

**FORMATO EUROPEO  
PER IL CURRICULUM  
VITAE**



**INFORMAZIONI PERSONALI**

Nome	<b>MARA RINALDI</b>
Indirizzo	<b>Via Pontelungo 94/o (Ancona)</b>
Telefono	<b>3484923295</b>
E-mail	<a href="mailto:maruta91@hotmail.it">maruta91@hotmail.it</a> / <a href="mailto:rinaldinutrizionista@gmail.com">rinaldinutrizionista@gmail.com</a>
Nazionalità	Italiana
Data di nascita	12/10/1991

**ESPERIENZA LAVORATIVA**

- Date Dal 2014 ad oggi
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Polisportiva Candia-Baraccola-Aspio
- Tipo di azienda o settore Attività sportive
- Tipo di impiego **ALLENATRICE DI PALLAVOLO**
- Principali mansioni e responsabilità Allenare le bambine di età tra i 9 e 12 anni
- Qualifica conseguita Allievo Allenatore
  
- Date Da giugno 2017 a giugno 2019
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Caffetteria Bagolo
- Tipo di azienda o settore Bar caffetteria-vineria
- Tipo di impiego **BARISTA**
  
- Date Dal 2014 al 2016
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Ristorante Pesci fuor D'acqua
- Tipo di azienda o settore Ristorativo
- Tipo di impiego **CAMERIERA**
  
- Date Dal 2010 al 2013
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Cooperativa sociale Scatola Magica

- Tipo di azienda o settore
- Tipo di impiego

Sociale  
**ANIMATRICE**

- Date
- Nome e indirizzo del datore di lavoro

Dal 2011 al 2013  
Varie famiglie di Ancona

- Tipo di azienda o settore
- Tipo di impiego

Lavoro domestico  
**BABY SITTER**

## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- Date
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

2010  
Liceo scientifico G. Galilei

- Qualifica conseguita

Diploma di maturità scientifica

- Date
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

2014 – 2016  
Università degli Studi di Perugia

- Qualifica conseguita

**LAUREA MAGISTRALE in Scienze dell'alimentazione e nutrizione umana**

- Date
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

2010 – 2013  
Università degli Studi di Urbino Carlo Bo

- Qualifica conseguita

**LAUREA TRIENNALE in Scienze della nutrizione**

- Date
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

Febbraio-Luglio 2013  
Reparto di diabetologia infantile, ospedale pediatrico Salesi di Ancona

- Qualifica conseguita

**Tirocinio**

- Date
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

2-3 Aprile 2014 (Firenze)

- Qualifica conseguita

**Corso di formazione**

Attestato di partecipazione al primo corso residenziale ecm **NU.ME-Nutrition and Metabolism dal titolo: la terapia del Paziente Diabetico: dalle raccomandazioni alla pratica clinica.**

- Date
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

23-03-2017 (Ancona)

- Qualifica conseguita

**Convegno**

Attestato di partecipazione al convegno **“Le Stelle per L'Oncologia”** (presso Auditorium Totti, Azienda Ospedaliero Universitaria: Ospedali Riuniti Di Ancona)

- Date
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

28/03/2017  
Corso di Formazione

- Qualifica conseguita

Attestato di partecipazione al seminario SNS: “Gravidanza e Allattamento”, dott.ssa Rossoni

- Date
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

4/04/2017  
Corso di Formazione

- Qualifica conseguita

Attestato di partecipazione al seminario SNS: “Svezzamento e Prima Infanzia”

- Date Novembre 2017
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Corso di Formazione
- Qualifica conseguita Attestato di partecipazione al 16° corso di Alimentazione e Nutrizione Umana di SNS
  
- Date 07/02/ 2018
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Corso di Formazione
- Qualifica conseguita Attestato di partecipazione al corso di “Correlazione disbiosi intestinale e predisposizione all’insorgenza di malattie autoimmuni” di Erbenobili
  
- Date 28/02/ 2018
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Corso di Formazione
- Qualifica conseguita Attestato di partecipazione al corso di “Fitoterapia a supporto di allergie e depurazione” di Erbenobili
  
- Date 15/03/ 2018
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Corso di formazione
- Qualifica conseguita Attestato di partecipazione al corso ” Metodo Apollo” : diagnosi, integrazione e nutrizione per la gestione della Psoriasi”
  
- Date 30/05/ 2018
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Corso di Formazione
- Qualifica conseguita Attestato di partecipazione al corso di “La Cellulite: strategie alimentari ed esercizio fisico” SNS
  
