Provincia di Novara per la gestione e prevenzione dei disagi emotivi legati all'ansia da Covid, anno 2019/2020
- Spazio di ascolto per allievi, insegnanti e genitori presso il Liceo F. Casorati di Novara. Anno scolastico 2020/2023
- Collaborazione con la Scuola in Ospedale presso il reparto di Pediatria, Ospedale Maggiore della Carità a Novara dal 2015 in corso
- Realizzazione di Giornate del benessere presso Biomek Sanitas, Novara.
- Realizzazione di Percorsi di prevenzione e Armonizzazione psico-corporea ed emozionale, presso la scuola Istituto Comprensivo Rita Levi Montalcini 2018/2023
- Consulenze presso Erboristeria Il Sempreverde, Novara
- Corso sulla Comunicazione Efficace per tutto il personale (autisti, verificatori, controllori) della SUN s.p.a. Trasporti pubblici di Novara 2013 2014
- Corso sulla Comunicazione Efficace e Gestione dell'Emozioni, anno 2013 per le soci del nido Ciucciolandia, Novara.
- Spazio di ascolto per i genitori e gli operatori del Nido Ciucciolandia anno 2013/2014
- Corso sulla Comunicazione Efficace e Gestione dell'Emozioni, anno 2013, per le dipendenti del Nido Il Grillo Parlante.
- Lezioni presso Istituto ITIS di Borgomanero su Cittadinanza e Costituzione. Progetto di Storia Contemporanea 2013/2014. intervento realizzato in collaborazione con l'Istituto Storico della Resistenza Novara.
- Ciclo di due conferenze sul progetto **'E-venti di parità - Rete contro le discriminazioni in Piemonte'** presso le scuole superiori Bonfantini e Bellini di Novara, anno 2013/2014, in collaborazione con Associazione Almaterra, Re .Te ong, Archivio delle Donne in Piemonte e Istituto Storico della Resistenza Novara
- Per l'Istituto del Vergante, scuola elementare di Nebbiuno e la materna di Meina, realizzazione del Progetto "La salute un bene prezioso da coltivare" anno scolastico 2012 2013.
- Due edizioni del Corso sui disturbi specifici dell'Apprendimento "IO sento diverso", Sede Scuola Primaria Dante Alighieri di Borgomanero, Novembre 2012, Gennaio 2013.
- Corso sulla gestione dell'Ansia Paura e Rabbia per i Parrucchieri e Centri estetici, Presso la Sede della Confindustria Novara, Giugno 2013.
- Presentazione dell'attività formativa e di corsi presso la Confindustria di Borgosesia, Domodossola, Vercelli, Verbania, Novara , 2013
- Relatrice al Convegno "Dove vai così di fretta", Auditorium Liceo Scientifico di Borgomanero, Marzo 2013.
- Relatrice alla Tavola Rotonda presso il Bonfantini di Novara dal titolo "Star bene con se stessi, star bene con gli altri" Febbraio 2013, tra gli ospiti William Salice Presidente di Color Your Life
- Realizzazione del Corso denominato "OPTANA" presso i Licei Ferrari di Borgosesia, destinatari i docenti e i dipendenti del servizio amministrazione, Marzo Maggio 2012
- Corso di Gestione dell'ansia, rabbia e paura presso il Laboratorio dei Compiti a Novara, 2012.
- Percorsi Alimentari e di Benessere, presso il Comune di Cameri patrocinante l'evento, un ciclo di tre incontri aperto a tutta la cittadinanza. Il progetto ha previsto la somministrazione di un questionario i cui risultati tabulati sono stati oggetto di un articolo. Attività svolta presso la sala Polivalente del comune di Cameri Febbraio 2012
- Conferenze sul gioco fiaba animato e presentazione del libro "Il mondo di Bagigio" nell'ambito dell'Attività Nati per Leggere", in biblioteche come Galliate, Novara, Cameri, Dairago, Gravelona toce, al Piccolo Coccia a Novara, in librerie come la Lazzarelli, Voltapagina, la Mondadori a Rivoli e

