



UMBERTO CANTO'

CURRICULUM VITAE



Data di nascita / 29/03/1975 Età / 49
Luogo di nascita / CHIETI (CH)
Cittadinanza / Italiana
VIA PO 115, 65129 PESCARA (PE)
Patente di guida / B / Automunito
ID / 103046425 aggiornato al 03/07/24

✉ umberto.canto@gmail.com
☎ 3473516237
🌐 www.umbertocanto.it
📞 <https://join.skype.com/invite/bgEXevcZwgPv>

SOCIAL NETWORK



CONOSCENZE LINGUISTICHE



	FRANCESE LIMITATA	A1	A1	A1	A1	A1
	INGLESE LIMITATA	A1	A1	A1	A1	A1

PROSPETTIVE FUTURE E LAVORO CERCATO

INTENZIONE PROSEGUIMENTO STUDI: **SI** / Master o corso di perfez. (anche estero)
SETTORE ECONOMICO: **1.** servizi ricreativi e culturali / **2.** sanità / **3.** servizi alle aziende/consulenza
AREA PROFESSIONALE: **1.** commerciale e vendite / **2.** risorse umane, formazione / **3.** organizzazione, pianificazione e controllo
PROVINCIA PREFERITA: **1. PESCARA**
DISPONIBILITÀ A TRASFERTE: **Sì, anche con trasferimenti di residenza**



ISTRUZIONE

CORSO DI FORMAZIONE 2022 - 2023



Università degli Studi di **TERAMO**
Facoltà: **Facoltà di Bioscienze e Tecnologie Agro-Alimentari e Ambientali**
Guide del Gusto Lento

Età al conseguimento del titolo: 48 | Durata ufficiale del corso di studi: 3 mesi
Data di conseguimento: 10/07/2023

CORSO DI FORMAZIONE 2021 - 2022



Università degli Studi 'G. d'Annunzio' di **CHIETI**
Facoltà: **Dipartimento di Medicina e Scienze dell'Invecchiamento**
Palestre della Salute - Professionista certificato di 1° Livello -

Età al conseguimento del titolo: 47 | Durata ufficiale del corso di studi: 1 mesi
Data di conseguimento: 12/04/2022

PERFEZIONAMENTO 2021 - 2022



Università degli Studi di **NAPOLI 'Federico II'**
Facoltà: **Facoltà di Medicina e Chirurgia - Dipartimento di Scienze Biomediche Avanzate -**
Prescrizione, progettazione ed esecuzione dell'attività fisica adattata nelle patologie croniche

Età al conseguimento del titolo: 46 | Durata ufficiale del corso di studi: 8 mesi
Data di conseguimento: 18/03/2022

MASTER I LIVELLO 2019 - 2021



Università Telematica **Niccolò Cusano UNICUSANO**
MASTER IN EDUCAZIONE AMBIENTALE E SVILUPPO SOSTENIBILE: UN NUOVO MODELLO PER LA SCUOLA

Titolo della tesi: **Alimentazione sostenibile e Attività Fisica sostenibile: un connubio indissolubile** | Relatore: Dott. Eleonora Festuccia
Età al conseguimento del titolo: 45 | Durata ufficiale del corso di studi: 1 anni
Votazione finale: **110/110**
Data di conseguimento: 17/03/2021

PERFEZIONAMENTO 2018 - 2019



Università degli Studi di **FIRENZE**
Facoltà: **Dipartimento di Scienze Biomediche Sperimentali e Cliniche 'Mario Serio'**
Scienza dell'alimentazione: nutrigenetica, nutrigenomica, nutraceutica, epigenetica

Età al conseguimento del titolo: 44 | Durata ufficiale del corso di studi: 1 mesi
Data di conseguimento: 06/04/2019

ALTA FORMAZIONE 2014 - 2015



Alma Mater Studiorum - Università di Bologna
Facoltà: **Alma Mater Studiorum - Università di Bologna**
Esperto nel miglioramento dello stile di vita

Età al conseguimento del titolo: 40 | Durata ufficiale del corso di studi: 6 mesi
Data di conseguimento: 24/10/2015

MASTER I LIVELLO 2013 - 2014



Università degli Studi di **URBINO 'Carlo BO'**
Master di 1° Livello in Counseling And Coaching Skills: Percorso Formativo ed Esperienziale di Comunicazione Efficace nei Contesti Professionali ed Organizzativi

Titolo della tesi: **Counseling Nutrizionale** | Relatore: Franco Nanetti
Età al conseguimento del titolo: 39 | Durata ufficiale del corso di studi: 1 anni

EQUIVALENTE I LIVELLO

2009 - 2012

REGNO UNITO

Votazione finale: **110/110**

Data di conseguimento: 30/05/2014

College of Naturopathic Medicine

Naturopath (ND)

Età al conseguimento del titolo: 37 | Durata ufficiale del corso di studi: 3 anni