- Date 29/09/ 2018
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Corso di Formazione
- Qualifica conseguita Attestato di partecipazione al corso di “Adipe e Muscolo: organi secretori bersaglio/effettori correlati all’armonia metabolica e PNEI. Cenni di nutraceutica” Vanda
  
- Date 20/10/ 2018
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Corso di formazione
- Qualifica conseguita Attestato di partecipazione al corso di formazione “ Il biologo e la comunicazione: il web, il paziente, le istituzioni”
  
- Date 09/01/ 2019
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Corso Fad
- Qualifica conseguita Attestato di partecipazione al corso “Perdita di grasso e definizione in palestra: dieta e integratori”
  
- Date 06/02/ 2019
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Corso FAD
- Qualifica conseguita Attestato di partecipazione al corso FAD “ Alimentazione consapevole e sana nutrizione”
  
- Date 06/04/ 2019
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Corso di formazione
- Qualifica conseguita Attestato di partecipazione al corso “Il biologo nutrizionista ed il counseling” BNF

- Date 29/04/ 2019
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Corso Fad
- Qualifica conseguita Attestato di partecipazione al corso FAD “ Alimentazione pediatrica: da 1 a 10 anni”
- Date 04/05/ 2019
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Corso FAD
- Qualifica conseguita Attestato di partecipazione al corso FAD “L’alimentazione pratica del calciatore”
- Date 09/05/ 2019
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Corso FAD
- Qualifica conseguita Attestato di partecipazione al corso FAD “Un nutrizionista in cucina: tra concetti e consigli”
  
- Date 13/10/2020
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Corso Fad
- Qualifica conseguita Attestato di partecipazione al corso FAD “La corretta alimentazione dei bambini in età prescolare (2-6 anni), focus su allergie e intolleranze”
  
- Date 08/10/2020
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Corso Fad
- Qualifica conseguita Attestato di partecipazione al corso FAD “Biologia di laboratorio: il microbiota intestinale e più comune patologie da disbiosi”
  
- Date 29/02/2020
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Corso Fad
- Qualifica conseguita Attestato di partecipazione al corso FAD “Approccio dietetico pratico nella donna e AIP”
  
- Date 10/03/2020
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Corso Fad
- Qualifica conseguita Attestato di partecipazione al corso FAD “L’alimentazione nelle patologie neurodegenerative”
  
- Date 30/04/2020
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Corso Fad
- Qualifica conseguita Attestato di partecipazione al corso FAD “La cucina scientifica”

**CAPACITÀ E COMPETENZE  
PERSONALI**

MADRELINGUA

**ITALIANO**

ALTRE LINGUE

**INGLESE**

- Capacità di lettura
- Capacità di scrittura
- Capacità di espressione orale

Buona  
Buona  
Buona

**CAPACITÀ E COMPETENZE  
RELAZIONALI**

Ottime capacità relazionali maturate sia grazie all’attività sportiva praticata a livello agonistico e come allenatrice di una squadra di bambine alle quali trasmettere passione e impegno, sia grazie ai lavori svolti stando a contatto con il pubblico; socievolezza, dinamismo e determinazione completano il profilo.

CAPACITÀ E COMPETENZE ORGANIZZATIVE	Ottime capacità comunicative e di ascolto, di organizzazione del lavoro sia in autonomia sia in gruppo, di gestione degli obiettivi nel rispetto delle tempistiche e delle qualità del risultato, anch'esse maturate a seguito delle esperienze sportive e delle esperienze lavorative.
CAPACITÀ E COMPETENZE TECNICHE	Buona conoscenza della navigazione in internet, della gestione della posta elettronica, del pacchetto Office, dei social (Facebook, Instagram, LinkedIn).
INTERESSI	Pallavolo a livello agonistico da diversi anni.
PATENTE O PATENTI	Pat. Cat. B (automunita)
<b>ULTERIORI INFORMAZIONI</b>	Da dicembre 2016 a giugno 2017 affiancamento nello studio di una nutrizionista. Da gennaio 2018 lavoro come libera professionista in un centro polispecialistico di Ancona, in una palestra zona centro di Ancona. Persona dinamica e pronta ad imparare e a mettersi in gioco; Disponibilità immediata al lavoro sia full time sia part time. Iscritta regolarmente all'albo professionale dei Biologi da Dicembre 2017 e all'ENPAB da Febbraio 2018 con numero AA_079089.

*Ai sensi dell'art. 13 del Decreto Legislativo n. 196/2003 il sottoscritto autorizza il destinatario del curriculum vitae al trattamento dei dati sopra indicati.*

DATA 01/12/2020

*In fede*

Mara Rinaldi