- Vicenza, presso i nidi Bolle di Sapone a Torino, Il Grillo Parlante, il negozio Babybloom e Ri ci clò e il Ristorante Very Vintage a Novara.
- Collaborazione, consulenza e realizzazione di progetti, per adulti genitori e bambini, presso La fata Birichina, Novara
- Consulente psicologa con attivazione dello spazio di ascolto presso la scuola "Convitto Nazionale Carlo Alberto" di Novara per le scuole elementari e medie a favore degli allievi, i genitori, del corpo docente, e ausiliario scolastico. Anno 2002/2006
- **Laboratori/incontri a conferenza** realizzati presso il Liceo di Borgomanero e sul territorio (Comuni di Maggiora, Cuggiono, Gozzano, Briga, Gattico, Grignasco), riguardanti i temi del lavoro e della legalità, in merito al progetto "Cittadinanza attiva e identità: Tavolo Accordo Programma Quadro APQ" anno 2010
- Conduzione di un gruppo in qualità di psicologa al "I Corso di Autodifesa Personale" FIJLKAM (Federazione Italiana Judo Lotta Karatè Arti Marziali) insieme a maestri esperti di arti marziali, anno 2010 Novara. Attività svolta anche dal 2011 al 2013
- Incontri di riflessione sull'Orientamento "Io e la scuola superiore" rivolto alle classi III° su richiesta dell'Istituto Comprensivo "F. Tadini" di Cameri, NO, Dicembre 2002
- Progetto di prevenzione esteso alle classi II° della scuola Media "F. Tadini" di Cameri, anno 2003. Progetto che ha portato alla realizzazione di un video, insieme alla creazione e pubblicazione di poesie realizzate dai ragazzi Ideazione e realizzazione di interventi di gioco-fiaba animato nella scuola elementare di Orta San Giulio dall'anno scolastico 2003 al 2005
- Incontri di prevenzione nelle classi I e II medie e consulenza per i docenti nell'ambito del Progetto "Educazione alla Salute". Produzione finale di fiabe e poesie da parte dei ragazzi. Bellinzago Novarese, anno scolastico 2003/04 - 2004/2005
- Incontri di prevenzione nelle classi I e II della scuola media Convitto Nazionale "Carlo Alberto" e consulenza per i docenti su temi di vario genere. Anno scolastico dal 2003 al 2006, Novara
- Corso di Approfondimento per le maestre della scuola elementare "F. Tadini" Cameri, con attivazione di uno spazio di ascolto, dal titolo "Strumenti psicanalitici nella relazione docenti-alunni: strumenti per la prevenzione e il recupero del disagio psicologico in età infantile". Anno 2004
- Intervento di emergenza alla prevenzione sull'abuso sessuale per le classi IV° e V° e di Informazione/Formazione esteso al corpo insegnante della Direzione Didattica del III° Circolo a Novara, su richiesta e per conto dell'U.O.Pari Opportunità Politiche Giovanili della Provincia di Novara. Dicembre 2002 Febbraio 2003
- Incarico conferito dalla Provincia di Novara, nell'ambito del progetto "Perché i bambini non piangano al buio", realizzato nell'anno 2003. L'incarico ha riguardato interventi di prevenzione all'abuso rivolti alle scuole materne, elementari e medie, corsi per i genitori e corsi per gli insegnanti, con pubblicazione finale
- Realizzazione di un ciclo di Conferenze, nell'ambito dell'educazione alla salute, volte a informare e sensibilizzare i genitori sulle problematiche evolutive e adolescenziali per le Scuole Materne, Elementari e Medie di Suno, Fontaneto e Momo. Da Maggio a Giugno 2001
- Incontri di prevenzione in aula con gli alunni delle classi terze dell'Istituto Tecnico Statale per Geometri "P.L.Nervi" di Novara, dal titolo: "Salto oltre il vuoto" finalizzati a sensibilizzare i ragazzi sul problema del consumo delle nuove droghe. Aprile 2000
- Consulenze e realizzazione di incontri Informativi con spazio di ascolto a loro dedicato per genitori del baby parking "Children's School Home. Centro culturale di benessere" Novara. Anno 2003/2005
- Progettazione e realizzazione di un ciclo di incontri Informativi sulle tematiche dell'età evolutiva per genitori, educatori e catechiste della Parrocchia di Sant'Antonio a Novara, dal 2001 al 2006 è giunto alla V edizione. Con pubblicazione opuscolo divulgativo
- Progettazione e realizzazione di un ciclo di serate a scopo preventivo per conto della Commissione Sanità e Assistenza Sociale, del Consiglio Circonsociale Nord del Comune di Novara, esteso alla cittadinanza 2000/2005
- Lezioni presso la "Scuola di Psicanalisi della persona e della coppia" di Milano
- Formatrice per SIPSIVI ai seminari di approfondimento dal titolo: "Polizia Municipale ed Educazione Stradale: Formarsi per Formare". A Cuneo e Torino da Novembre 2001 a Gennaio 2002
- Partecipazione, per SIPSIVI, a riunioni con le insegnanti per il progetto di Educazione Stradale esteso a tutte le scuole del Comune di Vercelli nell'anno 2001
- Intervento di prevenzione, per SIPSIVI, al progetto "Educazione al rischio stradale e alla mobilità sostenibile" esteso alle scuole medie del Comune di Vercelli, anno 2001/2002
- Intervento di prevenzione, per SIPSIVI, al progetto "Ti Muovi: Mobilità Urbana autOnoma per gioVani e bambini" quale supporto alle scuole della Regione Piemonte anni 2008 – 2009 – 2010.
- Incontri di "Laboratorio di costruzione della fiaba" per bambini e genitori presso la Biblioteca Fra' Cristoforo di Milano nell'Ottobre 2000
- Esperienze Pratiche Guidate presso una Psicologa a Ivrea sulle problematiche infantili
- Esperienze Pratiche Guidate presso il GRUPPO ARCO, una comunità per tossicodipendenti a Torino
- Tirocinio in Psicologia Clinica presso il reparto di Psicologia Clinica all'Ospedale San Giuliano di Novara, con il tutoraggio della Dott.ssa Giuliana Ziliotto. Da Marzo 1999 a Marzo 2000
- Esperienza nella somministrazione, nella siglatura e nell'interpretazione dei principali test (MMPI, Rorschach, T.A.T, WAIS, test dell'albero, test della famiglia, test della figura umana,)
- Colloqui a pazienti ricoverati presso il reparto cardiologico dell'Unità Coronarica dell'Ospedale Maggiore di Novara