Data di conseguimento: 18/12/2012

MASTER I LIVELLO

2009 - 2011



Università degli Studi di ROMA 'Tor Vergata'

Medicine Naturali

Titolo della tesi: Alimentazione Naturale nello Sport | Relatore: Loredana Cerroni

Età al conseguimento del titolo: 36 | Durata ufficiale del corso di studi: 2 anni

Votazione finale: **110 con lode**

Data di conseguimento: 30/09/2011

PERFEZIONAMENTO

2003 - 2004



Università degli Studi di PALERMO

Facoltà: Facoltà di Medicina e Chirurgia - Istituto di

Odontostomatologia

Posturologia ed Osteopatia

Età al conseguimento del titolo: 28 | Durata ufficiale del corso di studi: 8 mesi

Data di conseguimento: 20/03/2004

LAUREA

1999 - 2003

TITOLO CERTIFICATO



Università degli Studi 'G. d'Annunzio' di CHIETI

Facoltà di Medicina e Chirurgia

DIETISTICA

indirizzo: professioni sanitarie

SNT/3 - Classe delle lauree in professioni sanitarie tecniche

Titolo della tesi: VALUTAZIONE DELLA COMPOSIZIONE CORPOREA NELLA PRATICA SPORTIVA: FOOD INTAKE E SUPPLEMENTAZIONE | Relatore: D'ORAZIO NICOLANTONIO

Età al conseguimento del titolo: 27 | Durata ufficiale del corso di studi: 3 anni

Votazione finale: **110/110 con lode**

Data di conseguimento: 04/03/2003

DIPLOMA VECCHIO ORDINAMENTO

1994 - 1998



Università degli Studi dell'AQUILA

Istituto Superiore di Educazione Fisica

Diploma universitario in educazione fisica

Titolo della tesi: Spettroscopia nel vicino infrarosso: una metodica non invasiva per misurare l'ossigenazione del muscolo a riposo e durante esercizio | Materia: Biologia | Relatore: Rossella Cardigno Colonna

Età al conseguimento del titolo: 22 | Durata ufficiale del corso di studi: 3 anni

Votazione finale: **110/110 con lode**

Data di conseguimento: 20/03/1998

MATURITÀ TECNICA

1994

Tecnico Commerciale

Voto Diploma: **46/60**

Tipo Diploma: **diploma italiano**

Tipo Scuola: **statale**



ESPERIENZE DI LAVORO/STAGE

TUTOR DI FORMAZIONE UNIVERSITARIO per Tirocinio Master in Scienze Sensoriali (SSASC)

A.S.D. EQUILIBRA A.P.S.

Istruzione, formazione, ricerca e sviluppo

Principali attività e responsabilità: TUTOR DI FORMAZIONE

UNIVERSITARIO per Tirocinio Master in Scienze Sensoriali per un'alimentazione sana e consapevole (SSASC) - Dipartimento di Scienze Agrarie, Alimentari e Agro-ambientali dell' Università di Pisa sotto l'egida del Centro di Ricerca Nutraceutica e Alimentazione per la Salute Nutrafood

Attività di volontariato/associazionismo

(PE)
03/2024 - OGGI

**TUTOR DI FORMAZIONE
UNIVERSITARIO per
Tirocinio Università
Scienze Motorie di Chieti**
**A.S.D. EQUILIBRA A.P.S.
E.T.S.**

*Istruzione, formazione,
ricerca e sviluppo*

(PE)
10/2023 - OGGI

**Docente Supplente di
Educazione Motoria**
**ISTITUTO COMPRENSIVO
I.C. PESCARA 5**

*Istruzione, formazione,
ricerca e sviluppo*

(PE)
09/2023 - OGGI

**Responsabile Orti Slow
Food a Scuola**
SLOW FOOD ITALIA

*Istruzione, formazione,
ricerca e sviluppo*

(PE)
06/2022 - OGGI

DIETISTA E CHINESIOLOGO
**A.S.D. EQUILIBRA A.P.S.
E.T.S.**

Servizi
PESCARA (PE)
10/2020 - OGGI

**Responsabile Slow Food
Educazione**
SLOW FOOD PESCARA

(PE)
06/2016 - OGGI

**Giudice Sensoriale per
Concorso Interregionale
AIBES Abruzzo Molise e
Marche**
**ASSOCIAZIONE ITALIANA
BARMEN E SOSTENITORI
(AIBES)**

(PE)
04/2024 - 04/2024

**Docente Supplente di
Educazione Motoria**
**ISTITUTO COMPRENSIVO
I.C. PESCARA 10**

*Istruzione, formazione,
ricerca e sviluppo*

(PE)
09/2022 - 06/2023

**TUTOR DI FORMAZIONE
UNIVERSITARIO per
Tirocinio Università
Scienze Motorie di Chieti**
**A.S.D. EQUILIBRA A.P.S.
E.T.S.**

