



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 15/09/24

✉ 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

Docente Supplente di Educazione Motoria

ISTITUTO COMPRENSIVO

I.C. SPOLTORE

Istruzione, formazione, ricerca e sviluppo

(PE)

09/2024 - OGGI

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

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

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

*Istruzione, formazione,
ricerca e sviluppo*

(PE)

03/2024 - 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.

Servizi

PESCARA (PE)

10/2020 - OGGI

**Responsabile Slow Food
Educazione**

SLOW FOOD PESCARA

(PE)

06/2016 - OGGI

**Docente Supplente di
Educazione Motoria**

ISTITUTO COMPRENSIVO

I.C. PESCARA 5

*Istruzione, formazione,
ricerca e sviluppo*

(PE)

09/2023 - 08/2024

**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 - 06/2024

**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

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

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: Maestro Educazione Fisica Scuola Elementare (Classi quarte e 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

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)

**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

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

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

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

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

**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

**Docente supplente di
Scienze Motorie
LICEO STATALE
GUGLIELMO MARCONI**

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

**DIETISTA, ISTRUTTORE DI
FITNESS E GINNASTICA
POSTURALE E PERSONAL
TRAINER**

**A.P.S. MEDICAL NATURAL
HEALTH**
PESCARA (PE)
09/2012 - 10/2020

**DIETISTA
STUDIO MEDICO**

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

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

*Istruzione, formazione,
ricerca e sviluppo*

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: Docente di Scienze Motorie e
Potenziamento

Principali attività e responsabilità: Docente di Scienze Motorie

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: Docente Scienze Motorie

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

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

Principali attività e responsabilità: Docente di Scienze Motorie

PESCARA (PE)
09/2019 - 06/2020

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

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

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

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

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

**Dietista
FOGGIA CALCIO SRL
(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
(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
(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
(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
(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
(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

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

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

**Dietista
PALESTRA FISICO IDEA**

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

**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

**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

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

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

**COMMESSO
DECATHLON SAN GIOVANNI
TEATINO**

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

**ISTRUTTORE FITNESS
PALESTRA METROPOLITAN**

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Tirocinio Curriculare
OSPEDALE CLINICIZZATO DI CHIETI

CHIETI (CH)
09/1999 - 09/2002

ISTRUTTORE DI FITNESS
PALESTRA SPAZIO LIBERO

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

ISTRUTTORE DI FITNESS
ASSOCIAZIONE SPORTIVA BAOBAB

Servizi
PESCARA (PE)
06/1999 - 08/2000

altre informazioni

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

Principali attività e responsabilità: ISTRUTTORE FITNESS ED ESTETICA

Attività svolta come: stagista/tirocinante

Principali attività e responsabilità: ISTRUTTORE DI FITNESS

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 cardiopolmonare 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	<p>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</p>
2023	<p>Primo Livello: TECNICO ASSAGGIATORE Organizzazione Nazionale Assaggiatori Salumi (ONAS) Durata: 2 mesi</p>
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>PROFESSIONISTA EIM 2022</p>
	<p>Chinesiologo Certificato Exercise in Medicine Italy</p>

2022	FUNCTIONAL AGING SPECIALIST Functional Aging Institute (FAI)
CORSO DI FORMAZIONE 2020	BLSD - PBLSD e manovre di disostruzione - Cardiopathos Sanità in Formazione
2018	Master of Food - MIELE - Slow Food Pescara Percorso di Educazione alimentare e del gusto di Slow Food Italia Durata: 1 mesi
2017	Master of Food - FORMAGGIO - Slow Food Pescara Percorso di Educazione alimentare e del gusto di Slow Food Italia 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 BLSD (Adulto e Pediatrico) CPSalute Attestato di Esecutore BLSD 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 Lige 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

PREMIO

2003

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

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