- Partecipazione a riunioni multidisciplinari con personale medico, tecnico e infermieristico del servizio di Dietologia e del reparto di Recupero e Rieducazione Funzionale dell'Azienda Ospedaliera Maggiore della Carità di Novara
- Supplenze presso le scuole materne del II° e V° Circolo della Direzione Didattica di Novara. Dal 1998 al 2001

ISTRUZIONE Diploma di Maturità Professionale per Assistenti per le Comunità Infantili, Novara

Laurea in "Psicologia Clinica e di Comunità" presso l'Ateneo di Torino, 23 Febbraio 1999

Diploma di Psicosomatista presso l'Aneb (Associazione Italiana Ecopsicologia e Olistismo) di Milano

Diploma di Counsellor presso lo IACP (Istituto dell'Approccio Centrato sulla Persona), Roma. L'Istituto dell'Approccio Centrato sulla Persona è Centro Collaboratore per l'Italia dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) per la promozione della salute nei luoghi di lavoro. 3/04/2007

Master University:

SPRIGIONA IL POTERE CHE E' IN TE Roma Settembre 2009

DATE WITH DESTINY Scottsdale (Arizona) 8-13 Dicembre 2009 **LIFE MASTERY** Scozia Novembre 2010

WEALTH MASTERY Scozia Novembre 2010.