*Istruzione, formazione,
ricerca e sviluppo*

(PE)
10/2022 - 05/2023

Principali attività e responsabilità: TUTOR DI FORMAZIONE
UNIVERSITARIO per Tirocinio Università di Scienze Motorie di
Chieti (II Anno del Corso di Laurea Magistrale in Scienze Adattative
e Preventive)

Attività di volontariato/associazionismo

Principali attività e responsabilità: Maestro Educazione Fisica Scuola
Elementare (Classi quarte e quinte)

Principali attività e responsabilità: Responsabile Orti Slow Food a
Scuola presso I.C. Pescara 1 e I.C. Pescara 10

Attività di volontariato/associazionismo | Area aziendale:
organizzazione, pianificazione e controllo

Principali attività e responsabilità: DIETISTA, ISTRUTTORE DI
FITNESS E GINNASTICA POSTURALE E PERSONAL TRAINER
Attività svolta come: collaboratore coordinato e continuativo

Principali attività e responsabilità: Responsabile Educazione
Attività di volontariato/associazionismo

Principali attività e responsabilità: Giudice Sensoriale per Concorso
Regionale - Sezione Abruzzo Molise -

8 Aprile 2024 (16:00 - 18:00)

Attività di volontariato/associazionismo

Principali attività e responsabilità: Maestro Educazione Fisica Scuola
Elementare (Classi quinte)

Principali attività e responsabilità: TUTOR DI FORMAZIONE
UNIVERSITARIO per Tirocinio Università di Scienze Motorie di
Chieti (II Anno del Corso di Laurea Magistrale in Scienze Adattative
e Preventive)

Attività di volontariato/associazionismo

Docente supplente di Scienze Motorie
ISTITUTO MAGISTRALE LICEO 'G. MARCONI'

Istruzione, formazione, ricerca e sviluppo
(PE)
10/2021 - 06/2022

Principali attività e responsabilità: Docente di Scienze Motorie e Potenziamento

Docente supplente di Scienze Motorie
SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO 'B. CROCE'

Istruzione, formazione, ricerca e sviluppo
(PE)
09/2021 - 06/2022

Principali attività e responsabilità: Docente di Scienze Motorie

TUTOR DI FORMAZIONE UNIVERSITARIO per Tirocinio Università Scienze Motorie di Chieti
A.P.S. EQUILIBRA

Istruzione, formazione, ricerca e sviluppo
(PE)
10/2021 - 05/2022

Principali attività e responsabilità: TUTOR DI FORMAZIONE UNIVERSITARIO per Tirocinio Università di Scienze Motorie di Chieti (II Anno del Corso di Laurea Magistrale in Scienze Adattative e Preventive)
Attività di volontariato/associazionismo

Docente supplente di Scienze Motorie
LICEO STATALE GUGLIELMO MARCONI

Istruzione, formazione, ricerca e sviluppo
PESCARA (PE)
10/2020 - 06/2021

Principali attività e responsabilità: Docente Scienze Motorie

DIETISTA, ISTRUTTORE DI FITNESS E GINNASTICA POSTURALE E PERSONAL TRAINER
A.P.S. MEDICAL NATURAL HEALTH

PESCARA (PE)
09/2012 - 10/2020

Principali attività e responsabilità: DIETISTA, ISTRUTTORE DI FITNESS E GINNASTICA POSTURALE E PERSONAL TRAINER

DIETISTA
STUDIO MEDICO

Servizi
PESCARA (PE)
09/2006 - 10/2020

Principali attività e responsabilità: Dietista
Competenze e obiettivi raggiunti: Competenze nell'ambito dell'alimentazione naturale, dell'alimentazione dello sportivo e dell'educazione terapeutica finalizzata all'autogestione della malattia
Attività svolta come: libero professionista

Docente supplente di Scienze Motorie
SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO 'U. FOSCOLO'

Istruzione, formazione, ricerca e sviluppo
PESCARA (PE)
09/2019 - 06/2020

Principali attività e responsabilità: Docente di Scienze Motorie

TUTOR DI FORMAZIONE UNIVERSITARIO per Tirocinio Università Scienze Motorie di Chieti
CENTRO DI RIABILITAZIONE COGNITIVA PER DEMENZE DA ALZHEIMER

Principali attività e responsabilità: TUTOR DI FORMAZIONE UNIVERSITARIO per Tirocinio Università di Scienze Motorie di Chieti (II Anno del Corso di Laurea Magistrale in Scienze Adattative e Preventive)
Attività di volontariato/associazionismo

*Istruzione, formazione,
ricerca e sviluppo*
SAN VALENTINO IN
ABRUZZO CITERIORE (PE)
09/2018 - 05/2019

Dietista
FRANCAVILLA CALCIO
(PE)
08/2017 - 09/2017

Principali attività e responsabilità: DIETISTA
Attività svolta come: libero professionista

Dietista
FOGGIA CALCIO SRL
Alimentare
(FG)
07/2016 - 10/2016

Principali attività e responsabilità: Servizio di Consulenza
Dietologica
Attività svolta come: libero professionista

**DIETISTA, ISTRUTTORE DI
FITNESS E GINNASTICA
POSTURALE E PERSONAL
TRAINER**
PALESTRA ZENIT
Servizi
MONTESILVANO (PE)
09/2004 - 09/2012

Principali attività e responsabilità: DIETISTA, ISTRUTTORE DI
FITNESS E GINNASTICA POSTURALE E PERSONAL TRAINER
Competenze e obiettivi raggiunti: Competenze nell'ambito
dell'alimentazione naturale, dell'alimentazione dello sportivo e
dell'educazione terapeutica finalizzata all'autogestione della
malattia
Attività svolta come: stagista/tirocinante

**DIETISTA, ISTRUTTORE DI
FITNESS E GINNASTICA
POSTURALE E PERSONAL
TRAINER**
PALESTRA METROPOLITAN
Servizi
SAMBUCETO (CH)
09/2004 - 09/2012

Principali attività e responsabilità: DIETISTA, ISTRUTTORE DI
FITNESS E GINNASTICA POSTURALE E PERSONAL TRAINER
Competenze e obiettivi raggiunti: Competenze nell'ambito
dell'alimentazione naturale, dell'alimentazione dello sportivo e
dell'educazione terapeutica finalizzata all'autogestione della
malattia
Attività svolta come: stagista/tirocinante

**DIETISTA, ISTRUTTORE DI
FITNESS E GINNASTICA
POSTURALE E PERSONAL
TRAINER**
PALESTRA VALLE ANZUCA
Servizi
FRANCAVILLA (CH)
09/2004 - 09/2012

Principali attività e responsabilità: DIETISTA, ISTRUTTORE DI
FITNESS E GINNASTICA POSTURALE E PERSONAL TRAINER
Competenze e obiettivi raggiunti: Competenze nell'ambito
dell'alimentazione naturale, dell'alimentazione dello sportivo e
dell'educazione terapeutica finalizzata all'autogestione della
malattia
Attività svolta come: stagista/tirocinante

Dietista
PALESTRA GENZIANA
Servizi
PESCARA (PE)
09/2009 - 09/2011

Principali attività e responsabilità: Dietista
Competenze e obiettivi raggiunti: Competenze nell'ambito
dell'alimentazione naturale, dell'alimentazione dello sportivo e
dell'educazione terapeutica finalizzata all'autogestione della
malattia
Attività svolta come: stagista/tirocinante

**TUTOR DI FORMAZIONE per
Corsi di Attività Motoria
nella Scuola Primaria
CONI ABRUZZO**
*Istruzione, formazione,
ricerca e sviluppo*
(PE)
09/2006 - 09/2011

Principali attività e responsabilità: TUTOR DI FORMAZIONE e
Consulenza tecnico/sportiva per Corsi di Attività Motoria nella
Scuola Primaria e nell'anno 2010/2011 e incarico di Responsabile
di un Progetto Corso di Attività Motoria presso 2° Circolo di
Francavilla al Mare (CH)
Assunto come: stagista/tirocinante - consulenza/collaborazione

**FORMATORE REGIONALE
TECHNOGYM (TRAINER ON
SITE) e PERSONAL
TRAINER TECHNOGYM**
TECHNOGYM
*Istruzione, formazione,
ricerca e sviluppo*
GAMBETTOLA (FC)
06/2008 - 06/2011

Principali attività e responsabilità: Formatore Technogym Regione
Abruzzo e Personal Trainer Technogym
Assunto come: lavorante a domicilio p/c imprese -
consulenza/collaborazione

DIETISTA
COSMEG S.R.L. (AZIENDA
DI RISTORAZIONE
SCOLASTICA)

Servizi
FRANCAVILLA (CH)
09/2008 - 09/2010

Principali attività e responsabilità: Dietista
Competenze e obiettivi raggiunti: Progettare, realizzare e valutare interventi dietetico- nutrizionali per la ristorazione collettiva, volti al raggiungimento della qualità totale del pasto, sotto gli aspetti della sicurezza igienico- sanitaria, della qualità nutrizionale, e delle caratteristiche organolettiche e di comfort (elaborazione del piano di autocontrollo, di capitolati per derrate alimentari, ecc.)
Attività svolta come: stagista/tirocinante | Area aziendale: customer service

Dietista
PALESTRA FISICO IDEA

Servizi
MONTESILVANO (PE)
09/2008 - 09/2010

Principali attività e responsabilità: Dietista
Competenze e obiettivi raggiunti: Competenze nell'ambito dell'alimentazione naturale, dell'alimentazione dello sportivo e dell'educazione terapeutica finalizzata all'autogestione della malattia
Attività svolta come: stagista/tirocinante

TUTOR DI FORMAZIONE per
'I Campus dello Sport'
Luglio e Agosto in
movimento ...
CONI ABRUZZO