OMEGA DEEP TRANCE HEALING Pesaro 2011

CHRISTALLIN CONNECTION Nesselwang 2012

European Certificate of Psychotherapy (ECP), Vienna

Diploma Nutraceutica Consultant, Padova, 3 Giugno 2021

Diploma di Naturopatia, Padova, 26 Giugno 2022

ISCRIZIONE ALL'ALBO DEGLI PSICOLOGI DELLA REGIONE PIEMONTE (LEGGE 56/1989)

In data 07/05/2001

N. 3010

CORSI E FORMAZIONE

- Analisi personale presso la Dott.ssa Eva Lucchesi Tagliabue della cooperativa sociale C.A.I.R.O.S.- Coordinamento Analisti Psicologi per l'Intervento e la Ricerca Operativa e Sociale-Milano, 1995-1997/2003-2004
- Supervisione presso il Centro Studi Psicanalisi della Famiglia, Dottori Bassi e Zamburlin, Milano
- Formazione presso CNM Italia, come Nutraceutical Consultant 2018/2019
- Seminari presso Solgar Italia Multinutrient dal 2017 al 2022
- Formazione psicanalitica presso il Centro Studi Psicanalisi della Famiglia AUXIMOS dal 1997 al 2003, Dott.ssa Angela Maria Dello Iacono, Milano
- Formazione al I°(Gennaio 1999) e II°(Marzo 2001) livello Reiki presso l'Associazione Reikitalia
- Corso sui Fiori di Bach (I° e II° livello) presso la Dott.ssa F. Settembrini di Novara
- Seminario clinico del Prof. Dale LARSON dell'IACP "La promozione della salute dell'operatore sanitario. Il caregiver: valori, risorse, stress", Varese, Giugno 2003
- Corso di formazione per AUSILIARI NELLE TESTIMONIANZE DEI MINORI, da Giugno 2004 a Ottobre 2004, presso il CISMAL, Milano, per un totale di 35 ore
- Corso su "Il metodo del Genogramma": l'utilizzo del grafico del genogramma, disegnato dal paziente, come test dello stato dell'arte e come strumento di valutazione del cambiamento in psicoterapia. Corso sul "Linguaggio Sinestesico Verbo-visivo. Restituzioni e metafore disegnate, presso EUKOS Milano 2005
- Corso Annuale di approfondimento e supervisione sull'uso clinico del Genogramma e del Linguaggio verbo-visivo, presso EUKOS, Milano 2006
- Corso Base sulla Nuova Medicina Germanica, Associazione ALBA, Rimini, 2008
- Corsi Integrativi sulla Nuova Medicina Germanica, Dott. Carini, Loreto, 2008
- Corso Valutazione del rischio stress lavoro-correlato: il metodo O.S.F.A., Torino 2009
- Firewalking, Corso intensivo "SPRIGIONA IL POTERE CHE C'E' IN TE" Anthony Robbins, Roma 2009.
- Stage Animazione Olistica Operatrice Benessere psicofisico emozionale, presso Artemide group, Milano 2009-12-05
- Aromatologia Completa di base, per FLORA, presso La nuova Terra, Villafranca, 2009
- Aromatologia Sottile, per FLORA, presso La nuova Terra, Villafranca, 2010
- Corso base "Corso Lis: sensibilizzazione. Linguaggio dei segni", Novara, 20 Luglio 2022

PUBBLICAZIONI

CoAutrice nella realizzazione e pubblicazione di un libro da parte della Provincia di Novara dal titolo "Ascolto, penso e con i colori parla il mio cuore", anno 2004

CoAutrice della raccolta di fiabe "Le Fiabe dell'Arcobaleno" depositata presso la SIAE ed in corso di pubblicazione