Istruzione, formazione,
ricerca e sviluppo
(PE)
08/2009 - 08/2009

Principali attività e responsabilità: TUTOR DI FORMAZIONE e Esperto in Attività Motoria e Sportiva presso Campus dello Sport a Formia con i ragazzi terremotati dell'Aquila
Assunto come: stagista/tirocinante - consulenza/collaborazione

TUTOR DI FORMAZIONE
UNIVERSITARIO per
Tirocinio Università di
Scienze Motorie
dell'Aquila
CENTRO BENESSERE
VASTO

Istruzione, formazione,
ricerca e sviluppo
VASTO (CH)
01/2004 - 06/2004

Principali attività e responsabilità: TUTOR DI FORMAZIONE UNIVERSITARIO per Tirocinio Università di Scienze Motorie dell'Aquila

DIETISTA, ISTRUTTORE DI
FITNESS E GINNASTICA
POSTURALE E PERSONAL
TRAINER
CENTRO BENESSERE
VASTO

Servizi
VASTO (CH)
01/2003 - 06/2004

Principali attività e responsabilità: DIETISTA, ISTRUTTORE DI FITNESS E GINNASTICA POSTURALE E PERSONAL TRAINER
Assunto come: stagista/tirocinante - a tempo determinato

COMMESSO
DECATHLON SAN GIOVANNI
TEATINO

SAN GIOVANNI TEATINO (CH)
03/2001 - 12/2002

Principali attività e responsabilità: COMMESSO
Assunto come: stagista/tirocinante - a tempo determinato

ISTRUTTORE FITNESS
PALESTRA METROPOLITAN

Servizi
SAMBUCETO (CH)
03/2001 - 12/2002

Principali attività e responsabilità: ISTRUTTORE FITNESS
Attività svolta come: stagista/tirocinante

Tirocinio Curriculare
OSPEDALE CLINICIZZATO DI
CHIETI

CHIETI (CH)
09/1999 - 09/2002

Principali attività e responsabilità: TIROCINIO SVOLTO NELLA MENSA DELL'OSPEDALE CON PERSONALE SPECIALIZZATO
Assunto come: stagista/tirocinante - tirocinio durante gli studi

ISTRUTTORE DI FITNESS
PALESTRA SPAZIO LIBERO

Servizi
MONTESILVANO (PE)
09/2000 - 02/2001

Principali attività e responsabilità: ISTRUTTORE FITNESS ED ESTETICA
Attività svolta come: stagista/tirocinante

Attualmente lavora: Sì
Attività di volontariato: Sì
Lavoro durante gli studi: Sì



ALTRE ATTIVITÀ DI FORMAZIONE

2024	Corso I Livello Assaggiatori di Formaggi Organizzazione Nazionale Assaggiatori Formaggi (ONAF) Durata: 3 mesi
2024	Corso per Assaggiatori di Oli di Oliva Vergini con rilascio dell'attestato di idoneità fisiologica UNAPROL - Consorzio Olivicolo Italiano Durata: 2 mesi
2024	Diploma di Accademico corrispondente International Academy of Sensory Analysis (IASA) Gli Accademici corrispondenti sono le persone fisiche singole che intendono avvicinarsi all'analisi sensoriale o hanno iniziato a operare nel settore
2024	FOOD TO ACTION ACADEMY 2024 SLOW FOOD ITALIA Incontri di formazione online gratuiti per i soci Slow Food - Sessione primaverile (Marzo- Maggio) Durata: 3 mesi
2023	Formazione Specialistica FOOD TO ACTION SLOW FOOD ITALIA Formazione Specialistica Food to Action presso Bologna Fiera - 25/26 Febbraio 2023 -
2023	'BLS-D ESECUTORE' di rianimazione cardipolmonare e defibrillazione - età adulta ASL PESCARA-SUEM 118
2023	FOOD TO ACTION ACADEMY 2023 SLOW FOOD ITALIA Incontri di formazione online gratuiti per i soci Slow Food - Cibo e Salute (Marzo- Aprile) Durata: 1 mesi
2023	FOOD TO ACTION ACADEMY 2023 SLOW FOOD ITALIA Incontri di formazione online gratuiti per i soci Slow Food - Mediterraneo (Aprile-Maggio) Durata: 1 mesi
2023	Corso in Materia di Sicurezza del Lavoro per Lavoratori Centro di Formazione 'Sicurezza sul lavoro DUEGI' Formazione Specifica - Durata 8 ore - Attività a Rischio Medio - Macrosettore ATECO: 85.31.10
2023	FOOD TO ACTION ACADEMY 2023 SLOW FOOD ITALIA Incontri di formazione online gratuiti per i soci Slow Food - Lotta agli sprechi (Ottobre) Durata: 1 mesi
2023	Primo Livello: TECNICO ASSAGGIATORE Organizzazione Nazionale Assaggiatori Salumi (ONAS) Durata: 2 mesi

2023	<p>Assaggiatore di Pani Istituto Nazionale Assaggiatori Pani (INAP) Percorso completo e programmato per dare tutti gli elementi per avere competenze professionali per poter svolgere attività di Assaggiatore di Pani in seno ad un Panel riconosciuto INAP. Durata: 1 mesi</p>
2023	<p>FOOD TO ACTION ACADEMY 2023 SLOW FOOD ITALIA Incontri di formazione online gratuiti per i soci Slow Food - Terre alte e prati stabili (Novembre) Durata: 1 mesi</p>
2023	<p>FOOD TO ACTION ACADEMY 2023 SLOW FOOD ITALIA Incontri di formazione online gratuiti per i soci Slow Food - Oltre al buono e al pulito ... il giusto (Dicembre-Gennaio) Durata: 2 mesi</p>
2023	<p>Pizza e Focacce Red Academy Teoria e tecnica di lavorazione e lievitazione dell'impasto. Come realizzare i condimenti e imparare i segreti di cottura di pizze e focacce realizzate in casa.</p>
2022	<p>Corso Intensivo di Formazione PROGETTO GAIA Villaggio Globale Bagni di Lucca Programma Transdisciplinare di Educazione alla Consapevolezza e alla Salute Globale di Sé e del Pianeta. Creato e sviluppato dall'associazione di promozione sociale Villaggio Globale di Bagni di Lucca. Accreditato dal MIUR, Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca. Con il sostegno del Club per l'UNESCO di Lucca.</p>
2022	<p>SLOW FOOD IN AZIONE 2022 SLOW FOOD ITALIA Incontri di formazione online gratuiti per i soci Slow Food (Febbraio-Maggio) - Verso la Nuova Educazione Permanente Slow Food Educa - Durata: 4 mesi</p>
2022	<p>SLOW FOOD IN AZIONE 2022 SLOW FOOD ITALIA Incontri di formazione online gratuiti per i soci Slow Food (Ottobre-Dicembre) - Verso la Nuova Educazione Permanente Slow Food Educa - Durata: 3 mesi</p>
2022	<p>Corso FORMAGGI FONDAZIONE ITALIANA SOMMELIER (FIS) Corso sul formaggio e il suo corretto abbinamento con il vino Durata: 3 mesi</p>
2022	<p>ABC della Cucina Red Academy Corso di Cucina per principianti Durata: 1 mesi</p>
2022	<p>FUNCTIONAL AGING SPECIALIST Functional Aging Institute (FAI)</p>
CORSO DI FORMAZIONE 2020	<p>BLSD - PBLSD e manovre di disostruzione - Cardiopathos Sanità in Formazione</p>
2018	<p>Master of Food - MIELE - Slow Food Pescara Percorso di Educazione alimentare e del gusto di Slow Food Italia Durata: 1 mesi</p>
2017	<p>Master of Food - FORMAGGIO - Slow Food Pescara Percorso di Educazione alimentare e del gusto di Slow Food Italia</p>

	Durata: 1 mesi
2017	Corso di Mindfulness Based Teacher and Student (MBTS) - Mindfulness per gli insegnanti Centro Italiano Studi Mindfulness - Mondo Mindful S.r.l. - Durata: 3 mesi
CORSO DI FORMAZIONE 2017	CORSO ESECUTORE BLS (Adulto e Pediatrico) CPSalute Attestato di Esecutore BLS American Heart Association (Tesserino abilitativo internazionale)
CORSO DI FORMAZIONE 2016	Corso di Formazione in PNEI 'PsicoNeuroEndocrinImmunologia' SIMAISS
2016	Corso di Mindfulness Based Stress Reduction (MBSR) Abruzzo Mindfulness Durata: 2 mesi
2016	Master of Food - OLIO - Slow Food Pescara Percorso di Educazione alimentare e del gusto di Slow Food Italia Durata: 1 mesi
2015	Real Way of Life da PNEI a Neuroscienze: affrontare le resistenze al cambiamento e la psicosomatica Real Way of Life Abilitazione ad usare il metodo 5 Keys To Change di Real Way of Life
2015	Master of Food - BIRRA - Slow Food Pescara Percorso di Educazione alimentare e del gusto di Slow Food Italia Durata: 1 mesi
2012	Corso di I Livello 'Il Massaggio Sportivo' Scuola dello Sport Coni Durata: 6 mesi
2012	Corso Base di 'Elasto-Taping' Scuola dello Sport Coni Durata: 3 mesi
2012	PSYCH-K Basic Workshop Carlo Cannistraro D.O. Psych-k è un metodo semplice, non invasivo, estremamente rispettoso ed efficace, per riprogrammare le credenze limitanti o sabotanti -radicate nella mente subconscia- alla base delle nostre azioni. Sostituendole con credenze facilitanti, potenzianti e in linea con i nostri obiettivi di vita.
2011 - 2013	Sommelier Associazione Italiana Sommelier Corso sul Vino di AIS di conoscenza e approfondimento sul mondo del vino, articolato in tre livelli, con un totale di 45 lezioni. Durata: 12 mesi
2008 - 2009	Esperto in Attività Motoria e Sportiva per Scuola dell'Infanzia Scuola dello Sport Coni Abruzzo Durata: 12 mesi
2005	Esperto in Attività Motoria e Sportiva per la Scuola Elementare Scuola dello Sport Coni Abruzzo Durata: 3 mesi
2000	Corso di Primo Soccorso MISERICORDIE D'ITALIA Chieti Durata: 6 mesi
1999	CORSI DI SPECIALIZZAZIONE FORMAZIONE PROFESSIONALE CORSO TECNICO DI FORMAZIONE PROFESSIONALE TECHNOGYM METHOD;