Autrice del volume "Uno, Due Gdè: il mondo di Bagigio" edizioni Astragalo.
Autrice del primo volume "Il mio nome è Bagigio" edizioni Lulù
Autrice "Quale forma di ascolto per il minore" edizioni Lulù
Autrice del volume " Gestire il bullismo si può.....sempre" edizioni Lulù
In corso di pubblicazione "Come gestirsi efficacemente nel lavoro", "MANUALI DEL BENESSERE" edizioni Astragalo
CoAutrice del libro "Cinque ricette per essere genitori ben cotti: guida golosa per amarsi con dolcezza" edizioni Lulù
CoAutrice del libro "....da quel giorno. Ho avuto sì...il dono di sbocciare ma nel momento in cui il fiore avrebbe dovuto affacciarsi alla vita.....non ha trovato posto..." edizioni Lulù
CoAutrice del libro "Dai precedenza alla vita" edizioni Lulù
Del libro "Nidi Violati" ho curato la prefazione e ideato la veste grafica della copertina.
Blogger per Tribuna Novarese rivolto agli adulti e adolescenti
Blogger per Tribuna Novarese sul personaggio Bagigio coordinato dalla dottoressa Anna Surace.
Stesura di articoli per il sito www.monster.it
Stesura di articoli per la rivista la rivista www.giornaleilmelo.it
Stesura di articoli per la rivista dedicata alla salute Edizioni tecniche Nuove, Milano
Stesura di articoli sulla psicologia del lavoro e delle relazioni interpersonali per la rivista di PSICANALISI DEL RAPPORTO DI COPPIA, Milano
Stesura di articoli per la rivista Medicina Naturale, Il Farmacista edizioni Tecniche Nuove, Milano.
Consulente online per il sito di pediatri www.mammaepapa.it
Ideatrice, autrice e responsabile del Giornalino "Il nido della cicogna" pubblicato per La Fata Birichina e Associazione Psicologia Utile
Partecipazione con abstract sul Programma CAM al IX Congresso di Psicologia della salute "La psicologia della salute tra ricerca e intervento nei servizi sociosanitari, nella comunità, nei luoghi di lavoro e nella scuola" -SIPSA- Bergamo 2010
Partecipazione con abstract sul Programma CAM al Workshop SIPSA a Spotorno 2011
Pubblicazione di un abstrat al IX° Convegno di Studio sull'Obesità – VIII° Corso Nazionale ADI
Ideatrice del format NUTRIZIOPOLI

CAPACITA' E COMPETENZE TECNICHE

Utilizzo del computer: sistema operativo Windows, pacchetto applicativo Office, Word, Excel, Publisher
Utilizzo del computer con i principali programmi di video scrittura Uso della posta elettronica, dello scanner, di internet
Gestione del sito www.psicologia-utile.it

CAPACITA' E COMPETENZE ARTISTICHE

Nell'ambito di interventi di animazione e gioco-fiaba, ideatrice e scrittrice di fiabe e racconti per bambini e per adulti.
Conduco laboratori ludico creativi di disegno, per l'utilizzo dei colori, del modellamento della creta e di altre materie; su "Come assaporare l'arte"; di linguaggio corporeo
Animatrice Olistica e Operatrice del Benessere
Gestisco la veste grafica ed i contenuti del sito www.psicologia-utile.it Pratico ginnastica artistica e stretching da ventitre anni
Pratico la meditazione da cinque anni
Corro quotidianamente e pratico il Rebirthing

CAPACITA' E COMPETENZE ORGANIZZATIVE

Esperienze di coordinamento di gruppi nell'ambito di corsi e seminari in Scuole, Comuni, Province, Parrocchie
Esperienza di gestione di gruppi di adolescenti
Direzione, organizzazione e gestione di gruppi di lavoro nell'ambito della realizzazione di progetti di prevenzione e/o di educazione alla salute
Per la Provincia di Novara ho diretto, coordinato ed eseguito il lavoro "Perché i bambini non piangono al buio", Legge 285, esteso su Novara e Provincia
In qualità di Presidente dell'Associazione coordino e gestisco i rapporti con gli aderenti collaboratori e con tutti gli enti pubblici e privati con cui lavoriamo.

In Fede



Dichiaro la insussistenza di condizioni ostative l'incarico

Con riferimento alla legge 675/96 e 13 del d.lg. 30 giugno 2003, n. 196, sulla tutela dei dati personali, autorizzo sin d'ora
l'utilizzo dei miei dati