CORSO TECNICO DI FORMAZIONE PROFESSIONALE TECHNOGYM SYSTEM - TRAINER 3.0 -;
 CORSO TECNICO DI FORMAZIONE PROFESSIONALE TECHNOGYM SYSTEM - TRAINER 4.0 -;
 CORSO DI FORMAZIONE PER PERSONAL TRAINER FITNESS FIRST;
 CONVENTION ISSA (INTERNATIONAL SPORT SCIENCES ASSOCIATION) 1999, 2000, 2001;
 CORSO DI PUSH POWER CON FEDERAZIONE ITALIANA FITNESS;
 MASTER IN BIOGINNASTICA CON FEDERAZIONE ITALIANA FITNESS;
 MASTER IN PILATES CON FEDERAZIONE ITALIANA FITNESS;
 MASTER IN TRAINING AUTOGENO CON FEDERAZIONE ITALIANA FITNESS;
 MASTER IN POSTURAL GYM CON FEDERAZIONE ITALIANA FITNESS;
 MASTER IN BACK SCHOOL CON FEDERAZIONE ITALIANA FITNESS;
 2 MEETING NAZIONALE 'PERSONAL TRAINER: UNA PROFESSIONE PER IL DOMANI' DELLA FEDERAZIONE ITALIANA FITNESS;
 CONVEGNO 'CUORE E SPORT' DELLA FEDERAZIONE MEDICO SPORTIVA ITALIANA; CONVEGNO 'ATTIVITA' FISICA E PREVENZIONE CARDIO VASCOLARE;
 CORSO TRX-FTC FUNCTIONAL TRAINING COURSE



COMPETENZE INFORMATICHE

OFFICE AUTOMATION

Elaborazione testi: (Avanzato) | **Fogli elettronici:** (Intermedio) | **Suite da ufficio:** (Avanzato) | **Web Browser:** (Avanzato)

SOFTWARE APPLICATIVI

Utilizzo software CAD: (Base)

PROGRAMMAZIONE

Linguaggi di Programmazione: (Avanzato) | **Programmazione web:** (Base)

GESTIONE SISTEMI E RETI

Architetture di rete: (Base) | **Sistemi Operativi:** (Avanzato)

GESTIONE DATI

Sistemi di gestione di database (DBMS): (Intermedio)

CERTIFICAZIONI ICT

ECDL IT- Security - Livello Specialised AICA, 11/02/2017
ECDL CORE Progetto Trio, 03/05/2020
Skill Tablet Istituto Tecnico Commerciale Paritario 'Steve Jobs' indirizzo Economico 'Amministrazione, Finanza e Marketing', 23/03/2021
Strumentazione hardware, software e didattica per l'utilizzo della Lavagna Interattiva Multimediale (LIM) Associazione Italiana Maestri Cattolici, 21/05/2022



TITOLI DI MERITO/PROFESSIONALI - RICONOSCIMENTI/ACCREDITAMENTI

TITOLO PROFESSIONALE 08/01/2024

Formatore della Formazione Olimpica CONI - Elenco 2023/2024
 Formatore della Formazione Olimpica CONI - Abruzzo - Settori Tecnico-Scientifici: Nutrizione e Preparazione Fisica
www.coni.it/images/blocknotes/2023/Elenco_Form...

ISCRIZIONE ALL'ALBO 17/11/2018

FNO TSRM e PSTRP delle Provincie di L'Aquila Chieti Pescara Teramo

PREMIO 2003

PREMIO DI LAUREA BIBLIOTECA 'STEFANO BENETTON'
 Concorso bandito da Verde Sport S.p.a., in collaborazione con Assicurazioni Generali e Wind-Infostrada per il conferimento di 5 Premi di Laurea dell'importo di 1500 Euro ciascuno a favore di laureati presso Università italiane con tesi riguardanti lo sport discusse nell'anno accademico 2002/2003



EVENTI / MOSTRE

TELEVISIONE 2022

Rete8 Matinée
Puntata del 18 Maggio 2022
Pescara
Produzione/Emittente: Rete 8
Ruolo: Ospite

TELEVISIONE 2022

Rete8 Matinée
Puntata del 4 Novembre 2022
Pescara
Produzione/Emittente: Rete 8
Ruolo: Ospite

TELEVISIONE 2021

Rete8 Matinée
Puntata del 4 Novembre 2021
Pescara
Produzione/Emittente: Rete 8
Ruolo: Ospite



CONVEGNI E SEMINARI

CONVEGNO 25/06/2023

Stile di Vita Sano: investire nella propria Salute, Comitato Italiano Scienze Motorie e Libere, Sala Consiliare Comune di Silvi
Relazione su Corretta Alimentazione come Stile di Vita
A cura di: Patrocinio COMUNE DI SILVI
Ruolo: Relatore

CONVEGNO 17/11/2017

Attività Fisica come Farmaco?, Università degli Studi dell'Aquila, Aula Magna del Dipartimento di Scienze Umane
Convegno Internazionale dal titolo: 'Attività fisica come Farmaco?', organizzato dal Corso di Laurea in Scienze Motorie del Dipartimento di Scienze Cliniche Applicate e Biotecnologiche (DISCAB) dell'Università degli Studi di L'Aquila ed il Comitato Italiano delle Scienze Motorie (CISM).
Ruolo: Relatore



PUBBLICAZIONI

ARTICOLO SU RIVISTA 2019

Salute - I consigli del dietista per una alimentazione sana ed equilibrata
Rivista: Abruzzo Independent
www.abruzzoindependent.it



ATTIVITÀ DIDATTICA

LEZIONE 2024

Slow Food Abruzzo, Lanciano
Slow Food e Alimentazione Sostenibile
Lezione-laboratorio presso l'Istituto Comprensivo Mario Bosco di Lanciano, Classi Quinte
Ruolo: Relatore

LEZIONE 2024

Slow Food Pescara, Scuola Secondaria di Primo Grado 'Ugo Foscolo'
Presentazione degli Orti didattici Slow Food
Sono diverse le scuole di Pescara che hanno interpretato e condiviso il progetto degli Orti Didattici articolando proposte educative che coniugano la pratica con la teoria, il passato con il futuro, lo spreco con il riciclo alimentare, la sostenibilità con la qualità della vita. 'Presentazione dei risultati e discussione con gli artefici del progetto'
Ruolo: Moderatore

LEZIONE
2024

Slow Food Pescara , Nuova Torrefazione Autonoma Caffè & Presidi
Serata dedicata all'abbinamento di quattro Presidi Abruzzesi con quattro Caffè, estratti in modalità diverse.
Spiegazione dei Presidi Slow Food e relative caratteristiche nutrizionali.
Ruolo: Relatore

LEZIONE
2024

Slow Food Abruzzo , Scuola Primaria 'Giovanni Titta Rosa' di Fontecchio (AQ)
Alimentazione Sostenibile
Progetto Scolastico 'Semi di podcasting ... per la formazione a distanza delle piccole scuole di montagna' finanziato dal 'Fondo per lo Sviluppo delle Montagne italiane di cui all'art. 1 comma 593 legge n. 234 del 30/12/2021 - Contributo per interventi di accessibilità digitale e rafforzamento dei servizi essenziali con particolare riguardo a quello dell'istruzione'
Ruolo: Esperto

LEZIONE
2024

Slow Food Pescara , Montesilvano
Slow Food Day - Mercato Contadino a km 0 -
Laboratorio del Gusto - Analisi Sensoriale dell'Olio Evo -
Ruolo: Relatore

LEZIONE
2024

Slow Food Pescara , Caffè Adelante a Tocca da Casauria
AperiSlow
Presentazione Guida agli Extravergini 2024 di Slow Food e degustazione degli oli abruzzesi e molisani premiati.
Ruolo: Moderatore

LEZIONE
2021

Slow Food Pescara , Online
Impariamo a comprendere le etichette degli alimenti
Ruolo: Relatore

LEZIONE
2018

Slow Food Pescara , Barca 'Nonno Remo I'
Caratteristiche nutrizionali delle vongole lupino dell'adriatico
Ruolo: Relatore

LEZIONE
2018

Liceo Artistico Musicale Coreutico 'Misticoni Bellisario' , Pescara
PROGETTO PON/FSE Codice 10.1.A-FSEPON-AB-2017-28 'Sana e Consapevole Alimentazione. Prevenzione in ambito nutrizionale'
Il corso è stato realizzato nell'anno scolastico 2017/2018 dal mese di marzo a maggio, in orario extrascolastico.
Le conoscenze nel campo dell'alimentazione sono conoscenze fondamentali per la formazione dei cittadini, anche nell'ottica di una prevenzione nei confronti delle disfunzioni dovute ad una cattiva alimentazione.
Il Corso, pertanto, è stato strutturato in modo da fornire agli allievi una competenza multidisciplinare nel campo di alimenti, nutrizione e corretta alimentazione.
Ruolo: Esperto

LEZIONE
2018

Slow Food Pescara , Saperi Locali
Corretta Alimentazione come Stile di Vita
Ruolo: Relatore

LEZIONE
2016

Slow Food Pescara
Olio & Legumi
Cena di Condotta Terra Madre Day 2016
Ruolo: Relatore